

## BLICKPUNKT: 5. TURNFEST RHEINLAND-PFALZ IN PIRMASENS

## Vierkampf-Expertinnen

Turnerjugend-Gruppen der TS Rodalben bei Rheinland-Pfalz-Meisterschaften fünfmal auf dem ersten Platz

VON ANDREAS PETRY

Das Maß aller Dinge beim Turnerjugend-Gruppen-Wettkampf (TGW) und bei den Turnerjugend-Gruppen-Meisterschaften (TGM) gestern Abend in Rodalben waren die Gastgeberinnen. Insgesamt fünf Teams der TS Rodalben nutzten den Heimvorteil und holten in ihren jeweiligen Altersklassen alle Rheinland-Pfalz-Meistertitel.

Allerdings hatte die TSR bei der Jugend (zwölf bis 19 Jahre) und bei den Erwachsenen keine Konkurrenz zu fürchten. Trainerin Inge Hollerith sprach daher von einem „Trainingslauf der beiden Mannschaften für die deutschen Meisterschaften“. Diese finden am ersten Oktoberwochenende in Regensburg statt. Und: Die diesjährige Qualifikation ist auch die Fahrkarte fürs Deutsche Turnfest 2017 in Berlin. Dort mit dabei ist auch das Team drei der TSR, das sich in der Nachwuchsklasse (zwölf bis 16 Jahre) gegen den TPSV Enkenbach und den TSV Speyer durchsetzen musste.

Bis allerdings die Landesmeisterschaften feststanden, mussten die Gymnastinnen ein Riesenprogramm absolvieren. Der Wettkampf startet mit dem Medizinball-Weitwurf, den nahezu alle Teams in den einzelnen Wettkampfgruppen im Programm



Setzte sich gegen Enkenbach und Speyer durch: die Nachwuchsgruppe der TS Rodalben.

FOTO: SEEBALD

hatten. Dabei muss man den ein oder zwei Kilo schweren Medizinball rückwärts über den Kopf werfen. „Das war schon eine tolle Atmosphäre“, freute sich Hollerith über die Anfeuerung des Publikums, ähnlich wie beim Ski-springen. „Und zieh!“ hielt es bei den Rodalber Mannschaften durchs Lindersbach-Sportgelände. Weitaus intensiver sind danach die Vorführungen in Tanz, Gymnastik und Turnen, die alle zwischen drei und vier Minuten dauern.

Zu einem unverhofften Auftritt gestern Nachmittag kam die Mannschaft des SV Erlenbrunn, die schon gestern früh beim Teenie-Wettkampf im Turngruppenwettbewerb, bei dem es keine deutschen Titelkämpfe gibt, angetreten war. Hollerith hatte der Auftritt der Erlenbrunner so gut gefallen, dass sie das Team zur Teilnahme am Wettbewerb der TGW-Jugend einlud.

Sowohl Claudia Engelmann vom SV Erlenbrunn als auch Annette Dahler vom TB Hermersberg, der am Morgen die Konkurrenz im Kinder-Gruppenwettbewerb eröffnet hatte, waren zufrieden. „Wir hatten als einzige Jungs dabei“, erzählte Engelmann, die mit gleich vier Gruppen angetreten war. „Eine Gold-, eine Silber- und eine Bronzemedaille: Für so ein kleines Dorf ist das schon was Besonderes“, erklärte Dahler voller Stolz.

## TURNFEST-SPLITTER



Dreizehnte im Kür-Vierkampf (LK 2): Lena Dausmann vom TV Lemberg.

FOTO: SEEBALD

Lemberger Sextett am Start. Seit 1988 betreut Petra McPherson die Turnerinnen des TV Lemberg. Zurzeit sind es rund 70, mit 32 Personen ist der Verein ins Pirmasenser Kant-Gymnasium zum Übernachten eingezogen, um die Turnfestatmosphäre richtig einzuzutmen. Die Beste des Sextetts war Anabel Diener als Dritte im Frauen-Wahlpflichtvierkampf. Fünfte im Kür-Vierkampf wurde die 15-jährige Johanna Jahn, die mit zwei Stürzen Pech hatte, sonst hätte sie auf dem Podium gestanden. Außerdem turnten Verena Steger (8.) und Lena Dausmann (13.) im Jahrgang 1998 und älter sowie im Pflicht-Vierkampf (AK 8) Leandra Resch (13.), Jana Walter (15.) und Marie Schmidt (16.). (ku)

geburtstag reduziert. Ein süßes Törtchen und eine kleine Kerze – so bekam die Rodalberin Marianne Faulhaber gestern im Foyer der TSR-Halle zum Geburtstag gratuliert. Viel Zeit, um richtig zu feiern, hatte die Ehefrau des Vorsitzenden der TS Rodalben, Jürgen Faulhaber, der an der Kasse Dienst schob, nicht. Denn das Mitglied des „Gym and Dance Teams“ der TSR war in die Organisation eingebunden. (pea)

Ballverliebter Welp. Prellball ist eine tolle Sportart. Für viele der Standbesucher des TV Riesweiler im Strecktalpark war allerdings eher der kleine Braune Labradorwelp die Attraktion. 18 Wochen alt ist er und schon ein Ball-Fan. Die haben bei ihm allerdings eine nicht allzulange Haltbarkeit. Das Opfer seiner spitzen Zähne trug er als Trophäe gleich mit sich. (bos)

Schüsse im Strecktal. Und da war da noch der Vater, der auch nach eindringlichem Flehen seiner Tochter - „bitte Papa, jetzt will ich auch mal“ - das Biathlon-Gewehr am Stand des Ski-Clubs im Strecktalpark nicht aus der Hand gab. Er hatte aber auch gerade einen sauberen Lauf - fünf Treffer in Folge. Nicht schlecht! (bos)

## Der Meerjungfrau fehlt es an Grazie

Bei Turnfest-Akademie in verschiedene Sport- und Übungsarten reinschnuppert – RHEINPFALZ-Redakteur testet Kurs „Pilates und Faszien“

VON CHRISTIAN CLEMENS

Nach eineinhalb Stunden Pilates und Faszien-Training am Donnerstagmorgen war in mir die Erkenntnis gereift: „Es fehlt mir an Grazie.“ Schlimm ist das nicht. Die Turnfest-Akademie bietet allen Interessierten die Möglichkeit, in unterschiedlichsten Trainingsmethoden hineinzuschnuppert. Auch Anfänger ernten keine blöden Blicke.

Pilates und Faszien – ersteres ist Fitnessbegeisterten sicher ein Begriff. Und auch Faszien sind zurzeit in aller Munde. Doch was ist das eigentlich? Kursleiterin Andrea Flach-Meyerer erläutert kurz, worum es sich dabei handelt, ehe es ans Üben geht. Faszien sind ein Bindegewebsnetz, das den gesamten Körper durchzieht und Muskeln und Organe umschließt. Durch zu viel oder zu wenig Bewegung oder auch durch Stress kann dieses Netz verkleben. Die Folge sind Verspannungen, Schmerzen, es fehlt an Beweglichkeit.

Im Kurs zeigt Flach-Meyerer Übungen, die Abhilfe schaffen, verknüpft mit der Pilates-Methode. Los geht's mit einem Tennisball, der im Stehen mit der Fußsohle gerollt wird. Wahlweise können Golfbälle genutzt werden. Die Faszien sollen so gelockert werden. So weit so einfach.

Etwa 30 Kursteilnehmer lassen Filzkugeln über den Boden der Turnhalle des Leibniz-Gymnasiums kreisen. Die Frauenquote liegt bei fast 100 Prozent. „Das ist bei Pilates leider so“, erklärt Flach-Meyerer. Wolfgang Scheib – neben mir der einzige Mann in der Halle – bestätigt dann auch diese Erkenntnis. Ob er öfter Pilates macht, frage ich ihn nach dem Kurs. „Ich habe hier Faszien-Training gemacht“, antwortet er schmunzelnd. Der 66-Jährige ist seit über 50 Jahren Übungsleiter. Zurzeit leitet er eine Herz-Sport- und eine Fitness-Gruppe. Da wollte er sich neue Anregungen holen. „Durch Sport leben wir nicht länger, aber er macht das Leben lebenswerter“, sagt er lachend.

Als Flach-Meyerer mehr Pilates-



Einfach abrollen: Diese Übung kann wirklich jeder mitmachen. Mit der Fußsohle lassen die Teilnehmer einen Tennis- oder Golfball kreisen. FOTO: SEEBALD

übungen einbaut, wird es koordinativ anspruchsvoller. Das fiktive „kostbare Gefäß“, das man sinnbildlich auf dem

von der die Dozentin spricht, suche ich hin und wieder vergebens. Und als sie von uns Kursteilnehmern „eine wunderschöne Meerjungfrau“ sehen möchte – so nennt man die Übung –, fehlt meiner irgendwie die Grazie.

Nicht erst da zeigt sich, dass die Schwestern Felisa Eisel und Verena Burkhart, die ihre Matten vor mir abgelegt haben, nicht zum ersten Mal Pilates machen. Eisel ist sogar Pilates-trainerin, gibt Kurse in der Physiotherapie-Praxis ihrer Schwester in Busenberg. „Ich wollte mir hier neuen Input holen“, sagt sie. Die beiden bleiben daher noch für einen weiteren Kurs.

Für mich geht es derweil zurück an den Schreibtisch – mit gelockerten Faszien und der Erkenntnis, dass sich Reinschnuppert bei der Turnfest-Akademie auch für Anfänger lohnt.

## INFO

Wer Lust hat, bei der Turnfest-Akademie vorbeizuschauen, hat noch heute und morgen Gelegenheit dazu. Die Kurse finden Sie auf [www.turnfest-rheinland-pfalz.de](http://www.turnfest-rheinland-pfalz.de).

## „Immer lachen“

Landesmeisterschaften in Gymnastik und Tanz

Wenn die Raumpatrouille gegen Außerirdische kämpft, Piraten die Halle der Turnerschaft Rodalben entern und viele Pippi Langstrümpf fürs gute Ende sorgen, dann muss bei der TSR wieder eine Gymnastik- und Tanzveranstaltung steigen. Richtig! Gestern waren dort auch die Rheinland-Pfalz-Meisterschaften und Pokalwettbewerbe in Gymnastik und Tanz.



Rheinland-Pfalz-Meisterinnen in Gymnastik und Tanz: die Frauen des TV Hinterweidenthal. FOTO: SEEBALD

„Es ist eine super Veranstaltung“, freute sich die Vizepräsidentin des Pfälzer Turnerbunds, die Rodalberin Inge Hollerith, über eine reibungslose Veranstaltung. Dabei nutzten natürlich die Frauen und Mädchen aus der Westpfalz ihren Heimvorteil richtig aus. Vor allem die beiden TSR-Gruppen in der Mini-Konkurrenz entzückten die Zuschauer. „Immer lachen und die Zehenspitzen lang lassen“, verriet die achtjährige Ronja von den „TSR-Minis 5“, was Trainerin Hollerith zu ihr und ihren Kameradinnen vor dem Wettkampf gesagt hatte und gestand zudem bei ihrem ersten Wettkampf angesichts von rund 600 Zuschauern: „Da hat man schon ein bisschen Angst.“ Brauchte sie jedoch nicht zu haben, weil beide Rodalber Gruppen sowohl ihre Tanz- als auch ihre Gymnastikvorführung mit Bravour, einem Lachen und langgestreckten Zehen absolvierten – und so die Plätze eins (Minis 4) und zwei im Turnfest-Cup Gymnastik und Tanz belegten.

Weit kritischer waren da schon die Trainerinnen des TV Pirmasens und des TV Hinterweidenthal, die bei den Erwachsenen um die Rheinland-Pfalz-Meisterschaft wetteiferten. „Wir haben bei der Gymnastikvorführung noch zu viele Fehler ge-

macht“, kritisierte TVH-Trainerin Nina Zimmermann-Arzheimer, obwohl ihr Team gewann. TVP-Übungsleiterin Nadine Zimmermann merkte an: „Beim Tanz müssen wir noch an der Ausführung arbeiten.“

Eine Augenweide waren übrigens die 14 bis 82 Jahre jungen Damen vom TSV Unterpfaffenhofen-Germering (bei München), die mit dem Zug angereist waren und bis Samstag in der Südwestpfalz bleiben. Ihre Trainerin Irmli Meiner ist mit 87 Jahren gar die älteste Turnfest-Teilnehmerin. „Hoffentlich sind wir in diesem Alter auch noch so fit“, freute sich Hollerith über die einzige Seniorengruppe der Konkurrenz im Turnfest-Cup. (pea)

## Mit der Schubkarre über den Messeplatz

Beim „Fun-Team-Cup“ steht der Spaß im Vordergrund – Hilfe aus dem Ruhrgebiet beim Turn-Tüv vor Ort

VON MICHAEL ELIG

Fronleichnam-Mittag vor der Messehalle, die Sonne scheint, 23 Grad, strahlend blauer Himmel: Das optimale Wetter für einen Ausflug. Die Lemberger Martin Niebuhr und Luca Bendig machen sich dieses Motto zu Eigen: Das Transportmittel ist eine Schubkarre.

Chauffeur Bendig hat für die etwa zehn Meter lange Fahrstrecke die Augen verbunden, Passagier Niebuhr sitzt zwar recht unbehagen in dem zum Sportgerät umfunktionierten Schubkarren, der Spaßfaktor könnte dennoch höher nicht sein. Die Lemberger Blasmusiker gehören zum Helferteam beim „Fun-Team-Cup“ vor der Messehalle. Für fünf Euro können hier in Teams von zwei bis vier Personen acht Geschicklichkeitsstationen absolviert werden. Unschwer an ihren blauen Helfer-Shirts zu erkennen, wollen die beiden Teilnehmer ihr Geschick selbst einmal austesten. Die ersten Kurven verlaufen recht unharmonisch, aber dann setzt der 18-jährige „Kutscher“ Bendig die Anweisung seines 42-jährigen Vereinskameraden gekonnt um. Doch: „Die Bestzeit knacken wir nicht“, stellen die beiden schmunzelnd fest. Sie werden von vielen Turnfestaktivisten beobachtet, die das Schubkarrenrennen noch vor sich oder schon hinter sich haben.

Als nächstes versuchen sich Schieberin Sabine Kromm und Insassin Verena Mast vom Turnverein Leiselheim bei Worms. Sie weilen seit Mittwoch in Pirmasens, übernachteten im Leibniz-Gymnasium und haben schon einen „Aroha“-Kurs, eine Art Kriegstanz, hinter sich. „Fertig, los“, lautet



Die beiden „Fun-Team-Cup“-Helfer vom Blasorchester Lemberg haben Spaß beim Schubkarrenrennen: Martin Niebuhr sitzt entspannt, während Luca Bendig mit verbundenen Augen durch den Parcours fahren muss. FOTO: ELIG

das Startsignal. Und Sekundenbruchteile später müsste die rote Flagge gezeigt werden, wenn es eine gäbe: Schieberin Kromm hat das Gleichgewicht verloren und ihre Teampartnerin unsanft zu Boden gebracht – für die Ewigkeit auf zahlreichen Handy-Filmen und Fotos festgehalten.

Aber auch sie kommen ins Ziel und schreiten zum Kistenrennen. Die Lembergerin Daniela Wüstemann erklärt den Ablauf: „Zwei Teilnehmer stehen hintereinander auf je einer Kiste. Ihr müsst versuchen, die dritte

Kiste nach vorn zu bringen, ohne dass eure Füße den Boden berühren.“ Wüstemann hat Übung, seit 10 Uhr führt sie Liste, welches Team wie schnell ist. „Es ist witzig, wie unterschiedlich die Techniken sind“, sagt die 19-jährige Volleyballerin der SG Waldfishbach.

Die Atmosphäre beim Fun-Team-Cup ist entspannt. Die Teilnehmer aus dem gesamten Bundesland kommen schnell ins Gespräch. Der Wettbewerbscharakter gerät zur Nebensache.

Dem Turn-Tüv stellen sich indes vorwiegend jüngere Teilnehmer. „Probieren Sie es doch einfach mal aus“, animieren die beiden Turn-Tüv-Leiterinnen Elisabeth Heim von der VT Zweibrücken und die Bochumerin Anna-Maria Van den Meulenhof die Gäste: Rolle vorwärts und rückwärts, Handstand, das Rad schlagen und sogar einen Salto umfasst das Repertoire. Zwei junge Teilnehmer fliegen gekonnt fast synchron durch die Luft. „Anfänger sind das nicht“, stellen die beiden Wertungsrichterinnen fest.

Und recht haben sie: Max Engelhardt und sein Freund Nils Anders, acht und neun Jahre alt, aus Oppenheim bei Mainz haben am Vormittag einen vierten und fünften Platz bei der Rheinland-Pfalz-Meisterschaft im Turnen errungen. Während Elisabeth Heim seit 1962 bei jedem Ereignis dieser Art dabei ist, wurde Anna-Maria Van den Meulenhof von der Vizepräsidentin des Pfälzer Turnerbundes, Inge Hollerith, „überredet“, hier nicht nur Gast zu sein, sondern mitzuhelfen. „Das Angebot habe ich gerne angenommen“, sagt die Ruhrgebietlerin.

Viel Schweiß vergießen derweil Sabine Gabriel-Zick, Simone Hornberger und Christiane Stigenbauer vom Turnverein Hinterweidenthal. In aller Herrgottsfrühe haben sie für rund 400 Sportler in der Robert-Schumann-Grundschule Frühstück zubereitet, und gleiches erwartet sie an den nächsten Tagen. Gabriel-Zick, Trainerin der TVH-Tanzgruppe „Step & Pep“, beschränkt sich aus gutem Grund auf das Helfen: Sie ist im siebten Monat schwanger. „Helfen kann ich dennoch“, stellt sie nüchtern fest. Das Turnen und Tanzen überlässt sie diesmal jedoch den anderen.