

Aktuell Allgemeines

Liebe Mitglieder,

mit der Entscheidung den Lockdown zu verlängern werden auch wir weiterhin das TSV-Sportangebot im Regelbetrieb bis vorerst **07. März** komplett aussetzen. Wie wir danach das Sportangebot wieder hochfahren können, das werden wir dann sehen.

Über die weiteren Entwicklungen werden wir Euch zeitnah informieren. Bleibt uns treu, gesund und kommt gut durch den Lockdown.

Herzliche Grüße
Euer Vorstand

Freizeit- und Amateursport darf ... betrieben werden Sport im Freien ist eingeschränkt möglich

Es gilt weiterhin: Freizeit- und Amateursport ist lediglich möglich auf und in allen öffentlichen und privaten Sportanlagen allein, zu zweit oder mit den Angehörigen des eigenen Hausstandes.

Die Sporthallen des Kreises und der Stadt Ginsheim-Gustavsburg sind geschlossen.

Quelle: Landessportbund Hessen, Stadt Ginsheim-Gustavsburg (Regelung Sportanlagen, siehe Homepage der Stadt)

Was könnt ihr im Freien machen?

Fahrradfahren, Inlinern, Wandern, Joggen, Walken, Nordic Walking ... unter Beachtung der Kontaktregeln. Allein oder mit der Familie (dem eigenen Hausstand).

Wenn Schnee liegt und ihr einmal mit Schneeschuhen unterwegs sein wollt, so könnt ihr bei Norbert Lindemann, Rheinstr. 65, Ginsheim, Schneeschuhe und Stöcke ausleihen. In der Coronazeit kostenlos. Ebenfalls Kinderski und Schuhe.

Ausleihe bitte nach Voranmeldung:

Tel.: 06144 32258, 01719768695. **Ausleihe nur an Vereinsmitglieder.**

Was bietet die TSV digital an?

Tanzen mit Irina – Online-Meeting mittwochs ab 15 Uhr, Teilnehmer: Magics

Karate – Onlinemeeting montags ab 18 Uhr, Teilnehmer Kinder-Karategruppe

Kiai trotz Corona Der Kiai (der „Kampfschrei“ im Karate - fester Bestandteil im Training) ertönt trotz der aktuellen Umstände in der Kinder-Karategruppe des TSV Ginsheim auch weiterhin. Allerdings in anderer Form: Er dringt nun durch die zahlreichen Tablets, Laptops oder Handys, die in den Wohnungen aufgestellt sind, um das Training weiter auf dem digitalen Weg fortzusetzen. Die zwei Kinder-Karategruppen des TSV, bestehend aus Kindern im Alter von sechs bis dreizehn, lassen sich auch durch Corona nicht ihre Trainingszeit nehmen. Auch wenn das digitale Training etwas anders abläuft, funktioniert es fast genauso gut wie normal. Natürlich stellt es die Kinder vor eine neue Herausforderung, da es deutlich schwieriger für sie ist, die Erklärungen umzusetzen und gleichzeitig auch noch selbst Motivation zu finden, sich anzustrengen. Das ist wahrscheinlich das Schwerste, da besonders im Karate die Gruppendynamik im Training das Wichtigste ist. Online ist es nur schwer diesen Kampfgeist zu ersetzen, aber die Kinder geben ihr Bestes und meistens gelingt es dann doch ganz gut! Immer montags ab 18:00 Uhr heißt es dann wieder einmal: Hajime (japan. für „Anfang“ oder „Los geht's!“) und die Kinder trainieren fleißig weiter. Im aktuellen Training wird vor allem auf die Grundlagen

gesetzt: Vertiefungen der Techniken und deren Ausführung und allgemeine Fitness und Kräftigung, um bald wieder im richtigen Training voll durchstarten zu können!

Was bieten andere an?	
Gabi Fastner – Fitness im Wohnzimmer u.a.	Youtube, Suchzeilen-Eingabe „Gabi Fastner“
BR Fernsehen – Tele-Gym, täglich 7:30 Uhr und 08:30 Uhr	
TG Bornheim – Virtuelles Gym www.tgbornheim.de	

Stand: 16.02.21 Die Seite wird fortlaufend ergänzt