

## Noch Plätze frei

Anfänger-Tanzkurs beim TSC Worms Wonnegau

Eingereicht von  
Yvonne Speth

**WORMS (red)** – Das Tanzen ist eine der beschwingtesten Arten sich fit zu halten und auch Demenz entgegenzuwirken. Wer schon immer einmal Tanzen lernen möchte oder einfach mal wieder Lust hat das Tanzbein zu schwingen, der ist im Tanzsportclub Worms Wonnegau (TSC) im Treffpunkt in Horchheim genau richtig. Am Sonntag, 27. Januar, startet

um 17 Uhr ein Tanzkurs. Eine Vereinsmitgliedschaft ist nicht notwendig. In zehn Unterrichtsstunden lernt die Gruppe alles um auf einer Hochzeit oder einem Ball eine gute Figur zu machen. Wichtig ist dem Verein, dass jeder in seinem Tempo lernen kann. Daher wird viel wiederholt und geübt und die Gruppe klein gehalten. Der Unterricht wird auf die Gruppe zugeschnitten. Anmelden kann man sich unter [www.tsc-worms.de](http://www.tsc-worms.de)/Termine. Der Preis beträgt 80 Euro

## Strike im Visier

Neues Jahr, neue Chance für Pin Killer Worms

Eingereicht von  
Michael Reichensperger

**WORMS (red)** – Nach Abschluss des Bowlingjahrs 2018 und der Vizemeisterschaft in der HBC-Liga möchte die ganze Mannschaft der Pin Killer Worms schwingvoll neu angreifen.

Klar hätte sich das Team gerne das erste Double gewünscht, aber die Vizemeisterschaft „ist auch sehr schön und akzeptabel“, so der Spieler Thomas Ebert. Deshalb hat Scott Hippe, der die sportliche Geschicke im Verein koordiniert, gleich zwei neue Spieler an Land ziehen können, die ab Januar in der neuen Saison mitspielen werden, um die Mannschaften zu verstärken.

Es sind zwei Amerikaner, die Scott Hippe persönlich gut kennt. Am 26. Januar startet die neue HBC-Bowling Saison in Felix Bowling Center in Ludwigshafen. Des Weiteren spielen die Pin Killer Worms, eine Liga in der DBV Südwest, die nach der Winterpause am 27. Januar mit dem fünften Spieltag in Mainz-Mombach weitergeht. Hier steht die Erste Mannschaft auf dem letzten und die Zweite auf dem vorletzten Platz. Auch dort möchten beide Teams mit aus dem Tabellenkeller heraus. Zudem stehen die Vorbereitungen und Planungen für die Qualifikationen zur Teilnahme an den Deutschen FBV Bowling-Meisterschaften an.

# Einheit von Körper und Geist

Taekwondo-Abteilung des TV Leiselheim erweitert Angebot um Schwertkampf

**LEISELHEIM (red)** – Haidong Gumdo ist eine jahrhundertalte koreanische Schwertkampfkunst. Erlernen kann man sie jetzt auch in der Taekwondo-Abteilung des TV Leiselheim

Heutzutage wird zwar auch noch mit den Schwertern Mann gegen Mann oder auch Frau gegen Frau gekämpft. Das Hauptziel bei Haidong Gumdo ist es jedoch, eine Einheit von Körper und Geist zu schaffen. Dadurch wird unter anderem die Konzentration erhöht und die innere Ruhe gefördert. Durch Meditation und Atemübungen erlernt man neben dem Beruhigen von Körper und Geist auch die Fähigkeit der Selbstkontrolle.

**Vollkommene Beherrschung**

Im Vordergrund dieser Kampfsportart steht jedoch die vollkommene Beherrschung des Schwertes in verschiedenen Disziplinen, wie das Löschen einer Kerze oder auch Papier, Stroh und Bambus schneiden. Das Herzstück des Haidong Gumdo ist das Formenlaufen, das einzeln oder auch in Gruppen als Formation gezeigt wird. Es fördert physische Eigenschaften, wie zum Beispiel spontane Kraftezeugung, Gleichgewicht, Drehtechniken und auch Konzentration. Beim Löschen von

Kerzen wird die Kontrolle von Geschwindigkeit und Kraft des Schnittes geübt. Das Schwert muss während eines Schnittes an einem bestimmten Punkt gestoppt werden, um mit dem entstehenden Luftzug eine oder mehrere Kerzen zu löschen.

**Auf Schnitt kommt es an**

Das Schneiden eines Blatt Papiers unterstützt das Erlernen von präzisen Schnittwinkeln und Schnittlinien. Das Schneiden von sich bewegenden Zielen erfordert schnelles Zielen, Beinarbeit, Geschwindigkeit, die Fähigkeit das Schwert schnell zu ziehen und rasche Entscheidungsfähigkeit. Durch das Schneiden von Bambus wird die Schneidetechnik für starke und harte Gegenstände gezeigt, für die kräftige, große, runde Schnitte benötigt werden. Das Schneiden von Stroh fördert die Schneidetechnik für weiche und elastische Gegenstände. Hierbei sind ein genauer Winkel und hohe Geschwindigkeit erforderlich, damit nach dem Schnitt das Stroh aufeinander stehen bleibt.

**PROBETRaining**

Haidong Gumdo ist eine familienfreundliche Kampfkunst daher lädt die Taekwondo-Abteilung alle Interessierten ab zehn Jahre zum Kickoff-Training am 9. Februar ab 15 Uhr ein.



Meister Han, Sang Hyun, Chef des europäischen Verbandes, übt sich im Haidong Gumdo. Foto: Jennifer Beygang

## Fortbildung für Grundschullehrer

**EDENKOBEN (red)** – Im Rahmen der DFB-Fortbildungsreihe „20.000 plus“ werden bei einem zentralen Lehrgang am 19. und 20. Februar in der Sportschule in Edenkoben Grundschullehrer/-innen im Bereich „Spielen und Bewegen mit Ball“ in den Klassenstufen 1 bis 4 fortgebildet. Schwerpunkt der Fortbildung ist das Thema „Spielen und Bewegen mit Ball – Unterrichtsbeispiele für die Grundschule“. Bei dem abwechslungsreichen Lehrgang stehen weiterhin Ballgewöhnung, Koordinationsschulung, Spiele und die Durchführung einer Fußball-Olympiade auf dem Programm. Zudem werden die Teilnehmer umfassend über das DFB-Mobil, DFB-Fußballabzeichen, die Sepp-Herberger-Tage an Schulen sowie Kooperation Schule und Verein informiert. Die Fortbildungsreihe ist inklusive Übernachtung und Verpflegung in der Sportschule für alle Teilnehmer kostenfrei. Zudem erhalten alle Unterrichtsmaterialien sowie einen Grundschul-Fußball. Die nächste zentrale Veranstaltung findet am 19. und 20. Februar statt. Für diesen Lehrgang sind noch Plätze frei. Grundschulen haben zusätzlich die Möglichkeit, die Fortbildung dezentral an ihrer eigenen Schule durchzuführen. Anmeldung und weitere Informationen per E-Mail an [oliver.herrmann@swfv.de](mailto:oliver.herrmann@swfv.de) oder unter Telefon 06323-9493 660.

## Fußballjugend unterwegs auf Schustersrappen

SC Dittelsheim-Heßloch richtet am 27. Januar alljährliche Fufa-Winterwanderung aus

Von  
Heinz Hinkel

**DITTELSHEIM-HESSLOCH (red)**

– Der Tipp kam von Lother Renz. Der Kreisvorsitzende schlug schon im Herbst den Verantwortlichen des Fördervereins Fußballjugend Alzey-Worms (Fufa) vor, die Winterwanderung in diesem Jahr in Dittelsheim-Heßloch durchzuführen. „Die neue Halle bietet sich an“, so der Gundheimer, auch wären dort die Voraussetzungen zum Wandern echt gut. Einen Teil des Klappbergs könne man sicherlich einbeziehen. Mittlerweile wurden die Weichen gestellt, das Großereignis rückt näher.

Im Fußballkreis Alzey-Worms freuen sich alle auf den 27. Januar, denn an diesem Tag richtet der SC Dittelsheim-Heßloch die 32. Fufa-Winterwanderung aus. Der Treff der großen Fußballfamilie ist alljährlich immer etwas ganz Besonderes.

**Haken gesetzt**

Die Verantwortlichen des Fördervereins mit Felix Schmidt an der Spitze, konnten kürzlich beim Abschlussgespräch im Heßlocher Sportheim mit dem SC-Vorsitzenden Wolf-Dieter Reiche und seinem „Vize“ Klaus Müller einen Haken hinter das Vorbereitungsprogramm machen. An der Klappberghalle

kann am letzten Sonntag in Januar zwischen 9 und 11.30 Uhr gestartet werden. Die Startgebühr, 2,50 Euro, für Jugendliche 1,50 Euro, wandert wie immer in der Fonds für „die gute Sache“. Ebenso der Erlös aus einer Tombola, die beim großen Treff in der Halle durchgeführt wird. Auch die Ehrung der stärksten Wandergruppen steht nach dem 8,5-Kilometer-Marsch auf dem Programm. „Wir werden bestimmt wieder viel Spaß haben, so wie man das vom Fufa-Event kennt“, war kürzlich aus den Reihen von Stammgästen zu hören. „Auf einen großen Tag bei uns in der Klappberggemeinde freuen wir uns alle“. Klaus Müller erinnert

bei der Abschlussbesprechung an die gelungene Winterwanderung 2016 in Monzernheim.

**Angebot**

Ein gut besetzter Stammtisch der „Fußball-Oldies“ (ab 9.30 Uhr) wird auch diesmal erwartet. Die Schiedsrichter haben ebenfalls angekündigt, dass sie beim Fufa-Treff wieder mitmischen wollen. Ein besonderes „Angebot“ richtet sich an die Trainer: Auch auf der Wanderstrecke in Dittelsheim-Heßloch bietet sich für aktive Mannschaften und Jugend-Teams eine Laufeinheit an. Zwischen 9 und 11.30 Uhr kann es an der Klappberghalle losgehen.

## Glücksgefühle zum Anfassen

Turngemeinde lädt Square-Dance-Interessierte zu Kennenlern-Tag ein

Eingereicht von  
Jutta Hennecke

**WORMS.** Square Dance steht für

Gemeinsamkeit, Freude und Spaß an der Bewegung. In beschwingtem Schritt bewegen sich Tänzerinnen und Tänzer als Team nach den Ansagen des Callers von Formation zu Formation. Am Sonntag, 17. Februar, bietet die TG Worms erstmalig die Möglichkeit, diese beschwingte und dynamische Tanzform selbst auszuprobieren. Getanzt wird zu jeder Musik, die Spaß macht: Pop, Jazz, Alternative, Rock – sogar Hip-Hop-Musik. Ob jung oder alt: Für jeden ist etwas dabei. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. „Beim Square Dance be-

steht praktisch ständig eine Handverbindung zu anderen. So können sich insbesondere auch

die Neueinsteiger schnell orientieren“, betont Callerin Jutta, die die Schritte und Formationen erklärt. Das damit verbundene Erfolgserlebnis und die Gemeinsamkeit sind die Garanten für gute Stimmung – meistens weit über den Abend selbst hinaus. Jede und jeder ist willkommen, mit oder ohne festen Tanzpartner.



Den Tanzpartner mit flotter Drehung im Arm. Foto: douglplummer

**INFO**

17. Februar  
18.30 bis 20.30 Uhr, Einlass 18 Uhr  
TG Worms, Neue Jahnturnhalle, Philosophenstrasse 12  
Beitrag: Nichtmitglieder 7 Euro, TGW-Mitglieder, Studenten, Kinder ab 11 Jahren 4 Euro  
[www.tanz-wo.de](http://www.tanz-wo.de)



## Landesrekord im Bogenschießen gebrochen

**WORMS (red)** – Bei seiner ersten U 20 Landesmeisterschaft im BSV-RP, die am vergangenen Wochenende seitens des Bogen Sport Clubs Pfeddersheim (BSC) in der Biz-Halle ausgerichtet wurde, sicherte sich der BSC-Aktive Joshua Junga den Titel mit 550 Ringen (von 600 Möglichen) und verbessert dabei auch noch den zehn Jahre alten Landesrekord um sechs Ringe. Vor der Siegerehrung überreicht ihm obendrein noch der Wormser Sportdezernent Uwe Franz

die goldene Sportmedaille der Stadt für seinen Deutschen Meistertitel. Sein Vereinskamerad Felix Fernow holte sich den 3. Platz mit 505 Ringen. Die Pfeddersheimer Blankbogenmannschaft mit Katrin Wels, Ralf Schäfer und Norbert Jäger erreichte 1. Platz. Alle Pfeddersheimer Bogenschützen hoffen, die Qualifikation zu den Deutschen Meisterschaften geholt zu haben. Insgesamt nahmen an dem Turnier rund 110 Schützinnen und Schützen teil. Foto: Norbert Jäger

## Von Vereinsentwicklung bis Datenschutz

LSB-Jahresprogramm 2019 erschienen: Seminarangebote und Veranstaltungen auf 52 Seiten

**MAINZ (red)** – Sport macht fit und hält gesund, er vermittelt Lebensfreude und Freundschaften, er bildet und erzieht, stärkt und integriert. Das Jahresprogramm 2019 – eine Co-Produktion des Landesportbundes Rheinland-Pfalz mit seiner Sportjugend, der Stiftung Sporthilfe und dem Bildungswerk, den Fachverbänden sowie den Sportbünden Rheinhessen, Pfalz und Rheinland – richtet sich mit ausgewählten

Veranstaltungen besonders an die, die sich ehrenamtlich im Sport engagieren, sich bestens auf ihre verantwortungsvolle Tätigkeit vorbereiten, an Übungsleiter, Vereinsmanager und viele weitere Helfer. Sie sind es, die mit ihrer Arbeit den Sport nicht nur als Gemeinschaft zusammenhalten, sondern auch seinen Mehrwert ausmachen. Wie betreibt man eine aktive Vereinsentwicklung? Welche

Fördermöglichkeiten gibt es für grenznah und grenzüberschreitende Sportstätten und internationale Sportbegegnungen? Wie meistern Vereine die große He-

erausforderung des Datenschutzes am sinnvollsten? Solche und viele andere Fragen werden bei den Seminaren, Foren und Tagungen, die im neuen Jahresprogramm angekündigt werden, fachkundig beantwortet. Das Jahresprogramm 2019 – das auch der neuesten Ausgabe der Zeitschrift SportInForm beiliegt, bringt im nunmehr neuen Format auf 52 Seiten Anregungen, Vorschläge und mitunter auch Lösungen.

**BESTELLEN**

Das Programm kann kostenlos beim LSB, Rheinallee 1, 55116 Mainz, Wilai Manns, unter Telefon 06131-2814-191 oder per E-Mail an [w.manns@lsb-rlp.de](mailto:w.manns@lsb-rlp.de) angefordert werden

**KURZ NOTIERT**

### Glühweinabend

**WORMS (red)** – Die Turngemeinde Worms lädt am kommenden Samstag, 26. Januar, wieder alle Interessierten zum Glühweinabend auf der Jahnwiese ein. Wer möchte kann mit einer dampfenden Tasse Glühwein oder auch einem alkoholfreien Punsch auf das neue Jahr anzustoßen. Auch für das leibliche Wohl ist bestens vor Ort gesorgt.

### Tagungen

**WORMS (hh)** – Weichenstellung im Fußballkreis Alzey-Worms. In der dritten Januardekade treffen sich die Vereinsvertreter, um die Weiterführung der Meisterschaftsrunde 2018/2019 für die Ligen auf Kreisebene vorzubereiten. Drei Tagungen sind erforderlich, die Termine stehen fest. Es geht los mit der A- und der C-Klasse Mitte. Die Verantwortlichen der Ver-

eine beider Spielklassen werden am Dienstag, 22. Januar, in der Sporthalle Wallertheim erwartet. Am 24. Januar sind dann die B- und C-Klasse Alzey-Worms Süd an der Reihe. Der Treff ist im Vereinsheim des TuS Hochheim. Die dritte und letzte Tagung findet am 28. Januar im Wonsheimer Klubheim statt. Beim TSV geht es um die B- und C-Klasse Alzey-Worms Nord. Alle Zusammenkünfte beginnen um 19 Uhr.

### Hallenturnier

**EICH (red)** – Am 19. Januar messen sich beim vom FC Germania veranstalteten Hallenturnier in der Altrheinhalle zwölf AH-Mannschaften. Turnierstart ist um 10 Uhr. Die Viertelfinals sind für 16 Uhr angesetzt, die Halbfinals sollen ab 17 Uhr, die Finalspiele ab 17.35 Uhr ausgetragen werden. Am 20. Januar treffen vormittags acht D- und ab 13 Uhr elf B-Juniorenteams aufeinander.