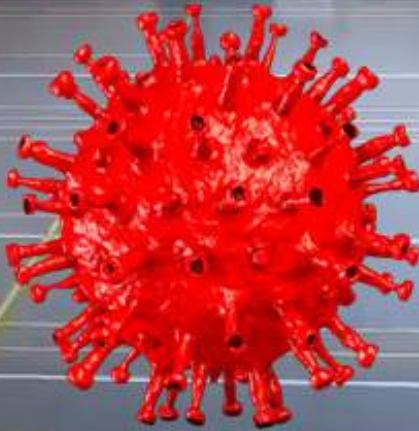


# Sprachrohr

2020



**Corona-Virus hält  
Zahlbach im Griff**

**TV Mainz-Zahlbach  
1862 e.V.**

*Ihr Verein für Fitness  
und Gesundheit*

**Badminton im Wohn-  
zimmer: Wie traf  
Corona die  
Badminton-Abteilung**

**Sport im Freien: wie  
die Turnabteilung die  
Corona Krise  
meistert**



# TERMINE 2021

|                   |                      |                  |                                    |
|-------------------|----------------------|------------------|------------------------------------|
| <b>Sonntag</b>    | <b>10. Januar</b>    | <b>9.30 Uhr</b>  | <b>Vorstandstreffen</b>            |
| <b>Donnerstag</b> | <b>21. Januar</b>    | <b>19.00 Uhr</b> | <b>Geschäftsführender Vorstand</b> |
| <b>Dienstag</b>   | <b>16. März</b>      | <b>19.00 Uhr</b> | <b>Gesamtvorstand</b>              |
| <b>Dienstag</b>   | <b>22. April</b>     | <b>19.00 Uhr</b> | <b>Geschäftsführender Vorstand</b> |
| <b>Dienstag</b>   | <b>08. Juni</b>      | <b>19.00 Uhr</b> | <b>Geschäftsführender Vorstand</b> |
| <b>Donnerstag</b> | <b>15. Juli</b>      | <b>19.00 Uhr</b> | <b>Geschäftsführender Vorstand</b> |
| <b>Dienstag</b>   | <b>21. September</b> | <b>19.00 Uhr</b> | <b>Geschäftsführender Vorstand</b> |
| <b>Donnerstag</b> | <b>04. November</b>  | <b>19.00 Uhr</b> | <b>Geschäftsführender Vorstand</b> |
| <b>Donnerstag</b> | <b>02. Dezember</b>  | <b>19.00 Uhr</b> | <b>Gesamtvorstand</b>              |

**Der Termin für den Sommertreff wird über unsere Homepage  
bekannt gegeben**

## Impressum

TV Mainz-Zahlbach 1862 e.V.  
Marc-Chagall-Str. 49  
55127 Mainz  
Tel: 06131 / 1 43 44 44

E-Mail: [info@tv-zahlbach.de](mailto:info@tv-zahlbach.de)  
Webseite: [www.tv-zahlbach.de](http://www.tv-zahlbach.de)

1. Vorsitzender: Patrick Schmidt
2. Vorsitzende: Ines Schild

Eintrag ins Vereinsregister: Amtsgericht Mainz VR 1840  
Bilder u.a. PIXABAY.com sowie Privat

Titelbild: Halle in Zahlbach





Liebe Sportkameradinnen und Sportkameraden,

was ein Jahr. Corona hatte und hat uns noch alle voll im Griff. Noch bevor im März der offizielle Lockdown kam, hatten wir uns im Vorstand entschieden den Sportbetrieb einzustellen. Vorstandssitzungen fanden dann nur noch via Zoom statt und wir mussten uns auf die neue Situation einstellen. Wie alle.

Für die Wiederaufnahme des Sports mussten individuelle Hygienekonzepte erarbeitet werden. Dies bedeutete insbesondere für die AbteilungsleiterInnen eine Mammutaufgabe. An dieser Stelle ein herzliches Dankeschön an Euch!

Vor allem möchte ich meinen Dank an alle Mitglieder und ÜbungsleiterInnen richten, dass Ihr uns weiterhin in dieser schwierigen Zeit die Treue gehalten habt. Es ist bei den Mitgliederzahlen bisher nur die normale Fluktuation festzustellen, was uns sehr freut.

In einigen Gesprächen mit ÜbungsleiterInnen und Mitgliedern haben wir über die Übernahme von Beiträgen oder Übungsleitergehältern und dafür möglichen Härtefallregelungen gesprochen. Neben Ausnahmen bleibt allerdings festzuhalten, dass wir als Verein keine staatlichen Aufgaben wie Kurzarbeiter-

geld o.ä. übernehmen können und dürfen, da wir sonst die Mitgliedsbeiträge satzungsfremd einsetzen würden.

Unser diesjähriger Sommertreff wurde wie viele andere Veranstaltungen gecancelt. Noch haben wir unsere Weihnachtsfeier am 11.12.2020 auf der Agenda, werden dann 14 Tage vorher auf der Homepage bekannt geben, ob wir an dem Termin festhalten.

Bisher findet das Gros der Sportangebote wieder statt. Dies funktioniert vor allem dadurch, da noch vieles draußen stattfinden kann. Wie sich die kommenden kälteren Wochen und Monate entwickeln, bleibt abzuwarten. Wir werden das Mögliche umsetzen und entsprechend auf behördliche Vorgaben reagieren. Bitte behaltet hierzu auch unsere Homepage im Auge. Wir versuchen hier möglichst alle aktuellen Informationen bereitzuhalten.

Am Sonntag, bevor ich diesen Artikel geschrieben habe, hat uns die traurige Nachricht über den plötzlichen Tod unseres Hausmeisters Patrick Kölsch mit nur 51 Jahren erreicht. Wir sind in Gedanken bei seinen Hinterbliebenen.

Ich wünsche Euch allen für die kommenden Monate viel Kraft bei den anzugehenden Herausforderungen. Bleibt wachsam und gebt Corona kein unnötiges Futter. Vor allem aber bleibt alle Gesund!

Mit herzlichen sportlichen Grüßen

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Patrick Schmidt'.

Patrick Schmidt  
1. Vorsitzender

# Geschäftsführender Vorstand des TV Zahlbach

weitere Infos auf [TV-Zahlbach.de](http://TV-Zahlbach.de)



Patrick Schmidt  
1. Vorsitzender



Ines Schild  
2. Vorsitzende



Thorsten Enklaar  
AL Badminton



Stefan Landvogt  
2. AL Badminton



Xenia Schipp  
AL Turnen



Barbara Rüssmann  
2. AL Turnen



Alexander Reinemann  
Geschäftsführer



Andreas Brinkmann  
Schatzmeister



Katja Heinrichs  
Kassiererin



Therese Classen  
Reha in Gründung



Andrea Schreier  
Reha in Gründung

## Soziale Medien des TV Mainz-Zahlbach



Homepage:  
[www.TV-Zahlbach.de](http://www.TV-Zahlbach.de)



<https://www.facebook.com/TV-Mainz-Zahlbach-1862-eV-198404520175962/>



[https://www.instagram.com/tv\\_zahlbach/?hl=de](https://www.instagram.com/tv_zahlbach/?hl=de)

### EHRENMITGLIEDER TV MZ-ZAHLBACH 1862 e.V.

Ehrenvorsitzender  
 Anton Thürrigl  
 seit 2011

Ehrenvorstandsmitglied  
 Günther Cezane  
 seit 1991

Ehrenvorsitzender  
 Julius Gebhardt  
 seit 1991

Ehrenvorstandsmitglied  
 Rotraut Dahms  
 seit 2005



# Poststation TV Mainz Zahlbach – oder - Corona lehrt uns, flexibel zu sein

2 Seiten zusammenlegen  
zweimal falten  
eintüten  
zukleben  
ablegen  
wiederholen  
500 Mal

Am 29. März 2020 brachten wir die Post für euch, liebe Mitglieder auf den Weg. Es war das Corona- Schreiben, in dem wir euch über die aktuelle Situation des Vereins im Lockdown informierten, uns für eure Geduld bedankten und über unsere Corona- Sonderaktionen informierten.

Jetzt im September, 8 Monate später befinden wir immer noch in der Corona Zeit- aber- mittlerweile können wir wieder mit allen Gruppen Sport trei-



ben. Unter besonderen Auflagen, im rücksichtsvollen Umgang miteinander haben wir es bisher sehr gut regeln können. Wir können mit vielen unserer Gruppen lange Zeit draußen Sport treiben.

## Zukunftsvision November

Wenn ihr diesen Text lest, ist es November! Was hat sich getan- wie hat sich Corona entwickelt? Werden wir weiterhin alle unsere Sportangebote durchführen können? Haben sich die Bedingungen gelockert oder mussten





wir phasenweise das Angebot aussetzen?

Aus der September-Perspektive wissen wir es nicht, können nur hoffen. Darüber hinaus haben wir aus der Erfahrung der letzten Monate gelernt und konnten den Organisations-Rahmen so gestalten, dass es möglich werden kann, alle Gruppen weiterführen zu können.

Auch wenn es manchmal lästig und überflüssig erscheint, so hat sich gezeigt, dass die Verhaltensmaßnahmen sinnvoll sind und größere Folgen verhindert werden können. Darum macht es Sinn, die einzelnen Gruppenangebote strikt voneinander zu trennen, Wartezonen außerhalb der Halle und der Umkleidebereiche einzuhalten. Bitte bleibt mit uns geduldig und rücksichtsvoll- bleibt innerhalb eurer Sportgruppe und haltet Abstand im Umkleide- und WC Bereich.

Vielen Dank, eure Therese Claßen



## Ein Corona- Rückblick

Beim Rückblick auf das vergangene halbe Jahr habe ich den kleinen technischen Helfer, sprich mein Handy, zur Hilfe genommen und bin noch mal die Chat- Verläufe und die E-Mails unserer Vorstandsgruppe durchgegangen und ich muss sagen, ich bin überrascht, was alles in dieser kurzen Zeit passiert ist.

Angefangen hat alles am **12.03.2020**- da kam eine Teilnehmerin einer Sportgruppe aus dem Italien- Urlaub zurück. Es war nicht klar, ob eventuell eine Infektion vorlag. Die betroffene Gruppe sollte 14 Tage schließen. Es hieß: Alle anderen Teilnehmer unserer Sportangebote können selbst entscheiden, ob sie am Training teilnehmen möchten. Der Arbeitseinsatz wird vorsorglich abgesetzt.

Am **13.03.2020** sperrt die Stadt Mainz alle städtischen Hallen, der Spiel- und Trainingsbetrieb wird eingestellt, erstmal bis zum 17.04.2020.

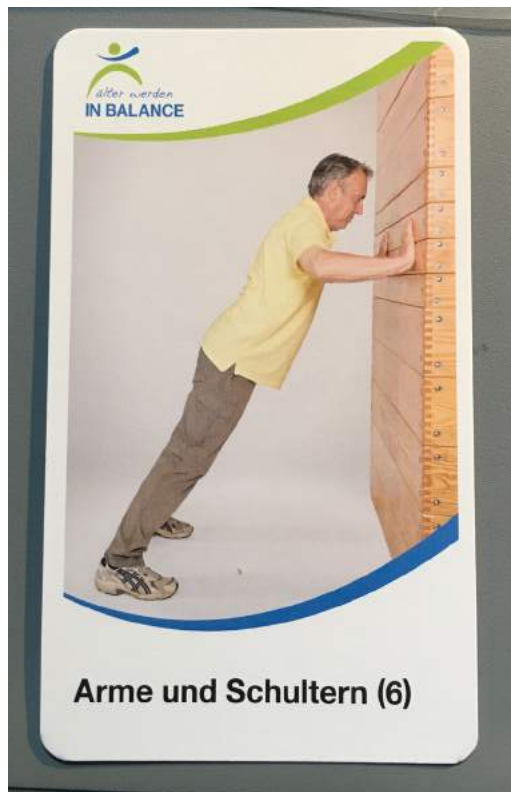
Am Montag, den **16.03.2020** schließen alle Kindergärten und Schulen, die Ereignisse überschlagen sich, innerhalb von zwei Tagen „steht gefühlt alles still“. So auch beim TV Mainz- Zahlbach. Wir als Vorstand des Vereins überlegen, wie wir helfen und unterstützen können. Am **26.03.2020** bildet sich eine kleine Gruppe, die Einkäufe und Besorgungen für unsere Mitglieder und andere Zahlbacher Bürger anbietet.

Am **31.03.2020** eröffnen Therese und Ines ihre kleine Postfiliale vorm Pavil-

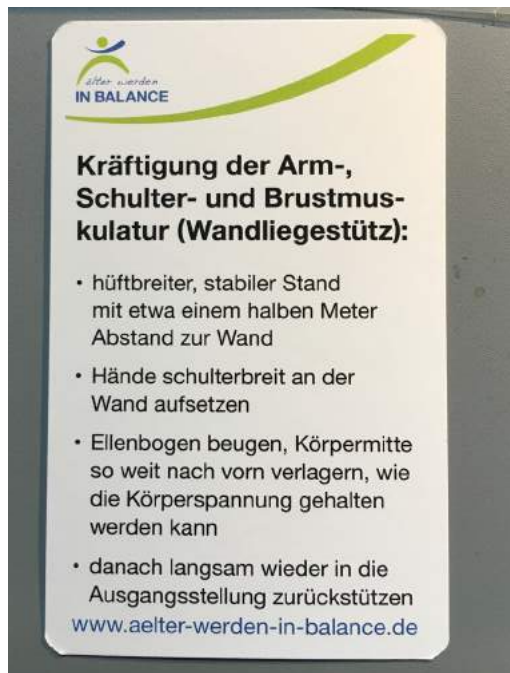
lon und bereiten 500 Briefe für unsere Mitglieder vor. Darin geben wir Informationen an unsere Mitglieder (siehe auch Artikel von Therese).

Am **3.4.2020** werden die Mitgliederbriefe von Julie postfertig gemacht und abgesendet.

Gemeinsam mit Ines beginne ich am 2.4.2020 die Briefe für unsere Rehasport-Gruppen, Wirbelsäulengymnastik, Frauen- und Seniorengymnastik- Gruppen per Fahrrad (mein persönliches Corona- Programm) auszufahren. Darin zu finden sind auch Anleitungen für Bewegungsübungen, die man leicht zu Hause durchführen kann.







Wir haben viele positive Rückmeldungen unserer Teilnehmer\*innen bekommen, das hat uns sehr gefreut.

Hier kommt eine von den Mails:

***Liebe Andrea Schreier, liebe Ines Schild und liebe Therese Claßen, obwohl wir uns nicht persönlich kennen, möchte ich mich recht herzlich bei Euch für das Bewegungskartenset bedanken.***

***Es war eine sehr nette Idee und eine Freude, ab sofort, nach den Karten die Übungen zu machen.***

***Ich wünsche allen ein schönes Osterfest und bleibt gesund, dass wir bald wieder gemeinsam unseren Sport verrichten können.***

***Mit österlichen Grüßen***

***Monika Streicher***

Ebenfalls im April haben Mitglieder der

Badmintonabteilung begonnen, montags und donnerstags um 19 Uhr ein Workout per Skype anzubieten. Dies wurde auch für andere Abteilungen geöffnet und von deren Mitglieder\*innen genutzt.

Am **5.4.2020** beantragten wir das „Hilfspaket Ehrenamt“. Das ist für Vereine, die durch neue, nicht kommerzielle Angebote ihr bisheriges Angebot verändert anbieten oder für ehrenamtliche Initiativen, die sich im Stadtteil für von der Pandemie betroffene Menschen engagieren, gedacht. Zum Beispiel haben wir viele Übungsleiter, die noch im Studium sind und sich durch das Leiten von Sportstunden einen Teil ihres Unterhalts verdienen. Das fiel ja von heute auf morgen weg.

Am **9.4.2020** stellte Therese ihre Bewegungskarten online (siehe gesonderter Artikel)

Am **17.4.2020** informierten wir die Eltern unserer Psychomotorik-Gruppen, dass bis zu den Sommerferien keine Kurse mehr stattfinden werden.

Am **8.5.2020** schickten wir ein Dankeschön- Anschreiben für unsere Übungsleiter\*innen heraus, die uns alle die Treue gehalten haben. Auch diese verteilte ich wieder per Fahrrad und traf die ein oder andere zu einem kurzen Gespräch auf Abstand an. Auch hier haben wir positive Rückmeldungen erhalten.

Ende Mai sollte es möglich werden, dass Badminton unter den besonderen Hygienebedingungen wieder mit dem Training anfangen darf. Was war zu tun? Desinfektion, Spender, Handschuhe, Anwesenheitslisten, Informa-

tionsschreiben an die Teilnehmer\*innen- all das musste vorbereitet werden. Eine Hygienebeauftragte war zu bestimmen, Ines erklärt sich sofort bereit. Es ging weiter mit Ein- und Ausgangsregelungen, dem Anbringen der Schilder, dem Abklären von Versicherungsschutz, ....und, und, und...-immer tauchten neue Aufgaben auf.

**23.6.2020:** Da gab es zwischen all dem auch etwas Schönes zu berichten: Helga Ebert ist seit 70 Jahren Mitglied in unserem Verein- und immer noch so fleißig in vielen Gruppen dabei- Hochachtung!

**2.7.2020:** Der Stadtsporverband, dessen Vorsitzender Alex Reinemann, unser Geschäftsführer ist, wollte diesen Sommer auf öffentlichen Plätzen ein „Land in Bewegung“ ausrichten. Auch das fiel der Pandemie zum Opfer. Stattdessen bekamen die Vereine die Möglichkeit, sich online zu präsentieren. Das haben wir wahrgenommen. Ines und ich nahmen zwei kurze Bewegungsvideos auf und stellten sie ins Netz, auch Andy von der Badminton-Abteilung hat sich angeschlossen. Zu finden ist das Ganze auf Youtube unter Stadtsporverband Mainz oder in der Sportstadt Mainz APP, die es kostenfrei in den APP Stores gibt.


Im August 2020 wurde WLAN in der Halle installiert, wie immer, muss man leider sagen, läuft es noch nicht richtig, aber wir sind dran.

Ende August, rechtzeitig zum Saisonstart am 12.09.2020, wurden alle Desinfektionsspender installiert- ein Dank an Michael Orth, der immer parat ist, wenn man ihn braucht.

Dies war ein Rückblick in ein etwas anderes Jahr. Wir hoffen alle auf ein bisschen Normalität und dass wir weiterhin gemeinsam Sport treiben können. Dafür müssen wir uns natürlich an ein paar Regeln halten, dann bekommen wir das gemeinsam hin.

In diesem Sinne, bleibt alle gesund und fit!

Andrea Schreier



**Kräftigung der Beinmuskulatur (sanfte Kniebeugen):**

- hüftbreiter stabiler Stand
- Arme nach hinten führen
- Knie und Hüfte beugen und gleichzeitig die Arme nach oben führen
- Oberkörper dabei aufgerichtet lassen

[www.aelter-werden-in-balance.de](http://www.aelter-werden-in-balance.de)



## Ärztin/ Arzt gesucht

Für unsere Herzsport- Gruppe am Dienstagabend 20.00 Uhr suchen wir eine ärztliche Verstärkung. Sie müssten sich ca. 1x/Monat eine gute Stunde Zeit nehmen und die Übungsstunde bei uns in der Turnhalle begleiten. (Aufwandsentschädigung: 25€)

Bei Interesse gerne melden: Andrea Schreier, Telefon: 06131/369888

## „Badminton im Wohnzimmer“

Es war Anfang März und die Badminton-saison 2019/20 ging in die heiße Endphase. Alle vier Teams hatten sich nach der erfolgreichen Saison des Vorjahres mit drei Meisterschaften und den damit verbundenen Aufstiegen sehr gut in den jeweiligen neuen Ligen geschlagen. Die erste Mannschaft in der Oberliga auf Platz 3, die Zweite in der Rheinhessen-Pfalz-Liga und die neu gegründete 4. Mannschaft in der Kreisliga sogar auf dem 2. Platz, hatten eine sehr erfolgreiche Saison gespielt. Und auch die 3. Mannschaft hatte den Klassenerhalt mit fünf Siegen und zwei Unentschieden bereits

Anfang Februar gesichert.

Und dann war die Saison plötzlich zu Ende. Ein Spieltag hätte noch gefehlt, aber was zunächst nur als Unterbrechung angekündigt worden war, wurde dann doch irgendwann als Endstand gewertet. Die Covid19-Pandemie hatte Deutschland erreicht und alles stand still.

Da wurde der sportliche Erfolg im Wettkampf mit den anderen Vereinen unseres Landes – nun ja, nicht bedeutungslos, aber doch erst mal nicht so wichtig. Und nach den ersten Wochen musste man dann realisieren, dass es erst mal nicht wieder einfach so weiter





ging, sondern unsere Halle für alle Aktivitäten auf nicht absehbare Zeit geschlossen blieb.

Kein Badminton. Für Badmintonverrückte, wie es sie bei uns doch häufiger gibt, nicht so einfach. Da wird schon mal eine Schnur im Wohnzimmer gespannt und der Fernseher weggeschoben. Das hat wohl auch Daniel, der Jugendwart des Badmintonverbands in RLP gemacht, denn bereits 10 Tage nach den Hallenschließungen hat er eine Aktion initiiert, von der wir nie gedacht hätten, dass sie so erfolgreich Badminton in die Wohnzimmer bringen würde. Die Idee war ganz einfach: ein paar Trainer\*innen drehen ein paar Videos und unsere Kinder und Jugendlichen bekommen einen YouTube-Link und können die gezeigten Übungen Zuhause machen. Das haben Marc und ich dann auch gemacht und viele weitere Trainer\*innen des Landesverbands, so dass am Ende über 50 Videos entstanden sind, zusätzlich noch Rätsel und Live-Sessions, die dann über einen Zeitraum von 12 Wochen unter dem Titel „Badminton im Wohnzimmer“ an 137 Teilnehmer\*innen (mehr als 20 von uns) in 28 Vereinen geschickt wurden. Eine sehr schöne Aktion.

Auch wir Wettkampfbadmintonspieler\*innen hatten das Bedürfnis, uns wieder mehr zu bewegen und auch uns mal wieder zu sehen, wenn auch nur über Skype, und so haben wir Ende März die Aktion „TV Zahlbach macht sich fit“ gestartet. Adrian und Marc haben montags und donnerstags dafür gesorgt, dass unsere erschlaff-

ten Muskeln wieder etwas mehr beansprucht wurden und Andrea hat sich mit einigen Yoga-Übungen um das ausführliche anschließende Dehnen gekümmert – was für den ein oder die andere vielleicht sogar der anstrengendere Teil der Skype-Session war. Adrian hat euch hierzu einen kleinen Artikel geschrieben (siehe Seite 18). Später, sozusagen als Vorbereitung zum Wiedereinstieg in das Badmintontraining, haben wir das Programm neben dem Fitnesssteil dann noch um einen Badmintonteil erweitert, in dem es dann bei Stefan bereits wieder um spezifische Laufbewegungen und Sachen mit dem Schläger in der Hand ging (siehe Seite 19).

Das war dann bereits der Anfang der





Vorbereitungen zur Rückkehr in die Halle. Wir haben uns natürlich schon früh Gedanken gemacht, wie ein Training gestaltet werden kann, ohne ein erhöhtes Risiko einer Ausbreitung des Virus einzugehen. Der Bundesbadmintonverband hat hierzu bereits Ende April Vorschläge gemacht und mit dem DOSB, der sogenannte sportartspezifische Leitplanken für eine Wiederaufnahme des Sportbetriebs aufgestellt hat, erste Orientierungen für ein angepasstes Trainingskonzept gegeben.

Dann war es endlich soweit: am 27. Mai trat die 8. CoBeLVO für RLP in Kraft, die neue Landesverordnung, die unter strengen Auflagen eine Wiederaufnahme des Sports im Innenbereich wieder zuließ. Wir waren vorbereitet: Hygienepläne waren ausgehängt, Desinfektionsmittel, Handschuhe etc. gekauft und verteilt, Wochentagsballkisten zur Aufbewahrung der Federbälle aufgestellt, eine Einbahnregelung der Ein- und Ausgänge eingerichtet, getrennte Aufenthaltsbereiche für 8 Trainings-

teilnehmer\*innen und einen Trainer ausgewiesen und vieles mehr, um einen Abstand von mindestens 2 Metern in der Halle einhalten zu können. Nicht zuletzt waren Belegungspläne geschrieben, die es ermöglichen sollten, dass 30-40

Trainingsteilnehmer\*innen in Trainingsgruppen à 8 Personen nach den individuellen Wünschen eingeteilt werden konnten. So konnten wir tatsächlich bereits am 27.05. abends die erste Trainingseinheit nach mehr als 10 Wochen Hallenschließung abhalten. Das fühlte sich noch sehr seltsam an, mit all den Auflagen, aber auch sehr gut. Es ging wieder los.

Nachdem sich die Konzepte bei uns Wettkampfspieler\*innen gut etablieren ließen, konnten wir in der darauffolgenden Woche bereits für die Schüler und Jugendgruppen im Badminton und Tischtennis wieder ein Training anbieten und nach und nach füllte sich



unsere Halle wieder mit Leben. Es war schön, dass das noch vor den Sommerferien wieder geklappt hat und es war deutlich zu sehen, wie viele das Badminton- und Tischtennis spielen vermisst hatten. Auch wenn viele – zu Recht – noch sehr vorsichtig waren und einige bis heute noch das Risiko scheuen, das eine Zulassung weiterer Kontakte außerhalb der unbedingt nötigen darstellt, so war auch der Wunsch sehr groß, wieder Sport machen zu können.

Leider hat die Stadt Mainz nicht gleichzeitig mit den privaten Hallen die städtischen Hallen geöffnet. Begründet wurde dies damit, dass einige Hallen von den Schulen anderweitig genutzt wurden und/oder es noch keine Pläne für Organisation und Reinigung gab, so dass den Vereinen eine Nutzung verwehrt wurde. So war es für unsere Freizeitgruppe zunächst nicht möglich, in der Sporthalle des Schlossgymnasiums das Training wieder aufzunehmen. Nach einigem hin und her war dann klar, dass die ursprüngliche Ankündigung, die städtischen Hallen für die Sommerferien zu öffnen, wohl nicht in die Tat umgesetzt werden würde. Glücklicherweise konnten wir die Freizeitgruppe dann ab Anfang Juli in unserer Halle unterbringen und dann ab dem 19.8. endlich auch wieder zu den gewohnten Zeiten in der Halle des Schlossgymnasiums.

Mittlerweile, drei Landesverordnungen und einige Hygienepläne später, hat sich vieles in unserem Trainingsalltag geändert. Vieles ist wieder „normaler“ geworden, also ähnlich dem

vor der Hallenschließung. An vieles hat man sich gewöhnt, wie das Tragen der Masken, das Abstandhalten und die Hygienemaßnahmen. Die Belegungspläne, die mich doch einige Stunden an den Wochenenden gekostet haben, brauchen wir nicht mehr. Wir dürfen sogar wieder eine Saison spielen. Sehr erfolgreich bisher: 10 Spiele gespielt und 10-mal gewonnen. Für unsere Heimspiele haben wir ein Hygienekonzept erstellt, das sogar eine kleine Zahl von Zuschauer\*innen ermöglicht. Trotz der Corona-Pandemie haben tolle neue Spieler\*innen zu uns gefunden und wir haben vier wirklich richtig gut besetzte Mannschaften am Start, die in allen Ligen in denen wir vertreten sind, ganz oben angreifen können. Vielen Dank an unsere





Mannschaftsführer\*innen Melanie, Adrian, Alex, Konrad, Marc, Markus, Eva und Stefan, die die koordinativ recht anspruchsvolle Aufgabe mit viel Engagement angenommen haben. Im Schüler/Jugendbereich haben wir erfolgreich die Hinrunde gespielt, unsere Erfahrungen mit den Sicherheitskonzepten bei der Ausrichtung eines Blockspieltags einbringen können und auch die Tischtennissaison hat sowohl im Erwachsenen- wie auch im Schülerbereich wieder begonnen.

Aber es bleibt spannend. Derzeit, im Oktober 2020 haben wir in Deutschland und auch speziell in Mainz wieder steigende und alarmierende Infektionszahlen. Eine Entwicklung, die nicht wirklich überraschend ist. Wir müssen also weiterhin gut aufpassen, dass bei uns im Verein eine Ausbreitung des Virus möglichst schwierig ist. Das erfordert jetzt vielleicht sogar noch

mehr Disziplin als zu Anfang, wo die Bereitschaft groß war, als Gemeinschaft gegen die Pandemie vorzugehen. Jetzt haben wir viele Lockerungen und Freiheiten genießen können und wollen das vielleicht nur ungern wieder hergeben. Aber wenn ich jetzt auf das letzte gut halbe Jahr zurückblicke, bin ich davon überzeugt, dass weiterhin ganz viele daran mitarbeiten werden, dass wir möglichst gut durch diese Zeit kommen. Mein besonderer Dank gilt unseren Trainern Stefan, Marc, Adrian, Konrad, Felix, Philipp, Sólrún, Miriam und Heike. Euer Engagement war und ist in diesem besonderen Jahr nochmal mehr gefragt. Ihr habt jede Maßnahme mitgemacht, Trainingskonzepte über den Haufen geworfen und neu gedacht und euch dafür eingesetzt, dass in unserem Verein vieles in dieser schwierigen Phase richtig gut war - auch Heikes Einsatz für die Freizeitspieler\*innen möchte ich hier nochmal nennen. Außerdem ist es sehr schön, dass mittlerweile







sehr viele einspringen, wenn mal jemand krank ist oder anderweitig ausfällt. Im Tischtennisbereich möchte ich mich speziell bei Marius, Sascha, Christian, Erlend und Carlo bedanken. Neben den Schwierigkeiten, die die Organisation des Trainings unter Corona-bedingten Maßnahmen im Tischtennisbereich so mit sich brachte, hatten wir hier auch noch den Ausfall eines Trainers für 10 Wochen aufzufangen.

Dieser Beitrag zu unserem Vereinsheft ist naturgemäß in diesem Jahr etwas im Schwerpunkt verschoben, vom rein sportlichen Thema hin zum Aspekt des Zusammenhalts und Engagements. Dies spielt ja auch in anderen Jahren eine große Rolle in unserem Verein, aber diesmal sicherlich nochmal besonders. Daher zum Abschluss nochmal ein Dank: Anfangs waren wir in der Badmintonabteilung noch allein, bei dem Versuch, schnellstmöglich und unter den bestmöglichen Bedingungen wieder mit unserem Sport zu starten. Einfach weil es viele sportartspezifische Entscheidungen zu treffen gab. Dann war es schön zu sehen, wie die Rädchen ineinander griffen: Die gegenseitige Unterstützung unserer drei Abteilungen erleichterte es uns allen, neue Ideen, Problemlösungen und Räume zu finden, Pläne zu machen und Sicherheit im Umgang mit der herausfordernden Situation zu finden. Ich wünsche uns allen, gesund und fit durch diese Zeit zu kommen.

Herzliche Grüße, Thorsten Enklaar

## Training mal anders

Corona brachte das Trainingsgeschehen über mehr als 2 Monate zum Erliegen. Die Halle wurde geschlossen. Ein reguläres Training war nicht möglich. Doch trotz dieser schlechten Nachrichten war schnell klar: Eine Badminton-Saison ohne Vorbereitung? Nicht mit uns!



Inspiriert durch zahlreiche Fitness-Videos auf YouTube, startete die Badmintonabteilung des TV Zahlbach ein Fitness-Training der besonderen Art. So traf man sich zu den Trainingstagen nicht in der Sporthalle, sondern über einen Videoanruf in Skype. Was sich anfangs etwas befremdlich anfühlte, wurde schnell zur Routine. 30 Minuten wurde gemeinsam geschwitzt. Dabei standen besonders Schnelkraft und Übungen für eine grundlegende Stabilität und Kräftigung der Muskulatur auf dem Plan. Abgerundet wurden die Einheiten durch ein gemeinsames Abwärmen und Dehnen der Muskulatur. Das Angebot sprach sich herum. So haben wir uns entschlossen, das Training abteilungsübergreifend anzubieten.

Mittlerweile ist die Halle wieder geöffnet und das Training findet unter den bekannten Schutzmaßnahmen regulär statt. Trotzdem möchten wir uns an dieser Stelle bei allen Teilnehmerinnen und Teilnehmern für die tollen Trainingseinheiten bedanken und freuen uns, dass das Angebot so gut angenommen wurde. Gemeinsam schwitzt es sich besser. Bleibt gesund!

Adrian Hüttl  
(Mannschaftsführer 1. Mannschaft, Abteilung Badminton)



## Training in Corona Zeiten:

Als ich am letzten Wochenende an einer Kasse im Supermarkt stand spürte ich, wie direkt hinter mir Sachen aufs Transportband gelegt wurden und ich mehrmals „angerempelt“ wurde. Das ist kein Einzelfall und passiert mittlerweile regelmäßig. Ja, auch mich stört hin und wieder die Maske. Aber in meinem beruflichen Umfeld gab es letzte Woche zwei Coronafälle, von denen eine Person im Krankenhaus stationär aufgenommen werden musste.

Das macht betroffen. Ohne diese Betroffenheit schieben wir gerne die Hygienemaßnahmen weit weg. Ich schließe mich da nicht immer aus.

Warum erzähle ich das?

Am 27.05.2020 konnten wir das Training im Badminton unter besonderer Beachtung von Regeln wieder aufnehmen. Zuvor hatten wir via Skype und Zoom gemeinsam geschwitzt und den Kontakt zueinander aufrechterhalten. Aber wir wollten mal wieder richtig den Schläger in die Hand nehmen.

Gedankliche, organisatorische und sonstige Anstrengungen waren notwendig, dass wir das hinbekommen haben. Die Vorgaben wurden vom DOSB als Leitplanken beschrieben, tolles Wort.

Für mich als Trainer auch eine besondere Herausforderung, die Übungen und Ziele so zu gestalten, dass die Vorgaben eingehalten werden konnten. Platz zwischen den Feldern, Platz zwischen Spielern, Spieler dürfen sich beim Spiel nicht zu nahe kommen, begrenzte Anzahl von Spielern, keine Schlägertausch (warum auch?), kein Bälletausch, keinen fremden Ball aufheben, Bälle markieren, gebrauchte Bälle in Quarantäne, damit sie nach einer gewissen Zeit wieder benutzt werden konnten, Bälle in viele Kisten, Listen vorbereiten, gut lüften, se-

parater Eingang, separater Ausgang, Plätze zuweisen, keine Duschen, Toilettengang am besten vermeiden, eigenes Handtuch benutzen (auch außerhalb von Coronazeiten üblich), Netzauf-/abbau nur durch eine Person oder mit



Handschuhen, zugewiesener Bereich für Trainer.....Ansteckungsgefahr für den Trainer? gute Frage!

Aber, wir haben es wirklich hinbekommen. Und wir begrenzen die Anzahl der Spielerinnen und Spieler weiterhin freiwillig, damit das Risiko minimiert wird.

Ein Dankeschön an alle, die beim kleinsten Anzeichen von irgendwelchen Symptomen so verantwortungsbewusst waren, nicht ins Training zu kommen und ein dickes Lob an den Thorsten, der viel Gehirnschmalz verbraucht hat, Listen und Tabellen zu erstellen, die dann mit Leben und passende Übungen gefüllt werden durften.

Ich persönlich hoffe, dass wir keinen zweiten Lockdown mit einem Trainingsverbot erleben müssen, auch wenn ich im Training zwei Jacken tragen muss, da Lüften immer noch notwendig ist.

Stefan Landvogt

## Zur Wettkampfsituation: Mit Maske und Motivation

Steht ein Spieltag in der Saison für eine Zahlbacher Mannschaft an, ist normalerweise die erste Frage, wer wo und wann spielt. In dieser Saison kommt noch eine weitere Komponente zu den Vorbereitungen auf das Spiel hinzu: der Hygieneplan. Möglichkeiten zur Handdesinfektion, Ausloten der Umkleide- und Duschkapazitäten, Austeildienst für Leckereien vom Buffet, Zuteilung von bestimmten Bereichen in der Halle, Übermittlung und Anfragen des Hygieneplans bei den gegnerischen Mannschaften; dies alles muss in Zeiten von Corona sorgfältig durchdacht und vorbereitet werden.

Allerdings sorgen viele neue, aber auch altbekannte Gesichter für stark aufgestellte Mannschaften, motivierende Zuschauer und helfende Hände in dieser herausfordernden Situation. So ist es uns diese Spielsaison möglich, mit je einer Mannschaft in der Oberliga, Rheinessen-Pfalz-Liga, Verbandsliga und Bezirksliga anzutreten und dort nach der frühzeitig beendeten letzten Saison, deren Spielstände eingefroren wurden, erneut um den Aufstieg zu kämpfen. Die hohe Motivation aller zahlt sich aus: Von bisher insgesamt 10 Spielen in allen Mannschaften zusammen wurden alle gewonnen. Für Abwechslung sorgen dabei auch die neuen grauen Trikots, die diese Saison zum Einsatz kommen.

Wir hoffen, dass alle gesund bleiben, dass wir die Saison trotz Corona erfolgreich zu Ende spielen können und freuen uns schon auf die kommenden Spiele.

Eva Preuße

(Mannschaftsführerin 4. Mannschaft, Abteilung Badminton)



# Spieltermine Hinrunde

|        | 1. (Oberliga)                  | 2. (Rhein.-Pfalz-Liga)     | 3. (Verbandsliga)           | 4. (Bezirksliga)                |
|--------|--------------------------------|----------------------------|-----------------------------|---------------------------------|
| 12.09. | XXX                            | Sa. 20.00 bei ASV Landau2  | XXX                         | Sa. 18.30 gegen Hechtsh4        |
| 19.09. | XXX                            | Sa. 18.00 gegen Neuhofen2  | XXX                         | Sa. 18.00 bei Hütschenh4        |
| 03.10. | Sa. 16.00 bei TuS Wiebelskn    | Sa. 19.00 bei Hütschenh3   | Sa. 15.00 gegen Hechtsh2    | Sa. 18.30 bei SG ADS Hargesheim |
| 04.10. | So. 11.00 bei FSV Trier-Tarf.  | XXX                        | XXX                         | XXX                             |
| 10.10. | XXX                            | XXX                        | Sa. 17.00 bei TG Worms1     | XXX                             |
| 17.10. | Sa. 18.00 bei BSG Neustadt     | XXX                        | XXX                         | XXX                             |
| 18.10. | So. 11.00 bei 1. BCW Hütschenh | XXX                        | XXX                         | XXX                             |
| 30.10. | XXX                            | XXX                        | Fr. 20.00 bei TSV Mommenh.  | XXX                             |
| 31.10. | XXX                            | Sa. 19.00 gegen Neustadt 3 | XXX                         | Sa. 16.00 gegen Osthofen        |
| 07.11. | Sa. 19.00 gegen Niederlütz     | Sa. 17.30 bei ASV Waldsee  | Sa. 16.00 gegen PostSV Lu3  | Sa. 18.00 bei Bingen Büdesheim  |
| 08.11. | So. 11.00 gegen Betzdorf       | XXX                        | XXX                         | XXX                             |
| 21.11. | Sa. 18.00 bei TB Andernach2    | Sa. 17.30 bei Eppstein     | Sa. 18.30 gegen BV Lautern2 | XXX                             |
| 28.11. | XXX                            | Sa.18.30 gegen Herxheim    | XXX                         | Sa. 15.00 bei TG Worms2         |
| 29.11. | XXX                            | XXX                        | So. 11.00 bei Eppstein3     | XXX                             |



|        | 1. (Oberliga)                   | 2. (Rhein.-Pfalz-Liga)      | 3. (Verbandsliga)               | 4. (Bezirksliga)            |
|--------|---------------------------------|-----------------------------|---------------------------------|-----------------------------|
| 16.01. | XXX                             | Sa. 19.00 bei Herxheim      | Sa. 15.30 gegen Eppstein2       | Sa. 18.00 gegen TG Worms2   |
| 23.01. | XXX                             | Sa. 18.00 gegen Eppstein    | Sa. 19.00 bei BV Lautern2       | XXX                         |
| 29.01. | XXX                             | XXX                         | Fr. 20.00 bei PostSV Ludwigsh.3 | XXX                         |
| 30.01. | Sa. 17.00 gegen Andernach       | Sa. 20.00 gegen Waldsee     |                                 | Sa. 15.00 gegen BingBüdesch |
| 13.02. | Sa. 18.00 bei BCS Betzdorf      | XXX                         | XXX                             | XXX                         |
| 14.02. | So. 10.00 bei BC Niederlütz.    | XXX                         | XXX                             | XXX                         |
| 20.02. | XXX                             | Sa. 19.30 bei Neustadt 3    | Sa. 18.30 gegen TSV Mommnh      | XXX                         |
| 21.02. | XXX                             | XXX                         | XXX                             | So. 10.30 bei Osthofen      |
| 26.02. | XXX                             | XXX                         | Fr. 20.00 bei TV Hechtsh2       | XXX                         |
| 27.02. | Sa. 17.00 gegen Neustadt        | Sa. 15.00 gegen Hütschenh3  | XXX                             | Sa. 20.00 gegen Hargesh     |
| 28.02. | So. 11.00 gegen Hütschenh       | XXX                         | XXX                             | XXX                         |
| 13.03. | XXX                             | XXX                         | Sa. 18.00 gegen TG Worms1       | Sa. 15.30 gegen Hütschenh4  |
| 14.03. | XXX                             | So. 10.00 bei Neuhofen2     | XXX                             | XXX                         |
| 20.03. | Sa. 19.00 gegen FSV Trier-Tarf. | Sa. 16.00 gegen ASV Landau2 | XXX                             | Sa. 19.00 bei Hechtsh4      |
| 21.03. | So. 11.00 TuS Wiebelskn         | XXX                         | XXX                             | XXX                         |

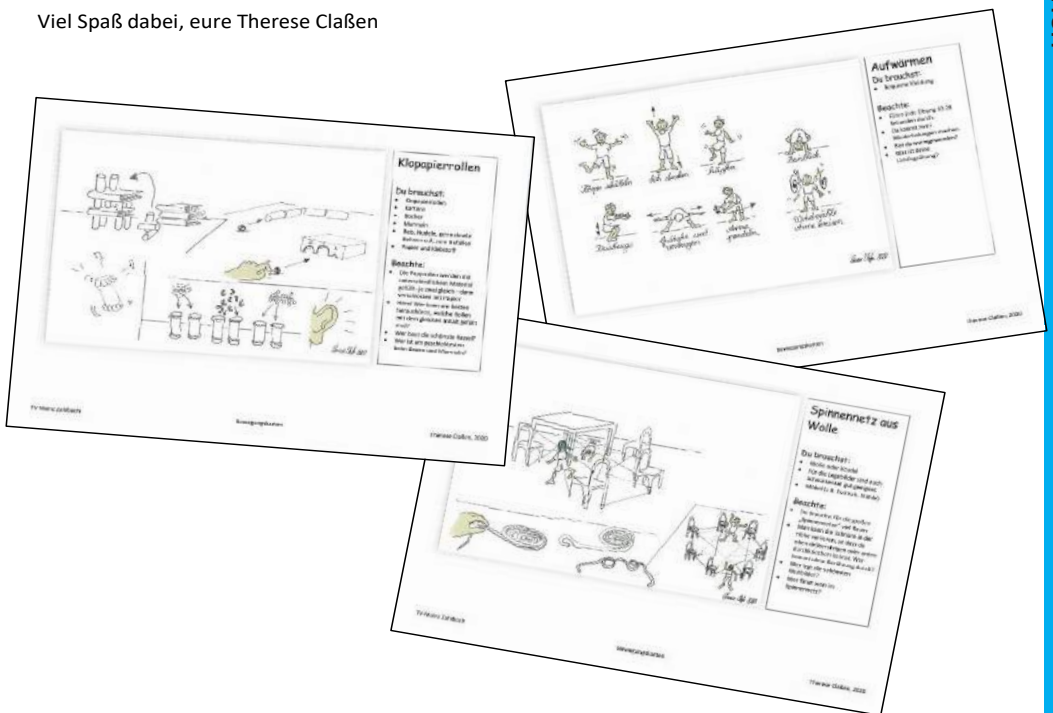




Anlässlich des Corona Lockdowns entwarf ich für Jung und Alt Bewegungsideen und hielt sie schriftlich und bildnerisch auf Bewegungskarten fest. Diese können als Anregung und Impuls für Übungen im häuslichen Kontext verwendet werden.

Einen kleinen Ausschnitt sieht ihr hier. Wenn ihr Lust auf mehr habt, geht auf unsere Homepage. Dort findet ihr alle Bewegungskarten zum Ausdrucken.

Viel Spaß dabei, eure Therese Claßen





## Baum Gieß Aktion

Da staunten die Nachbarn nicht schlecht: Am 15.9. bildeten 15 Frauen der Gymnastikgruppe einen „einem Laternenumzug ähnlichen Aufruhr“, als sie, jede mit einer Gießkanne gefüllt mit Wasser von der Halle aus in Richtung Netto zogen. Die Autofahrer wurden ausgebremst und gestoppt, denn die Truppe wollte die kleine Verkehrsinsel belagern. Was hatte die Gruppe vor?

„Mit dieser Aktion sind wir dem Aufruf der „Nachhaltigkeitsinitiative Bretzenheim“ gefolgt und kümmern uns um die vier Bäume auf der Verkehrsinsel, denn denen geht es gar nicht gut.“, so Rotraut Dahms, die Verantwortliche der Gruppe. In dem Appell der Initiative heißt es: Wir starten noch einmal einen Aufruf zum Bäume gießen: Viele unserer Bäume sind in akuter Gefahr zu verdursten. Das Institut für Physik der Atmosphäre der Johannes-Gutenberg-Universität schreibt bei ihren Monatsberichten für Juli: „Im Juli gab es für jeden Quadratmeter Boden nur einen 10l Eimer und eine Flasche Wasser über den gesamten Monat. Kurz um: Wieder viel zu trocken.“ Die Niederschlagskurve zeigt für dieses Jahr einen Verlauf, der sich





ständig am unteren Minimum-Rand bewegt und insbesondere in den letzten Wochen noch unter der Kurve von 2019 liegt (<https://www.ipa.uni-mainz.de/niederschlag/>).

Andrea Oppacher-Friedrich- Nachhaltiges Bretzenheim

Gemeinsam mit Therese Claßen aus dem Vorstand fanden wir heraus, wie viel Wasser ein Baum zum Überleben benötigt, wenn andauernde Hitze und Trockenheit vorherrschen. Denn mittlerweile ist es in vielen Gebieten Deutschlands zu lange zu trocken: Die Station Mainz-Lerchenberg nimmt mit 80 l Regen je m<sup>2</sup> Fläche in 2020 - und damit nur 43 % der üblichen Regenmenge - den ersten Platz der trockensten Orte Deutschlands ein (Quelle: Deutscher Wetterdienst).

Die Erkenntnis:

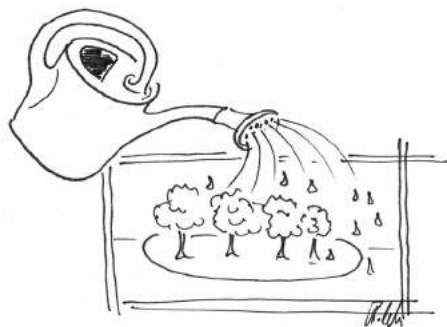
100 l pro Woche reichen aus, damit ein Baum die trockenen Monate überleben kann.

100 Liter =



Für uns steht es fest, wir wollen helfen. Darum werden wir – solange es trocken bleibt- wöchentlich den Gießdienst übernehmen- ein zusätzlicher Programmpunkt zu unserer Aufwärmphase.

Hast du/haben Sie Lust, mitzumachen? Bei unserer Vereinsaktion (Ansprechpartnerin: .....oder bei anderen Aktionen der Nachhaltigkeitsinitiative Bretzenheim, Mail-Adresse: [nachhaltiges-bretzenheim@posteo.de](mailto:nachhaltiges-bretzenheim@posteo.de)





## Verabschiedung Hannelore Rick

Ach wie tut es uns doch allen,  
jeden Dienstag so gefallen,  
wenn wir, anstatt auszuruhen,  
etwas für den Körper tun.

Wenn wir bewegen unsere Glieder,  
merken wir doch immer wieder:  
Nicht nur den Knochen tut es gut,  
es stärkt sogar den Lebensmut.

Kopf der Truppe für viele Jahr,  
war Hannelore- einfach wunderbar,  
mit Charme, Elan und viel Bravour,  
hielt sie uns, wie an 'ner Schnur.

Sie lief voran, und das sehr wacker,  
im Sommer um den Spargelacker.  
Im Winter in der Halle auch,  
so war es bei uns guter Brauch.

Gesund war´s auch, mal laut zu lachen,  
sich und anderen Freud zu machen.  
Bei den schönen Radfahrtrouren,

mit gutem Essen und Frischluftkuren.

Doch vom Sport das Allerbeste  
waren unsre schönen Feste.  
Zahlbachs Sommer-Treff—juchee  
da tat kein Zipperlein noch weh.

Und im Dezember immer wieder,  
wenn wir sangen unsere Lieder,  
der Pavillon festlich hergerichtet,  
lauschten wir still manch schönem Ge-  
dicht.

Hoffen wir, das ist ganz klar,  
Hannelore, du pack´st noch viele Jahr,  
mit uns gemeinsam Sport zu treiben,  
auf dass wir gesund zusammenbleiben.

Von Herzen danken wir dir.  
Deine Dienstagsabendtruppe vom TV-  
Mainz Zahlbach



Dienstags bei der Frauengymnastik

## Die Jüngsten sporteln draußen

Nach den Sommerferien ist das Eltern-Kind-Turnen nach einer langen Corona-Pause wieder gestartet. Gesportelt wurde auf der Wiese vor der Turnhalle in festen Gruppen. Auch die 3-5jährigen konnten sich zusammen mit Mama oder Papa diesem Angebot anschließen. Unter Anleitung von Setna Barclay und Maja Niemeyer haben die Eltern-Kind-Teams verschiedene Handgeräte – kleine Gummiringe, große Reifen, Seile oder Bälle – nach der längeren Turnpause wiederentdeckt. Dank der kreativen Ideen der Übungsleiterinnen konnten auch kleine Aufwärmspiele oder gemeinsame Kreisspiele auf Abstand zusammen stattfinden. Nur auf das gemeinsame Singen musste noch verzichtet werden. Seit Ende Oktober finden das Eltern-Kind-Turnen am Donnerstagnachmittag und das Kinderturnen am Dienstagnachmittag wieder in der Turnhalle statt. Angebote, Inhalte und Konzepte der Übungsstunden wurden angepasst, damit eine Konstanz der Gruppen ebenso gewährleistet werden kann wie Hygieneregeln und ein Abstandhalten, soweit möglich.

B. Rößmann

# Roundnet



Roundnet, was ist das eigentlich? Manche sprechen von einer Art „Volleyball mit Trampolin“, denn ein kleines rundes Netz bildet die Spielfläche zwischen zwei Spielpaaren, welche versuchen einen Ball innerhalb von 3 Kontakten immer wieder auf das Netz zu schlagen.

Seit einigen Jahren verspüren immer mehr Spieler auch in Mainz das Suchtpotential nach diesem simplen Sport. Üblicherweise wird auf Rasen oder Sand bei warmen Temperaturen und Sonnenschein gespielt, weshalb der Sport im Winter in eine Pause geht. Dieses Loch sollte gefüllt werden und der TV Mainz Zahlbach nahm Roundnet in seine Hallen auf, um den Mainzern auch im Winter eine Möglichkeit zu geben, zu spielen und zu trainieren. Das Trainerteam aus Alexander Dürstein und Yannick Maurer ergänzt sich perfekt und bringt viel Kompetenz mit in den neu aufwachsenden Sport. Dies bot die Gelegenheit zur Teilnahme an der ersten deutschen Roundnet Liga, die ihr Debüt feierte. Die Freude wurde aber nach dem ersten Spieltag durch die globale Corona-Pandemie gestoppt.

Der Lockdown und die vielen Einschränkungen, die über Monate herrschten, trafen auch den frisch beflügelten Sport im TV Mainz-Zahlbach stark. Ein Home-Training ist im Roundnet kaum möglich und digitale Treffen mit anderen Communitys machten von mal zu mal weniger Spaß. Dadurch, dass das Wetter schon im Mai mit warmen Temperaturen zum Rausgehen lockte, fanden sich auch wieder einige Sportler in den Mainzer Parks, die privat Roundnet spielten. Auch die Einschränkungen durch die Pandemie lockerten sich langsam und wir erhielten grünes Licht für die Wiederaufnahme des Trainingsbetriebs. Trotz der Möglichkeit im Freien zu spielen, waren wir an einige Regeln gebunden. Alle Teilnehmer befolgten diese problemlos und hatten trotz Einschränkungen Spaß. Man erwischte sich hier und da natürlich auch dabei vor Freude mit einem Mitspieler abklatschen zu wollen. Auch das Trainerteam machte aus der Not eine Tugend und begab sich auf erweiterte Suche nach Spielern im Raum Mainz, etwa durch Besuche in anderen Vereinen und kleinen Communitys. Immer mehr Menschen fanden aus der Pandemie zurück in die Mainzer Parks und schlossen sich dem Sport an. Aus einmal pro Woche wurden mindestens dreimal pro Woche Training. Dienstags, donnerstags und sonntags waren die etablierten Termine, an denen man sich um 18 Uhr traf und bis zum Sonnenuntergang spielte. Im Hochsommer bedeutete dies „4 Stunden spiken, bis die



Schulter schmerzt“. Der Durst nach mehr schien unlöslich, weshalb sich einige auch an den anderen Tagen trafen, um einfach nur zu spielen und Erfahrung in dem neuen Sport zu sammeln. Neben vielen neuen Anfängern, die uns beitraten, konnten sich auch einige Stammspieler zu echten Profis entwickeln. Das Team rund um die Trainer ist gewappnet für die nächste Saison in der deutschen Roundnet Liga und freut sich schon auch im Winter beim TV Mainz-Zahlbach Training für alle Altersstufen anbieten zu können. Also schaut vorbei und lasst euch von dem Roundnet-Virus anstecken, dies fördert eure Gesundheit :)



Yannik Maurer

## Das etwas andere Turntraining

Im Dezember 2019 fand unser Vereinswettkampf statt – der inzwischen schon fast zur Tradition geworden ist. Neben den Turnerinnen der Wettkampfgruppe, die sich an den vier Geräten eigene Kürübungen zusammenstellten, durften auch die Kinder der Anfängergruppen (mittwochs und freitags) zeigen, was sie innerhalb des letzten Jahres gelernt hatten. Damit es für alle ein fairer und spannender Wettkampf werden konnte, wurden die Turnerinnen in leistungshomogene Gruppen eingeteilt, innerhalb derer sie gegeneinander antraten. Dadurch hatten alle Kinder und Jugendlichen viel Spaß beim Wettkampf und waren stolz, Familie und Freunden ihr Können zu zeigen.

Mit viel Motivation ging es dann ins Jahr 2020. Das Training lief super, die Kinder machten große Leistungsfortschritte, und dann kam Corona. Aus Sicherheitsgründen mussten wir das Training aller Turngruppen erst einmal auf Eis legen. Die Turnerinnen der Wettkampfgruppe versorgten wir während dieser Zeit mit Workouts, die sie Zuhause selbstständig durchführen konnten. Kurz vor Beginn der Sommerferien durften wir zumindest das Training in der Wettkampfgruppe wieder aufnehmen und erhielten die Erlaubnis, auch in den Ferien zu trainieren. Die Turnerinnen freuten sich riesig, dass das Training wieder starten durfte – wenn auch unter strengen, aber notwendigen Hygieneregeln, die sie bzw. ihre Eltern vorab unterschreiben mussten. Hier ein kurzer Einblick in den Ablauf des „coronaspezifischen“ Trainings: Alle Turnerinnen und Trainerinnen erscheinen in Trainingskleidung und mit Maske vor der Halle. Dann wird die

Halle nacheinander und mit Abstand betreten, um sich zuallererst die Hände zu waschen bzw. zu desinfizieren. In der Halle angekommen setzen sich die Jugendlichen auf die markierten Bänke; max. 3 Personen pro Bank. Nun dürfen sie die Masken ablegen. Innerhalb festgelegter Gruppen bauen die Turnerinnen die Geräte auf und anschließend wärmen sie sich draußen auf – entweder auf dem Hof, an den Treppen oder ums Erbeerfeld. Anschließend turnen die Jugendlichen an den Geräten ebenfalls in festgelegten Gruppen und müssen sich nach jedem Gerätewechsel die Hände desinfizieren. Dafür wurde extra ein mobiler Desinfektionsspender von unserem Hallen- und Technikwart Michael zusammengebaut – so müssen die Turnerinnen nicht mehr ins Bad laufen und es geht weniger Bewegungszeit verloren. Am Ende wird wieder abgebaut und alle Türklinken, Wasserhähne usw. werden desinfiziert, um der nächsten Gruppe eine möglichst saubere Halle zu hinterlassen. Ja, so sieht unser Training aus. Wir müssen auf vieles achten, sind aber einfach nur froh, dass das Training überhaupt stattfinden kann. Auch die Anfängergruppen durften glücklicherweise nach den Sommerferien das Training wieder aufnehmen – selbstverständlich unter denselben Hygienemaßnahmen wie die Wettkampfgruppe.

Zu erwähnen ist noch, dass die Anfängergruppen einen sehr hohen Zulauf haben – so hoch, dass wir derzeit leider keine neuen Kinder mehr aufnehmen können – vor allem, um die Einhaltung der Hygieneregeln gewährleisten zu können. Glücklicherweise konnten wir aus unserer Wettkampfgruppe sechs Turnerinnen gewinnen, die uns in den Anfängergruppen als Übungsleiterhelferinnen unter die Arme greifen können. Danke dafür an Anna, Annika, Leonie, Lilly, Sophia und Tanja – schön, dass ihr da seid! :)

Sophia Best

## Starker Start, langsame Restart

Voller Enthusiasmus sind wir Volleyballer in der Saison 2019/20 mit zwei Mannschaften in den Mixed Wettbewerb gestartet, die dann – wie so vieles andere auch – im März jäh endete. Aber der Reihe nach.

Da wir mehr Volleyballer sind, als bei einem Rundenspiel zum Einsatz kommen können, haben wir uns entschieden, eine zweite Mannschaft zu melden, so dass alle ausreichend Spielanteile erhalten. Eine klassische Mixed-Mannschaft und eine Ü50-Mannschaft. Letztere darf zwar ohne Damen antreten, da alle Herren über 50 sind und davon haben wir reichlich, muss aber nicht. D.h. es dürfen Damen jeglichen Alters mitspielen und uns ältere Herren unterstützen.

Durch diese Regelungen war es möglich, dass wir alle Spielpraxis hatten – und es waren schöne Spiele! Nach dem Spiel gab es in unserer Halle immer einen geselligen Abschluss mit den Gegnern, inklusive Roundnet. Vielen Dank allen, die dazu beigetragen haben!

Es war aber nicht nur gesellig, sondern unsere 1. Mannschaft stand auf einem sehr guten zweiten Platz! Nur gegen den Tabellenführer TSV Armsheim-Schimsheim wurde mit 2:3 Sätzen verloren, siehe Tabelle:

Link: [https://www.vvrh.de/cms/home/vvrh\\_bfs/vvrh\\_bfs\\_bezirk/vvrh\\_bfs\\_meister\\_mix3.xhtml](https://www.vvrh.de/cms/home/vvrh_bfs/vvrh_bfs_bezirk/vvrh_bfs_meister_mix3.xhtml)

Zum zweiten Platz hat natürlich auch die Anfeuerungen an der Weihnachtsfeier beigetragen, als wir noch alle in die Halle durften. Damit war dann am Freitag, den 13. März 2020 Schluss! ... und auf einmal fehlte uns allen was. Kein Sport, kein Austausch, kein geselliges Beisammensein.

Während andere Sportarten im Juni wieder in die Halle durften, mussten wir warten, da Volleyball spielen und Abstand nicht gehen. Erst als Mitte Juli auch Kontaktsportarten – hier wurde Volleyball exemplarisch genannt – wieder erlaubt wurden, haben wir uns gemeinsam mit Xenia und Barbara ein spezielles Hygienekonzept für die Volleyballer überlegt.

Es war dann schon etwas seltsam, als wir uns im September erstmals wieder vor der Halle getroffen haben. Mit Maske, Abstand, Einbahnregelung, Hände waschen, Netzaufbau mit Einmalhandschuhen und Maske ... und dann spielen ohne Maske und mit möglichst viel Abstand, der aber spielbedingt nicht immer einzuhalten war (Kontaktsport). Seltsame Situation für uns alle, aber es hat trotzdem Spaß gemacht!

Auch wenn es nicht so war, wie zum Anfang des Jahres, war es gut! Jetzt hoffen wir, dass es nicht wieder zu stärkeren Einschränkungen kommt und wir zumin-

|   | Mannschaft                |   | Spiele | Siege | Sätze | Punkte |
|---|---------------------------|---|--------|-------|-------|--------|
| 1 | TSV Armsheim - Schimsheim | ▲ | 5      | 5     | 15:4  | 14     |
| 2 | TV Mainz-Zahlbach         |   | 4      | 3     | 11:4  | 10     |
| 3 | TGM Mainz-Gonsenheim      |   | 4      | 3     | 9:7   | 7      |
| 4 | TV Nierstein Mixed        |   | 5      | 2     | 10:9  | 7      |
| 5 | Volleygons                |   | 4      | 2     | 7:9   | 5      |
| 6 | TV Bodenheim              |   | 4      | 1     | 7:9   | 5      |
| 7 | TV Gimbsheim              |   | 4      | 1     | 3:9   | 3      |
| 8 | VC Mainz Mixed            | ▼ | 4      | 0     | 1:12  | 0      |

dest so spielen können.

Bleibt alle gesund!

Martin Drescher

P.S. Das Hygienekonzept des Sportbundes sieht für Kontaktsportarten feste Sportlergruppen vor, so dass wir momentan leider kein Probetraining anbieten können.

## Zur Chefsache erklärt

### *Beherzt: Vorstand und Abteilungsleitung sichern Fortbestand der Herzsportgruppe*

Es sind beunruhigende Nachrichten, die erstmals im Frühjahr 2020 im Verein die Runde machen: Andrea Kopf, Übungsleiterin der Herzsportgruppe, muss aus beruflichen Gründen aufhören. Komplett. Für unseren Verein wird sie nicht mehr zur Verfügung stehen.

Vorstand und Abteilungsleitung sind aufs Höchste alarmiert. Nachdem es in den letzten Jahren gelungen ist, den Verein immer breiter und interessanter aufzustellen (Parcours, Fitnessboxen, Football-Freestyle), droht nun ein herber Rückschlag. Denn Herzsport ist für jeden Turnverein ein Aushängeschild. Außer lizenzierten Übungsleitern Kardiologie bedarf es für ein solches Angebot einer Anzahl von Medizinern, die man zur Verfügung haben muss um sicher zu stellen, dass während jeder Übungseinheit stets ein Arzt da ist. Ein anspruchsvolles Sportangebot also. Ein Leuchtturmprojekt das zeigt, dass ein Verein zu komplexen organisatorischen Leistungen in der Lage ist. Gilt es doch, im Spannungsfeld zwischen Landessportbund, Krankenkassen, verschreibenden Hausärzten und gesetzlichen Vorgaben ein konkurrenzfähiges Angebot auf die Beine zu stellen. Eine Herausforderung, der sich längst nicht jeder Verein gewachsen zeigt.

Dabei hatten wir das Schwierigste doch gerade erst geschafft! Hatten 3 Ärzte gefunden, die gemeinsam im Wechsel die Abdeckung der Übungseinheiten gewährleisten hätten. Und jetzt das. Es fehlt diese eine zentrale Figur. Die Übungsleiterin.

In dieser kritischen Situation steht Ines Schild, die zweite Vorsitzende unseres Vereins, in ständigem Kontakt mit der verantwortlichen Abteilungsleiterin Reha-Sport, Andrea Schreier.



Schnell fällt der Entschluss, dass das Angebot unter allen Umständen gehalten werden muss. Die Angelegenheit wird kurzerhand zur Chefsache erklärt. Hilfe von außen steht nicht zu erwarten. Der Missstand kann nur mit Bordmitteln behoben werden. Ines erklärt sich bereit, die Ausbildung zur „Übungsleiterin Reha Sport Kardiologie“ zu absolvieren. Und: Nach intensivem Werben findet sich eine weitere Mitstreiterin. Jutta Sonnenkalb, Übungsleiterin in der Kinder-Psychomotorik, wirft ebenfalls den Hut in den Ring, um das Projekt Herzsport zu retten.



Was jetzt folgt, ist eine Operation am offenen Herzen: Wann kann die Ausbildung beginnen? Wird es eine Ausbildung aufgrund der besonderen Regelungen in der Corona-Zeit geben? Sind genügend Mitstreiter vorhanden, um die Ausbildung zu ermöglichen? Bekommen wir einen nahtlosen Übergang für unsere Herzsportgruppe hin, ohne pausieren zu müssen?

Quälendes Abwarten. Erst im Juli kommt die erlösende Mail. Es ist, als ginge die OP-Tür auf, der Chirurg streift die Maske vom Gesicht, lächelt und nickt. Die OP ist gelungen. Die Ausbildungsgruppe ist unter widrigsten Umständen zustande gekommen. Aus Kaiserslautern, Bayern und wo noch alles her haben sich trotz Corona genügend Teilnehmerinnen und Teilnehmer gefunden. Jetzt kann es losgehen. Jutta und Ines ziehen in den Kampf. Freitagnachmittag bis Sonntagabend stehen sie in der Turnhalle in Budenheim und machen Sport, Sport, Sport. Nicht nur an einem Wochenende. Es folgen Prüfungen und Hospitationen. Und eine umfangreiche Hausarbeit. Es gibt eine Teilnahmebescheinigung und schließlich auch – ganz am Ende – eine Lizenz. Nicht nur irgendeine Lizenz. Sondern DIE Lizenz. Jutta und Ines sind Übungsleiterinnen Reha Sport Kardiologie.

Was den beiden bleibt, ist Dankbarkeit. Dankbarkeit gegenüber dem kompetenten Team vom Landesverband für die Unterstützung während der Ausbildung. Dankbarkeit gegenüber Abteilungsleiterin Andrea Schreier, Dankbarkeit für die Unterstützung durch unseren Verein TV Zahlbach und ein Dankeschön an die bisherige Übungsleiterin Andrea Kopf für deren bisherige Pionierarbeit und das sie den beiden ihre Herzsportgruppe so herzlich übergeben hat.

# Boxen - geht auch draußen...

Bilder Karl-Heinz Schimpf



## ARBEITSEINSÄTZE IM TV MAINZ-ZAHLBACH - 2021

| <b>Termin</b>       | <b>Uhrzeit</b> | <b>Sportgruppe</b>                                | <b>Koordination</b>   |
|---------------------|----------------|---|---|
| Samstag, 13.03.2021 | 09.00 Uhr      | Damengymnastik, Fitness,<br>Psychomotorik         | Andrea Schreier, Mathilde Peil                                      |
| Samstag, 24.04.2021 | 09.00 Uhr      | Fitness Boxen, Parkour                            | Karl Heinz Schimpf, Sabrina<br>Jung, Ihab Yassin, Therese<br>Claßen |
| Samstag, 05.06.2021 | 09.00 Uhr      | Badminton Jugend                                  | Philipp Dilg, Marc Derichsweiler                                    |
| Samstag, 10.07.2021 | 09.00 Uhr      | Badminton Mannschaften                            | Thorsten Enklaar  |
| Samstag, 04.09.2021 | 09.00 Uhr      | Eltern-Kind-Turnen + Kinderturnen<br>+Gerätturnen | Xenia Schipp, Maja Niemeyer   |
| Samstag, 09.10.2021 | 09.00 Uhr      | Badminton Freizeit                                | Felix Voigt, Heike Gebhardt   |
| Samstag, 30.10.2021 | 09.00 Uhr      | Tischtennis                                       | Sascha Fuhrmann, Christian<br>Spütz                                 |
| Samstag, 20.11.2021 | 09.00 Uhr      | Volleyball  | Martin Drescher,<br>Heiko Kauffmann                                 |

# Einladung

zur TVZ-Weihnachtsfeier

- Wann:** Freitag, den 11.12.2020
- Wo:** TVZ Gelände, Mühlweg 92
- Beginn:** 18.00 Uhr
- Wer:** alle Mitglieder und Freunde
- Was:** Gulasch, Chilli, heiße Orange,  
Glühwein, Spundekäs

**Anmeldung:** Bitte in die Liste in  
der Halle eintragen oder Mail an:  
[info@tv-zahlbach.de](mailto:info@tv-zahlbach.de). Achten Sie bitte auf  
unsere Homepage wegen Corona  
Beschränkungen