

SPORT NEWS

Tabellenführung verspielt

WIESBADEN/LIMBURG. Mit einer deftigen Klatsche gegen den Tabellenzweiten verabschiedeten sich die Handball-B-Junoren des LHV von der Tabellenführung der Bezirksoberliga Wiesbaden, 24:34 (12:17) lautete der Endstand. Schon in den ersten Angriffen zeichneten sich die Grundzüge des Spieles ab: Der LHV ermöglichte den Wiesbadenern zahlreiche einfache Gegenstoßtreffer. Auch im organisierten Abwehrverhalten waren die Gäste oft einen entscheidenden Schritt zu spät, sodass die Kurstädter ihre Führung ungefährdet ausbauten. Die Limburger blieben in Angriff und Abwehr weit hinter ihren Möglichkeiten. Einzig Nico Reitz glänzte durch Einsatz und Tore, während nur noch Eric Mandelka und Torwart Marvin Hies solide Leistungen abliefern. Für die nächsten Wochen sind intensive Trainings-einheiten im Limburg angesagt. Tore: Nico Reitz 12/1, Eric Mandelka 7, Nils Boeschens 2, Jonas Drechsler 1, Christopher Weinheimer 1, Tom Bange 1. -mas-

Jugendfußballcamp in Dehrn

DEHRN. Unter der sportlichen Leitung von Thomas Schmitz (aktueller DFB-Stützpunktrainer) und Stefan Kremer (langjähriger Jugend- und Seniorentainer) findet vom 2. bis 5. Juli wieder ein Jugendfußballcamp in Dehrn statt, und zwar für Kinder und Jugendliche der Jahrgänge 1997 bis 2003, zum Preis von 99 Euro pro Kind. Im Preis enthalten ist eine Sportausrüstung (Trikot, Hose, Stutzen), ein Jugendfußball und täglich frisches Obst, Getränke und warme Mittagsverpflegung. Jedes Kind erhält zusätzlich eine FotocD mit den Camphöhepunkten. Der Zeitpunkt der Anmeldung entscheidet über die Teilnahme, da die Teilnehmerzahl begrenzt ist. Anmeldeformular und weitere Informationen finden Sie auf www.tusdhehn.de. Ansprechpartner: Helmut Voß, ☎ (06431) 71 411, und Stefan Kremer, ☎ (06431) 73 954. -mas-

27 „Diana“-Schützen

ENNERICH. Auch das Jahr 2009 hat der Schützenverein „Diana“ in Ennerich mit einem Preisschießen im Schützenhaus verabschiedet. Von den 27 Teilnehmern sicherte sich E. Bredo mit 27 Ringen den ersten Platz, knapp vor David Weber mit 26 Ringen und Helmut Baumgartl, der sich als Drittplatzierter mit 25 Ringen im Stechen durchsetzte. -mas-

Tennisspieler gesucht!



GUTENACKER. Die Tennisabteilung des SV Gutenacker sucht für die Saison 2010 noch Spieler für die Herrenmannschaft oder Herren 30. Geboten wird eine gepflegte Anlage mit Kunstrasenplätzen. Interesse geweckt? Bitte melden bei Abteilungsleiter Reinhard Rumpf, ☎ (06439) 7728 oder ☎ (0177) 7994380 oder per E-mail arumpf@gmx.li -mas-

Handarbeiten für die Kleinsten

(ddp). Für Babys und Kleinkinder gibt es unzählige Accessoires. Dass man mindestens ebenso entzückende Baby-Präsente auch ganz einfach selbst machen kann, beweist Nathalie Heinke in ihrem Buch „Kinderspiel“. Mit den kleinen und größeren Projekten, die die Autorin zusammengetragen hat, macht man dem Spielzeughandel locker Konkurrenz. Nathalie Heinke: „Kinderspiel - Handarbeiten für die Kleinsten“, Haupt Verlag, 2009, 19,90 Euro, ISBN: 978-3258073897

LHC-1b bleibt oben

Damenmannschaft auswärts chancenlos

-rkl- LIMBURG. Der Limburger HC 1b ist dem direkten Oberliga-Wiederaufstieg ein Stück näher gekommen und hat durch den fünften Sieg im sechsten Spiel beim 16:9 gegen den SC 1880 IV Frankfurt in Hadamar die Tabellenführung der 1. Verbandsliga verteidigt.

Einzig ernsthafter Konkurrent im Aufstiegskampf ist jetzt nur noch der punktgleiche SC SaFo Frankfurt. Trotz des Ausbaus der Siegesserie mit fünf Dreieren in Folge war Trainer Holger Barth mit der Leistung seines Teams in der ersten Hälfte nicht zufrieden. Obwohl sie die Frankfurter mit nur vier Feldspielern plus Torwart angezeit waren, konnten die Hausherrn zu nächst aus der Überzahl kein Kapital schlagen und lagen zur Halbzeit sogar mit 5:7 hinten.

„Wir müssen mehr laufen, schneller spielen“, forderte Barth in der Kabine, und in der zweiten Hälfte lief es dann ge-

gen müder werdende Kontrahenten richtig rund. Als Barth gegen die nur den eigenen Schusskreis zumaernde 80-er in Hälfte zwei den Torwart für einen sechsten Feldspieler opfer-te, gab es sogar noch ein richtiges Schützenfest. Alle Feldspieler konnten sich in die Torschützenliste eintragen.

Bei den Limburger Oberliga-Damen lief es umgekehrt: Sie waren beim 4:16 gegen Tabellenführer Eintracht Frankfurt II chancenlos. Trainer Lukas Bünning meinte aber, dass die überlegene Eintracht nicht der Maßstab sein könne und er gute Ansätze bei seinem Team gesehen habe. Deshalb sei er guter Dinge, gegen die jetzt folgenden schwächeren Gegner Siege einzufahren und in der Tabelle noch nach vorne rutschen zu können. Limburg liegt als Gruppensechster derzeit nur einen Punkt vom Platz vier entfernt. Für den LHC gegen die Eintracht traf in Hadamar Christina Dürr und Lisa Collée je zwei Mal.



Kameradschaft stärken durch Weiterbildung

RHEIN-LAHN. Die Schiedsrichtervereinigung Rhein-Lahn besuchte mit 17 Schiedsrichtern eine Weiterbildung im nordrhein-westfälischen Meschede/Sauerland zum Thema „Gewaltprävention für Fußballschiedsrichter“. Dabei waren „Junge und Erfahrene“ von der Partie, was der Kameradschaft sehr gut getan hat. Ziel der Fortbildung war, dass jedem Schiedsrichter bewusst wird, welche Stellung und Verantwortung man als Schiedsrichter hat. Um ein Gespür für aufbauende Eskalation zu haben, muss man einzelne Situationen genau deuten und im richtigen Moment die entsprechende Maßnahme einleiten, so Schiedsrichterobmann Aslan Basibüyük. Neben der „Arbeit“ kam der Spaß und die gemeinsame Freizeitaktivität nicht zu kurz. So wurden die zwei gemeinsamen Abende in gemütlicher Runde verbracht. Die Referees duellierten sich auf der Kegelbahn und unternahm einen Ausflug in den Skitort Winterberg mit einem Après-Ski-Nachleben. Basibüyük: „Der Ausflug hat wieder mal gezeigt, dass wir alle nicht nur Kollegen, sondern auch Freunde und eine große Schiedsrichterfamilie sind, wo jeder für jeden da ist.“ Wer selbst Schiedsrichter werden möchte, dem steht Nachwuchsreferent Marcel Gasteier unter ☎ (06774) 1647 zur Verfügung. -mas-

LHC hat Kandidat gefunden

Hans-Gerd Herrmann stellt sich zur Wahl als 1. Vorsitzender des Vereins

-rkl- LIMBURG. Der Vorstand des Limburger Hockey-Clubs schlägt den Mitgliedern Hans-Gerd Herrmann zur Wahl des 1. Vorsitzenden vor. Das sei eine einstimmige Entscheidung, teilte der 2. Vorsitzende Heiner Walter mit.



LHC-Vizepräsident Heiner Walter (links) konnte Hans-Gerd Herrmann zur Kandidatur als 1. Vorsitzenden bewegen.

Der 65-jährige Rechtsanwalt mit Kanzlei in Limburg und Wohnsitz in Hünfelden hat sich bereits dem Vorstand des LHC vorgestellt und möchte sich vor der außerordentlichen Mitgliederversammlung auch noch den LHC-Mannschaften und Betreuern präsentieren. Die außerordentliche Versammlung, bei der der neue Vorstand gewählt wird, findet am Freitag, 29. Januar (19.30 Uhr), im Vereinsheim des VfR 07 Limburg (Stephanshügel) statt. Das Amt des 1. Vorsitzen-

den ist seit der letzten Jahresversammlung unbesetzt, da der vorherige Amtsinhaber Peter Krischke nicht mehr kandidierte und niemand zu kandidieren bereit war. Folglich sah Walter sich außerhalb des Vereins um Herrnmann ist bislang kein LHC-Mitglied, sicherte dem Verein aber seinen Eintritt zu. Mit Hockey verbinde ihn, dass er sich gerne Hockey-

spielen ansehe, sagte Herrmann. Der Kandidat meinte, dass er seine Aufgabe als Vorsitzender als eine Art Managertätigkeit sehe: Er möchte koordinieren und durch seine Kontakte Sponsoren- und Fördergelder für Projekte für den Verein gewinnen. Dabei ist seine frühere berufliche Tätigkeit als leitender Angestellter in der Werbebranche hilfreich.

Als junger Mann war Herrmann Fußballtorwart und kämpfte als Judoka für Wiesbaden sogar in der 2. Bundesliga und für den Judo-Club Limburg in der Regionaliga. Heute arbeitet seine Kanzlei unter anderem für internationale Profireiter. Bei den diesjährigen Weltmeisterschaften werde er wieder offizieller Betreuer der Springreiter-Equipen von Russland und der Ukraine sein, erzählte Herrmann. Reiten, Golf und Ski fahren sind seine weiteren Hobbys. So scheint es eine logische Entwicklung, dass er sich jetzt mit Hockey die nächste Sportart vornehme. Sport habe immer einen großen Teil seines Lebens ausge-macht, und deshalb werde er den Kontakt mit den Aktiven beim LHC pflegen und könne sich sogar vorstellen, selbst noch Hockey spielen zu lernen, so Herrmann.

-Anzeige-

Von den guten Vorsätzen...
... und wie ein japanischer Meister helfen kann

REGION. Gesünder zu leben und mehr Sport zu treiben – diese beiden Neujahrsvorsätze erfreuen sich allseits großer Beliebtheit. Wie aber kann man sie in die Tat umsetzen und vor allem: Wie überdauern sie die ersten Wochen des Jahres, ohne dass schon bald der alte Schlendrian einsetzt?

Hier sind Motivation gefragt und die richtige Wahl aus dem reichhaltigen Sportangebot. Möchte man sich auspowern, den Geist entspannen oder aber gezielt gegen die Problemzonen vorgehen? Soll es lieber ein Mannschafts- oder ein Einzelsport sein...?

Warum nicht etwas wählen, das diese Eigenschaften miteinander vereint, warum nicht Karate?

Karateka werfen niemanden auf die Matte, sie zertrümmern auch keine Steine. Im Gegenteil: Karate, was übersetzt so viel bedeutet wie „leere Hand“, ist kein

gewalttätiger Sport. Es ist eine Kampfkunst, bei der Körperbeherrschung und Kontrolle groß geschrieben werden, ebenso wie der gegenseitige Respekt und das Miteinander.

Karate-Techniken dienen zwar im Notfall der Selbstverteidigung, werden aber im Training nicht gegen andere verwendet. Gerade Kinder profitieren von dem im Training Erlernen, denn Karate steigert ihr Selbstbewusstsein und ihre Fähigkeit zur Konfliktbewältigung.

Unter dem Einsatz des ganzen Körpers – dabei sind alle Muskeln gefragt, was die Fettpolster im Nu schmelzen lässt – geht es um die Erzielung von maximaler Kraft und Geschwindigkeit. Trainiert wird in der Gruppe, aber da es auf dem Weg zur perfekten Technik um das Feilen an diversen Kleinigkeiten geht, die allesamt ineinander greifen, ist der Einzelne immer auch ganz bei sich selbst.

Karate hat also durchaus

etwas Meditatives, es schult Körper und Geist. Konzentration und Aufmerksamkeit werden gesteigert, ein positiver Effekt für Kinder und Erwachsene gleichermaßen.

Shinji Akita, der im Alter von 12 Jahren mit Karate begann und seine Fähigkeit der Kampfkunst von einigen der renommiertesten japanischen Meister erlernte, sieht sie als eine Lebensphilosophie.

„Karate ist ein Weg zur körperlichen und geistigen Beherrschung des Ich. Es geht um die physische ebenso wie um die innere Balance. Wer Karate trainiert, der arbeitet in erster Linie an sich selbst.“

Seit Oktober 2009 ist Akita, der Träger des 5. Dan (Schwarzgurtes) ist und auf der ganzen Welt Karate-Lehrgänge gibt, in Limburg ansässig.

„Karate ist mein Leben. Ich wünsche mir, dass ich möglichst Menschen dieser Region dafür begeistern kann.“

Shotokan Karate
Schule桜
分
匠FIT FUN
WESSEN SICH ANNEHMENKontakt und weitere Informationen:
Tel. 0178.5561170 oder info@karate1limburg.deSakuragaoka Karate Schule
c/o FIT FUN Sportpark
Robert Bosch Straße
65549 Limburg

WAG
Juwelier
NER

W2
WAGNER
TREND

€75,00
€52,00

30%
REDUZIERT
Winter & Herbst
Kollektion
TARBEIT, KERN
Bahnhofstraße 8-10 • 65549 Limburg
Tel. 06431/91590 • www.juwelier-wagner.de

In erster Liga dabei



RAMBURA (RUANDA)/HOLZHEIM. Aufgrund guter Testspielergebnisse darf die von der Ruandahilfe Holzheim und dem Fußballverband Rheinland geförderte Mädchenmannschaft Rambura WFC in der seit 17. Januar laufenden Saison am Spielbetrieb der 1. Nationalen Frauenliga teilnehmen. In der höchsten Frauenspielleistungsklasse Ruandas spielen insgesamt zehn Mannschaften den Meistertitel aus. Alle Mädchen sind noch keine 18 Jahre und Schülerinnen der Mädchenschule Rambura. In den übrigen Mannschaften spielen einige erfahrene Nationalmannschaftsspielerinnen, auch aus benachbarten Staaten wie Uganda, DR Kongo und Burundi. Die junge Trainerin Consolée Mukashema hat sofort nach dem Eingang der Nachricht aus Kigali ein mehrtägiges Trainingslager in Rambura angeordnet, an dem 25 Mädchen teilnehmen. -mas-



Karate!

Trainieren bei japanischem Meister Shinji Akita

Körperliche und geistige Stärke
Ausdauer und Kraft
Selbstbewusstsein und sicheres Auftreten

Neue Kurse – Beginn ab 26.01.2010

Für Kinder, Jugendliche und Erwachsene, für Neueinsteiger, Fortgeschrittene und solche, die wiedereinsteigen möchten.