

Lateintraining mit Christian seit 12. Januar 2007

Die Tanzsportabteilung des HSV Weimar ist seit Freitag, dem 12.1.07 um eine Veranstaltungsreihe reicher geworden. 14tägig trainiert Christian Penzel am Freitagabend von 20.00 bis 22.00 Uhr in der Turnhalle der Parkschule (ehemalige Eckermannschule) mit den begeisterten Tänzern des HSV lateinamerikanische Tänze. Seit mehreren Jahren betreut Christian aus Jena lateininteressierte Paare, unter anderem für den TC Kristall Jena. Er selbst ist erfolgreicher Turniertänzer. In der ersten Trainingsstunde stand die Rumba auf dem Programm. Nach einer



Christian Penzel Foto: Ingo Wernsdorf

Wiederholung und Vertiefung des Grundschnittes wurden Hand-To-Hand, mehrere Drehungen, sowie Alemana trainiert, so dass am Ende der Doppelstunde alle der zahlreich erschienenen Paare in der Lage waren, eine kleine Sequenz fehlerfrei auf das Parkett zu legen. Neben der Rumba wird das Repertoire der Tänzerinnen und Tänzer in den folgenden Wochen durch weitere lateinamerikanische Tänze, wie Cha-Cha, Jive und Samba erweitert. Neueinsteiger sind herzlich willkommen.

Gregor MÖBIUS und Magdalene PIETSCH



Gemeinsam in Familie Sport treiben macht großen Spass!

Am 1. April fand nun schon zum dritten Mal einer von jährlich zwei Familiensportnachmittagen der Abteilung Triathlon in der Asbachsporthalle statt. Trotz des Ferienbeginns fanden sich gut 60 Kinder, Jugendliche und Eltern zum gemeinsamen Sporttreiben ein. Zur allgemeinen Erwärmung diente ein altersgemischtes Zwei-Felder-Ball-Spiel. Anschließend ging es bei verschiedenen Staffelwettbewerben hoch her. Immer neue Varianten von Lauf- und Transportstaffeln verlangten Kindern und Erwachsenen alles ab. Aber ob des aufkommenden Ehrgeizes hatten auch die beiden Organisatoren Eik Tietz und Dirk Billig einen anstrengenden Nachmittag. Nach einer kleinen Pause am Kuchenbuffet konnten sich alle beim Fußball, Basketball oder Trampolin-Springen nochmal richtig austoben.

Am Ende waren die Eltern oft geschaffter als die Kinder, und der eine oder andere wird am nächsten Tag den Muskelkater von den nicht alltäglichen Übungen am ganzen Körper gespürt haben.



*Weingut
Paul Basten*



Weingut und Gästehaus Paul Basten

Wir bieten:

feine, fruchtige Weine gehobener Qualitäten direkt zu Ihnen ins Haus
Urlaub auf unserem Weingut in Trittenheim an der Mosel

Rufen Sie uns an unter der Telefonnummer:

0 65 07/57 38 Fax: 0 65 07 / 68 42

Weingut Paul Basten, Am Kreuzweg 12
54349 Trittenheim



WERBUNG + POKALE

MICHAEL MALETZ

R.-Breitscheid-Str.1a • 99423 Weimar

Tel: 03643 / 85 11 95

www.pokalkoenig.de

Vorschau auf Triathlon- und Duathlonseason 2007

Den Anfang der Saison prägen wieder die Duathlon-Wettbewerbe: Jena (22.4.), Worbis (29.4.) und Weimar (12.5.) Im Rahmen des Weimarer Duathlons werden bereits zum dritten Mal die Landesmeister bei den Schülern ermittelt. Der erste Triathlon-Wettbewerb des Thüringen-Cup in Gera ist in diesem Jahr in das besondere Flair der Bundesgartenschau eingebettet. Die weiteren Saisonhöhepunkte sind dann die Thüringer Meisterschaften im Triathlon am 24. Juni in Apolda (Sprintdistanz), am 1. Juli am Stausee Hohenfelden (Schüler und Jugend) sowie am 19. August am Bergsee Ratscher (Olymp. Distanz). Beim Triathlon in Apolda wird gleichzeitig die Mitteldeutsche Meisterschaft für den Nachwuchs ausgetragen.

Auf nationaler Ebene ist vor allem die DM in München am 16. Juli für den Nachwuchs interessant. Derzeit arbeiten wir hart, das Ziel eine Medaille durch Franz Schöps in der AK Jugend B zu realisieren. Anfang September finden zum ersten Mal überhaupt die Weltmeisterschaften im Olympischen Triathlon in Deutschland statt. Auch dort werden wir vertreten sein!

Für Sabine Heinrich, Andreas Kretzer und Christian Fritze ist der Ironman in Klagenfurt das lan-

gesehnte Ziel aller Vorbereitungsarbeiten. Folker Schwesinger startet in diesem Jahr für den TV Lemgo in der 2. Triathlon-Bundesliga und wir hoffen, dass er seine guten Ergebnisse des vorigen Jahres noch weiter steigern kann.

Triathlon- u. Duathlonwettkämpfe 2007

	Thüringen-Cup:	Nachw. / Erw.
22. April:	Jenaer Duathlon	X X
29. April:	Duathlon Worbis	X X
08. Mai:	Ilmenauer Duathlon	
12. Mai:	Weimarer Duathlon	X X
10. Juni:	Geraer Power-Triathlon	X X
13. Juni:	Ilmenauer Teamtriathlon	
17. Juni:	Saalfelder Triathlon	X
17. Juni:	Werratal-Triathlon	X
24. Juni:	Apoldaer Triathlon	X X
01. Juli:	Erfurt-Triathlon (Hohenfelden)	X X
08. Juli:	Jenaer Swim & Run	X
08. Juli:	Cross-Triathlon mit MTB in Jena	
16. Juli:	Familienstaffel-Triathlon in Weimar	
17. Juli:	„Fun & Move-Triathlon“ in Weimar	
18./19. Aug.:	Triathlon Ratscher	X X
26. August:	Triathlon Nordhausen	X X

Franz Schöps ist Deutscher Meister im Wintertriathlon

Einen nicht alltäglichen Wettkampf absolvierte Franz Anfang Februar in Oberstaufen. Bei der Wintervariante des Ausdauerdreikampfes waren 5km Lauf, 20km Mountainbike und 5km Ski-Langlauf in der freien Technik zu bewältigen. Die Teilnahme an der DM bildete den Abschluss des einwöchigen Allgäuurlaubs.

Franz ging den Wettkampf als guter Läufer offensiv an und erreichte mit einigen Jedermann-Athleten, die zur gleichen Zeit wie die Jugend B an den Start gingen, die erste Wechselzone. Das sollte sich beim Radfahren als Vorteil erweisen. Da das Windschatten-Fahren auf dem Rad erlaubt war, konnte er wertvolle „Körner“ für den abschließenden Langlauf sparen.

Von vornherein war klar, dass dies die entscheidende Disziplin werden würde. Aufgrund des Schneemangels war ein Training nur in der Woche vor dem Wettkampf überhaupt möglich und gegen die Ski-Spezialisten können 5km ganz schön lang werden.



Die Piste war total vereist und deshalb sehr schwierig. Es wurde noch mal eng, aber letztlich reichte der Vorsprung aus den ersten Disziplinen und Franz wurde mit 1 Minute Vorsprung Deutscher Meister. Wir alle hoffen, dass er dieses auch im Sommertriathlon wiederholen kann!

Thomas ZIRKEL

Traumnoten jenseits der 10,00

Von alten Wandmalereien, Keramiken und anderen historischen Funden wissen wir, dass manche turnerischen und gymnastischen Übungen schon vor über 3000 Jahren in Ägypten und später bei den Griechen und Römern beliebt waren, dann aber zunächst wieder verschwanden.

Jahrhundertlang hielten die herumziehenden Artisten und Jongleure die akrobatischen Künste am Leben. Erst Anfang des 19. Jahrhunderts waren es die Deutschen Friedrich Ludwig Jahn (Turnen) und der Lehrer Johann Christoph Friedrich GutsMuths (Gymnastik), die neue Formen der Leibesübungen einführten, aus denen sich das moderne Breiten- und Kunstturnen entwickelte. Die Geräte für das Kunstturnen haben sich im Laufe der Zeit deutlich verändert.

Erst ungefähr vor 50 Jahren, vereinbarte man Regeln für die bei Olympischen Spielen und Weltmeisterschaften zugelassenen Geräte. Im Jahre 1954 hatte man dann endlich begonnen, die einzelnen Übungen in Schwierigkeitsgrade einzuteilen. Durch diese Einteilungen konnten künftig Übungen genauer und damit sicherer bewertet werden. Der Code de Pointage ist bis heute das amtliche Kampfrichterregelwerk, das für den Zeitraum von 4 Jahren seine Gültigkeit behält.

Der Code ist in den letzten Jahren wieder überarbeitet worden. Die Schwierigkeitsgrade der Elemente wurden neu festgelegt. Um das Kunstturnen und das Breitturnen wieder attraktiver zu gestalten, gibt es ab diesem Jahr ein völlig neues Wettkampfprogramm und neue Wettkampffregeln. Bisher war der Höchstpunktwert 10,00. Ab diesem Jahr kann man diese Note um einiges überbieten. Ähnlich wie beim Eiskunstlaufen gibt es jetzt eine A – und eine B – Note. Die A – Note spiegelt den Schwierigkeitsgrad der Übung wieder und in der



B – Note werden Technik-, Haltungs- und Ausführungsfehler abgezogen. In diesem Jahr haben sich wieder einige unserer Turnerinnen und Turner als Kampfrichter aus- und weiterbilden lassen. Trotz gültiger Kampfrichterlizenz war es nötig, entsprechend der neuen Anforderungen an das Kampfrichter eine Prüfung abzulegen.

Kampfrichter-C-Lizenz:	Maria Lippold Ann-Kristin Lippner Annette Schaarschmidt Robert Peuker Sebastian Merker Sebastian Mai Dirk Kubitz
Kampfrichter-B-Lizenz:	Jacqueline Bahr Ute Mai Antje Schreiber Lisa Behland Alexander Weigel
Kampfrichter-A-Lizenz:	Jörg Wolfram Thomas Linser Torsten Linker

Unser Dank gilt all denen, die ihre Prüfung schon abgelegt haben und auch denen, die in der nächsten Zeit dies in Angriff nehmen werden.

Saskia GHANDOUR

Diplom-Kaufmann

HOLGER LIPPNER

Steuerberater • Zertifizierter Finanzplaner

