



# Grün-Weiss-Echo

[www.svhatzenport-loef.de](http://www.svhatzenport-loef.de) Dezember 2020

**Vereint in  
Zeiten von  
Corona**

**Ist Vereinssport in einer  
Pandemie möglich? Trainer  
und Betreuer berichten**





*Zusammen  
ist werden.*



*„Der Wald.  
Das Wild.  
Die Natur.“*




**„Zwei  
Minuten  
Ruhe.“**



**„Fünfe  
gerade  
sein  
lassen.“**



**„Auf  
eigenen  
Beinen  
stehen.“**



*„Feierabend.“*



**„Den Laden  
schmeißen.“**

**Jeder Mensch hat etwas, das ihn antreibt.**

**Wir machen den Weg frei.**

**Was auch immer Sie antreibt, wir helfen Ihnen,  
Ihre Wünsche und Ziele zu erreichen.**

Überzeugen Sie sich am besten selbst. Beim persönlichen Gespräch,  
am Telefon (02605/4461) oder online ([info@vr-bank-rhein-mosel.de](mailto:info@vr-bank-rhein-mosel.de))

**VR Bank  
Rhein-Mosel eG**



[www.vr-bank-rhein-mosel.de](http://www.vr-bank-rhein-mosel.de)



**„Modische  
Kurzhaar-  
Frisuren.“**



**„die Welt  
sehen.“**



**„Mehr als nur  
Kunde sein.“**



# Grün-Weiss-Echo

## Inhalt + Infos

In dieser Ausgabe finden sie Berichte aus folgenden Abteilungen:

**Turnen, Gymnastik, Jugendfußball,  
Seniorenfußball und vieles mehr**

### Impressum

Herausgeber: SV Hatzenport-Löf e.V.

Verantwortlich: Matthias Künster

Auflage: 400 Stück

Ein herzliches Dankeschön an alle Sponsoren, ohne deren großzügige Unterstützung die Realisation des „Grün-Weiß-Echo“ nicht möglich wäre.

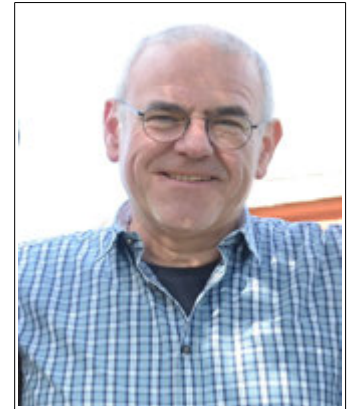


1. Mannschaft 1962

Peter Arnold, Rolf Milde, Gerd Liesenfeld, Ernst Tüllmann, Theo Ackermann, Werner Geiermann,  
Matthias Ackermann, Rudi Gries-Dany,

Siegfried Tunat, Dessengerius Arnold, Josef Hürter, Heinz Lietz

(von hinten links nach vorne rechts)



Liebe Vereinsmitglieder,

das Sportjahr 2020 neigt sich seinem Ende entgegen. Ein Sportjahr wie es in der Vereinsgeschichte einmalig war. Eigentlich fing es aber sehr vielversprechend an. Im Februar konnten wir ein seit längerem geplantes Projekt verwirklichen. Durch die Firma LEDKon (Kooperationspartner des FV Rheinland), aus dem hessischen Limburg, wurde unsere alte Flutlichtanlage auf eine moderne Anlage mit LED-Technik umgerüstet. Durch diese Maßnahme werden wir einen enormen Beitrag zum Klimaschutz leisten, sparen wir doch damit in einem Jahr ca. 78 Tonnen CO2 ein.

Anschließend jedoch regierte Covid 19. Die Corona-Pandemie legte von März bis Ende Juni den kompletten Trainings- und Spielbetrieb in allen Abteilungen lahm. Ab Anfang Juli gab es die ersten Lockerungen unter einem strengen Hygienekonzept, welches der Verein erstellt hatte. Zunächst durften die Seniorenfußballer und anschließend die Jugendabteilung wieder mit dem Trainingsbetrieb starten. Die Abteilungen Tischtennis und Turnen begannen nach den Sommerferien ebenfalls wieder vereinzelt mit dem Trainingsbetrieb. Die Senioren- und Jugendmannschaften freuten sich Anfang September sogar auf den Start der Spielzeit 2020/21. Gespielt werden konnte dann bis zum erneuten Lockdown ab November.

An dieser Stelle wußte ich immer von unseren Veranstaltungen des Jahres zu berichten, wie z.B. unsere Sporttage mit dem großen E-Jugendturnier. In diesem Jahr mussten wir alle Veranstaltungen schweren Herzens absagen. Wirtschaftlich gesehen hatten wir daher enorme Verluste. Aufgrund von Rücklagen, die wir in den letzten Jahren erwirtschaftet haben, werden uns alle Absagen mit den Einnahmebußen jedoch vorerst nicht weh tun. Wir können nur hoffen das wir die Pandemie schnell in den Griff bekommen, damit kein größerer Schaden entsteht. Wir vom Sportverein werden alles Mögliche dafür tun damit der Sport wieder im Vordergrund steht.

Ihnen und Ihren Familien wünsche ich trotz alledem ein schönes Weihnachtsfest und einen guten Start ins Jahr 2021 und „Bleiben Sie Gesund“.

Manfred Lietz

1. Vorsitzender

## „Ohne sie wäre soziales und gesellschaftliches Leben nicht denkbar“

**Löf würdigt seine Vereine. „Ohne sie wäre soziales und gesellschaftliches Leben nicht denkbar“**

Der Musikverein Löf und der SV Hatzenport-Löf werden für ihr Engagement geehrt.

„Das ist ein besonderer Abend für Löf und seine Bürger und er macht uns stolz“, sagte Bürgermeister Johannes Liesenfeld bei einem Empfang der Gemeinde Löf am 7. Februar 2020 in der Löfer Sonnenringhalle. Gleich drei Dinge gab es zu feiern: Die Präsentation der Festschrift des Männergesangsvereins „Cäcilia“ Löf, der in diesem Jahr sein 100jähriges Bestehen feiert, die Verleihung des „Burgener Rebstock“, der wichtigsten regionalen Kulturauszeichnung im November 2019 an den Musikverein Löf und schließlich die Ehrung des SV Hatzenport-Löf mit der „Fritz-Walter-Plakette“ am 31. Oktober 2019 in Alsenborn. Umrahmt wurde der besondere Abend mit musikalischen Beiträgen des Musikvereins und der Sänger.



Im Mittelpunkt standen die Akteure der Vereine und auch ihre Vorsitzenden, Rudi Zenz für den Gesangsverein, Wolfgang Weber für den Musikverein und Manfred Lietz für den Sportverein. Ohne alle Vereine des Ortes sei ein Leben in der Gemeinde nicht möglich,

sagte Bürgermeister Johannes Liesenfeld, der die Idee für die Veranstaltung hatte. Es sei das Ehrenamt in den Vereinen, das soziales und gesellschaftliches Leben im Dorf überhaupt erst ermögliche.



Für den Sportverein dankte Vorsitzender Manfred Lietz. Die „Fritz-Walter-Plakette“ die es nur für einen Verein aus dem Fußballverband Rheinland gab, sei eine große Ehre für den Verein. Es sei die Würdigung der Jugendarbeit, des Bemühens um Integration und vor allem auch für die über zehn Jahre gehende Veranstaltung des E-Jugend-Turnieres, das von Beginn an unter dem Motto „Im Geiste Fritz Walters“ steht. Manfred Lietz erinnerte daran, dass der große Fußballer Fritz Walter 1983 bei der Einweihung des Löfer Sportplatzes zu Gast war. Und auch danach waren er und die anderen Weltmeister von 1954, Ottmar Walter und Horst Eckel, des Öfteren zu Gast im Sportverein Hatzenport-Löf. Man werde auch in der Zukunft, vor allem in diesem Jahr, in dem Fritz Walter 100 Jahre alt geworden wäre, an diese große Persönlichkeit erinnern.

Die Vereine in den Mittelpunkt der Gemeinde zu rücken war ein voller Erfolg. „Meist arbeiten sie im Stillen, aber heute wollten wir zeigen, zu was sie imstande sind und welchen Wert sie für uns alle haben“, sagte Bürgermeister Johannes Liesenfeld, der mit dieser Veranstaltung überaus zufrieden sein durfte.





Jetzt gibt's was auf die Löffel!

**PARTY SERVICE**

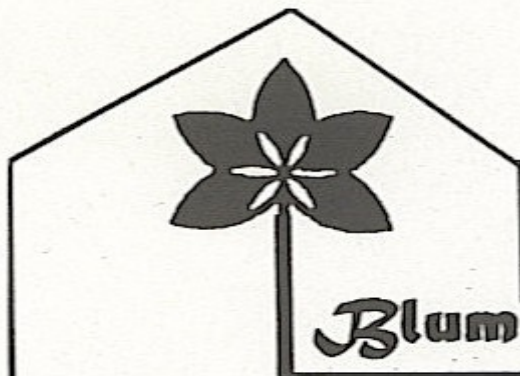
Rainer Christ

Im Klos 60 56332 Oberfell  
Fon 02605/84336 Fax 02605/961350



*Ihre Fachberatung vor Ort:*

Eva Becker  
Alte Moselstr. 23  
56332 Löff  
☎ 02605/847785  
☎ 0172/6559458  
✉ [prowin-becker@web.de](mailto:prowin-becker@web.de)



**Blumenhaus Blasius**



56332 Löff-Kattenes, Am Bahnhof 9, Tel.: 02605/4442

## Bambinis mit erfolgreichem Bambini-Treff

Am 25. Januar 2020 veranstalteten wir zum zweiten Mal ein Bambini Treff in der Löfer Sporthalle. Das Turnier fand von 13.00 bis 15:30 Uhr statt.

Mit dabei waren folgende Mannschaften:  
JSG Pellenz,  
SpVgg Nickenich,  
JSG Brohl-Lützing/Gönnersdorf,  
SG Elztal  
sowie zwei Teams der JSG Löf/Oberfell.

Ein Spiel dauerte jeweils acht Minuten und die Spieler sind aus den Jahrgängen 2013 bis 2015.

Da es bei den Bambinis keine Gewinner oder Verlierer gibt, erhielten alle Teilnehmer am Ende eine Medaille und was Süßes von der Firma Locker.

Der Bambini Treff war eine super Veranstaltung, zu der vor allem die vielen helfenden Hände der Mamas und Papas beigetragen haben.

Für die Mithilfe zu diesem gelungenen Nachmittag bedanken wir uns nochmals recht herzlich.





## Aus Bambinis wird die F-Jugend, lasst den Ball rollen....

Sehr groß war die Freude bei den 22 Nachwuchskickern der F-Jugend, als nach der rund 5 monatigen Corona-Zwangspause endlich wieder die Bälle rollen konnten. Besonders groß waren die Augen aller Beteiligten, als wir zum ersten Training den neu angelegten Rasenplatz des Löwenkäfigs in Oberfell betreten durften.

Die Kinder, die neu zu uns gewechselt sind, konnten in der Bambini-Klasse leider nicht würdig verabschiedet werden, da alle geplanten Bambini Turniere coronabedingt ausfallen mussten. Auch die Saisonspiele der F-Jugend konnten im Frühjahr nicht stattfinden. Neben der neu zusammengestellten Spielergruppe galt es auch das Trainerteam entsprechend neu aufzustellen. Betreut werden die Kicker der Jahrgänge 2012 und 2013 von Frank Becker und Oliver Hawig, die mit ihren Sprösslingen von den Bambinis wechselten. Verstärkt wurde das Trainerteam neu von Daniel Bonenberger und Markus Waldecker.

Wir freuen uns, dass sich bereits nach wenigen Trainingseinheiten alle Spieler und Trainer zu einer spielfreudigen und lebhaften Trainingsgruppe formiert haben. Aufgrund der großen Spieleranzahl wurden zwei Mannschaften für den Spielbetrieb gemeldet. Freudig fieberten die Jungs und Mädels den Spielen im September entgegen. In den ersten Spielen war die Nervosität der neu zusammengestellten Mannschaften noch deutlich zu spüren. Innerhalb weniger Einheiten stellte sich jedoch schnell Teamgeist und viel Spielfreude ein. So konnten von beiden Mannschaften bisher alle 9 Meisterschaftsspiele und 1 Freundschaftspiel - abgesehen von einer unglücklichen Niederlage - gewonnen werden.

Aufgrund der bekannten Einschränkungen konnten leider die letzten geplanten Spiele im Herbst nicht mehr stattfinden. Wir hoffen, dass der Spiel- und Trainingsbetrieb bald wieder aufgenommen werden kann. Unsere Mannschaft wird dann dank des Sponsorings von Eva Becker (Fa. prowin) in neuen Trikots auflaufen. Um möglichst weiterhin draußen trainieren zu können, wird mit Unterstützung der Firmen Daum Bau, Münstermaifeld und Metallbau Schmidt, Ochtendung lange Trainingskleidung angeschafft.



Im Team der F-Jugend spielen: Nele Becker, Leo Bonenberger, Matthias Bulger, Maximilian Hesse, Henrik Hess, Ilias Kulli, Ben Mack, Felix Schmidt, Leo Spörl, Jakob Waldecker, Ole Birkenheier, Pepe Dücker, Stella Endris, Paul Hawig, Anton Kastor, Marius Neubert, David Paddags, Frida Rausch, Jonas Reinhard, Alias Schams, Johannes Thelen, Till Kochmann



## Was macht Corona aus dem Sport?

### Warten auf andere Zeiten. Und Hilfe und Solidarität.

Der Amateursport setzt wieder aus. Mindestens einen Monat lang. Das ist ein arger Verlust: für Kinder und Jugendliche, die Training und Wettkampf brauchen wie die Luft zum Atmen, für Senioren, für die die Sportabende mehr sind als Bewegung. Sie sind ein wichtiger Termin im Wochenplan, weil er Begegnung mit anderen bedeutet. Und natürlich ist das Erliegen des Wettkampfsportes ein herber Rückschlag, nachdem die Verbände in aufopferungsvoller Arbeit die Scherben des ersten Corona-Lockouts zusammengekehrt und das Ganze wieder auf Neustart gestellt hatten.

Das Murren in den Verbänden des rheinland-pfälzischen Sportes hat sich in Grenzen gehalten. Der Sport war gewohnt solidarisch und an der Seite der Entscheidungsträger, des Bundes, des Landes und der Kommunen. Die finanziellen Hilfen des Landes wurden bei weitem nicht von allen Vereinen genommen. So als zeige sich in dieser komplizierten Phase unseres gesellschaftlichen Miteinanders einmal mehr, dass sich der Sport wie fast immer auf die Kraft der eigenen Hände besinnt. Statt zu Jammern wurde tausendfach geholfen. Im Dorf, in der Stadt, in der Nachbarschaft. Beim Einkaufen, in der Beschäftigung von Kindern, beim Mut machen für ältere oder behinderte Menschen. Sportvereine haben ihr großes Herz in der Pandemie nach außen gekehrt und gegeben, was in der Notgemeinschaft gebraucht wird. Dafür gibt es unzählige Beispiele.

Und es wäre gut, wenn (die Politik) das nicht vergessen würde, wenn es irgendwann einmal zum Normalen zurückgeht. Jetzt ist Zurückhaltung verlangt, Abstand im Leben, das nicht normal ist, Hilfe seitens der Vereine, wo sie nötig ist. Wie immer wenn Not ist. Und Sportvereine um die Ecke sind.

---

### Jetzt geht's los!

Trainingsauftakt der Bambinis. Die Trainer Jens Huppertz und Daniel Künster freuen sich über die große Teilnahme der Kinder aus den verschiedenen Moselorten und begleiten die Kleinsten bei ihren ersten Schritten auf dem Fußballplatz.



## C-Jugend – Wann geht's endlich weiter?

Nachdem man gut vorbereitet mit einem 2-0 Auswärtssieg in die Frühjahrsrunde gestartet war kam ja bekanntermaßen am 14. März der Corona bedingte Shutdown einem erfolgreichen Saisonverlauf in die Quere. So verlegten sich die fußballerischen Aktivitäten der Spieler auf per WhatsApp-Gruppen gestellte Aufgaben. Umso froher waren alle, dass ab dem 27.05., wenn auch nur in Kleingruppen, der Trainingsbetrieb wieder aufgenommen werden konnte.

Am 04.08. war es dann endlich soweit. Die Landesregierung hatte inzwischen das Training in Gruppen mit bis zu 30 Personen zugelassen und so konnte die Vorbereitung auf die neue Saison starten. Die Ausgangssituation war gegenüber der Vorsaison dieselbe, zu zehn aus dem Vorjahreskader verbliebenen Spielern kamen 13 des Jahrgangs 2007 hinzu. Gleichbedeutend damit die Umstellung von dem kleineren 9er-Feld auf die komplette Feldgröße, große anstatt kleinen Toren, 11 anstatt 9 Spielern. Um den neuen Spielern möglichst viele Gelegenheiten zur Umgewöhnung zu geben wurden 3 Testspiele vereinbart. Dabei wählte man bewusst starke Gegner. Im ersten Spiel gegen Lay verlor man mit 1-6. Vor allem in der ersten Halbzeit merkte man dabei, dass die Mannschaft noch zusammenwachsen musste. Im nur drei Tage später folgenden Spiel gegen den Bezirksligisten aus Plaidt waren schon Fortschritte zu erkennen. Zwar verlor man auch in diesem Spiel mit 1-4. Man konnte das Spielgeschehen jedoch lange Zeit offen gestalten und die beiden entscheidenden Tore fielen erst in der Schlussphase.

In den darauffolgenden Trainingseinheiten legte man viel Wert auf Zweikampf und taktische Ausrichtung. Dies sollte sich in den kommenden Partien auszahlen. Am 26.08. trat man in der ersten Runde des Rheinlandpokals in Pfalzfeld bei der JSG Hunsrück Nord an. Gegen einen Gegner, der von der ersten Spielminute nur auf das Verhindern von Toren aus war, tat man sich sehr schwer. Zwar war man Feldüberlegen und spielte auch bis zum Strafraum ansehnlich, echte Torchancen konnte man jedoch kaum herauspielen. Auch der Führungstreffer durch Dominik Bersch brachte keine Besserung. In der zweiten Halbzeit das gleiche Bild. Das Spiel lief ausschließlich in eine Richtung. Die Führung konnte jedoch nicht weiter ausgebaut werden. Erst kurz vor Schluss gelang Nico Henrich das erlösende 2-0 mit dem man hochverdient in die 2. Pokalrunde einziehen konnte. Um auch den Spielern, die im Pokalspiel nicht eingesetzt werden konnten, weitere Spielpraxis geben zu können spielte man am folgenden Samstag gegen den FSV Lahnstein. Der Gegner, der seit über einem Jahr kein Spiel mehr verloren hatte, begann äußerst selbstbewusst, doch die neuformierte Abwehr um die Thielen-Zwillinge stand sicher und das Mittelfeld verdichtete, gut organisiert von Dominik Bersch, die Räume geschickt. Mit zunehmender Spieldauer kam man immer besser ins Spiel und Noah Conrad konnte nach 17 Minuten die verdiente Führung erzielen, bei der es auch bis zur Pause blieb. Kurz nach dem Seitenwechsel erhöhte Malte Reitz auf 2-0 und machte dadurch die Unzufriedenheit im gegnerischen Team noch größer. So kontrollierte man über den weiteren Spielverlauf Spiel und Gegner, der mit dem Schlusspfiff trotzdem noch zum Ehrentreffer kam.

Am 05.09. stand dann nach einem Monat intensiver Vorbereitung endlich das erste Meisterschaftsspiel auf dem Programm. Man trat bei der zweiten Mannschaft des TuS Mayen an. Von Beginn an wollte man Druck auf die gegnerische Abwehr ausüben. Dies gelang allerdings viel zu selten. Der Gegner, vor allem auf eine stabile Defensive bedacht, stand kompakt und wieder einmal zeigte sich das die junge Truppe von Mosel und Hunsrück Probleme hat, wenn sie selbst das Spiel machen muss. Zwar war man die überlegene Mannschaft und Lukas Rosemeier im Tor bekam nur sehr wenig zu tun, auf der Gegenseite



konnte man auch viel zu selten gefährlich vor dem Mayener Tor auftauchen, so dass das torlose Unentschieden zur Pause dem Spielgeschehen entsprach. Bedingt durch Umstellungen lief das Spiel im zweiten Durchgang erheblich besser und so konnte Nico Henrich in der 41. Spielminute die inzwischen verdiente Führung erzielen. In der Folge öffnete Mayen ein wenig und so boten sich Räume, die gut bespielt wurden. Leider vergab man die sich bietenden Chancen meist überhastet und so dauerte es bis zur 59. Minute ehe Malte Reitz mit einer schönen Einzelleistung den zweiten Treffer erzielen konnte. Gegen konditionell jetzt stark abbauende Mayener hatte man keine Mühe mehr den verdienten Sieg über die verbleibende Spielzeit zu bringen. Im folgenden Spiel empfing man die JSG Vulkaneifel Mendig, die nur knapp in der Qualifikation zur Bezirksliga gescheitert war. Gegen einen starken Gegner hielt man sehr gut mit, musste sich aber mit 2-3 knapp geschlagen geben. Die guten Ansätze konnte man auch in die kommende Partie in Saffig mitnehmen. Dort konnte man den als Konkurrenten um Platz zwei ausgemachten Gegner hochverdient und deutlich mit 7-3 bezwingen. Die Partie bei der JSG Maifeld dann ein Rückschlag. Es war so ein Tag an dem nicht viel funktionierte. Zwar hatte man deutlich mehr Ballbesitz und auch Torchancen, letztlich war es aber der Gastgeber, der die Punkte mit 2-1 in Polch behielt. Die darauffolgende Zweitrundenpartie gegen den Rheinlandligisten JFH Rhein-Hunsrück verlief wie erwartet. Der Klassenunterschied war deutlich zu erkennen und am Ende zog man mit 0-10 den Kürzeren.

In der Meisterschaft war man dann unter Zugzwang, um den Anschluss an die Tabellenspitze nicht zu verlieren. Innerhalb von nur 6 Tagen standen gleich drei Spiele auf dem Programm, bei denen man zweimal auf Ochtendung und auf TuS Mayen 2 traf. In allen drei Spielen war man die deutlich überlegene Mannschaft. Dies drückte sich auch in den Ergebnissen aus und so konnte man die Woche mit 9 Punkten und 19-1 Toren erfolgreich beschließen.

Somit belegt man vor den letzten drei Vorrundenspielen mit 15 Punkten und 31:9 Toren einen sehr guten zweiten Tabellenplatz und kann somit aus eigener Kraft die Qualifikation für die Leistungsklasse erreichen. Leider muss man jetzt wieder Geduld beweisen und hoffen, dass die Saison, wann auch immer, weiter geht damit man die positive Tendenz weiterführen kann. Zieht man ein Zwischenfazit so kann man sagen, dass das Konzept im Training den Schwerpunkt auf Spielformen zu legen erste Früchte trägt. Die Raumaufteilung funktioniert schon richtig gut und die zwei neu zusammengemischten Jahrgänge sind inzwischen als richtiges Team zusammengewachsen. Erfreulich ist auch, dass sich die insgesamt 31 geschossenen Tore auf gleich 11 Spieler verteilen.

Trainiert wird immer dienstags und donnerstags von 17:30 Uhr bis 19:00 Uhr. Trainings- und Spielort ist Oppenhausen.

In der C-Jugend spielen:

Manuel Richard, Lukas Rosemeier, Ben Trczensky, Dominik Bersch, Enrico Zisgen, Helen Röhrig, Jakob Priestersbach, Joel Falk, Leonard Wawers, Lorenz Forsmann, Lucas Dieler, Luis Strobel, Lukas Bersch, Malte Reitz, Max Thielen, Nico Henrich, Noah Conrad, Oskar May, Tom Hammes, Tom Thielen und Yannik Zenner

---

**"Mein erster Traum ist es, eine Weltmeisterschaft zu spielen. Der zweite ist, mit der E-Jugend Meister zu werden."**

(Diego Armando Maradona im Alter von zehn Jahren)



**TANKSTELLE  
MARC LIESENFELD**

Kfz-Meister

**Tel. 02605/952325**

Kfz-Reparatur  
AU- und TÜV-Abnahme  
Waschhalle  
Großer Einkaufs-Shop  
Lotto-Annahme

**BACKSHOP!**

**Praxis**



für  
**Physiotherapie  
Krankengymnastik  
Osteopathie  
Massagen**

**Herbert Mähler**

**Tel. 02607-4060**

**Kobern-Gondorf**

**PIZZERIA - Lieferservice**



**ROMA**



Moselstraße 18 - 56332 Oberfell

**Tel. 02605-960793**



## Die Tischtennisabteilung geht neue Wege und bildet eine Spielgemeinschaft mit der TTG Moseltal

Seit über 20 Jahren besteht nun schon unsere Tischtennisabteilung. Nach vielen Höhen und Tiefen ist man jetzt im Herrenbereich an einem Punkt angekommen an dem der Trainingsbetrieb teilweise nur noch mit zwei bis drei Spieler stattfand. Dadurch sind in den letzten Monaten einige Spieler zu anderen Vereinen abgewandert. Mit einem Stamm von fünf Spielern war die Teilnahme an der neuen Saison nicht mehr gewährleistet. Ebenfalls gab es im Jugendbereich ab diesem Sommer keinen Trainer mehr. Holger Götze hat unsere Abteilung nach neun Jahren guter Zusammenarbeit in Richtung Polch verlassen. Anfang des Jahres trafen sich die Abteilungsleiter Thomas Groß (SV Hatzenport/Löf), Franz Gold und Herbert Weber, beide von der TTG Moseltal (Koborn-Gondorf), um über eine Spielgemeinschaft im Herren- und Jugendbereich zu sprechen. Anschließend erarbeiteten die Vorstände der beiden beteiligten Vereine in mehreren Zusammenkünften einen Vertrag aus der dann im Mai unterzeichnet wurde. Was sich für die neue Saison außerdem geändert hat ist, dass wir ab jetzt im Raum Koblenz spielen. Die Heimspiele der Herrn 3 und Jugend 4 tragen wir in der Sonnenringhalle aus. Erstmals hat Joachim Klein die Trainingsstunden der Jugend in Löf übernommen. Leider wurde die neue Saison nach zwei Spieltagen vom TTVR wegen der Corona-Krise unterbrochen und bis zum 31. Dezember komplett eingestellt. Wie es danach weitergehen wird steht noch nicht fest.



---

**"1990 hat uns die Mafia den Titel geklaut. Weil wir Italien im Halbfinale rausgeworfen haben, musste Deutschland Weltmeister werden. Sie bekamen einen Elfmeter, der keiner war."**

(Diego Armando Maradona über das WM-Finale 1990)

# Boutique Helene

Individuelle Mode

Helene Rauen

Moselufer 20  
56332 Löff

tel.: 02605-3667  
e-mail: [hr@boutique-helene.de](mailto:hr@boutique-helene.de)  
[www.boutique-helene.de](http://www.boutique-helene.de)



HORST  
*Stiftung*  
ECKEL



energieversorgung mittelrhein



## CORONA und ein Fußball Trainer



Liebe Vereinsmitglieder,

heute schreibe ich euch als gebeutelter Trainer in einem CORONA-Jahr. Es ist nichts mehr so wie es war. Unser Berufsleben, aber auch unser Privatleben, hat sich in 2020 total verändert. Viele Einschnitte müssen wir hinnehmen und auch verkraften. Aus meiner Sicht werden wir das nur zusammen schaffen. Und nur zusammen werden wir einen neuen, aber wohl notwendigen Weg gehen müssen.

Als Fußballtrainer haben wir neben der sportlichen Verantwortung auch eine menschliche Verantwortung gegenüber unseren Spielern. Im ersten Lockdown bekamen wir von unserem Verband Vorgaben, wie wir ein „CORONA Training“ durchzuführen haben: „In einer Platzhälfte acht Leute mit Trainer. Der Mindestabstand ist einzuhalten.“ All das hat uns gefordert. Die Trainingsgestaltung hat sich verändert. Rahmenbedingungen, mit denen wir nicht vertraut waren, mussten wir umsetzen. Das Führen einer Anwesenheitsliste wurde Pflicht. Keine Umkleide, kein Duschen, Abstand, Trainingsgeräte desinfizieren usw. Die Gruppenzuordnung durfte nicht verändert werden, die soziale Kontaktpflege nach dem Training durfte nicht mehr stattfinden und vieles mehr.

Aber ich kann an dieser Stelle ein großes Lob an all unsere Spieler aussprechen. Auch wenn ich ihnen in jedem Training auf die Nerven ging; Hast du Symptome?, Sind in deiner Familie alle gesund?, Hast du dir die Hände gewaschen?, Den Ball nicht während des Trainings in die Hand nehmen!, Kein Kopfball! - und viele Regeln mehr. Dennoch sind die Jungs zu jedem Training erschienen und haben die Corona-Trainingseinheiten mit Bravour abgespult. Unsere Jugendtrainer hatten es diesbezüglich sicher weitaus schwerer als die Seniorentainer. An dieser Stelle ein großes Lob an unsere JSG mit all den Trainer und Betreuern.

Dann kam die Entscheidung vom Verband: Saison wird abgebrochen. Der Erste steigt auf, keiner steigt ab. Für die Mosel SG Hatzenport-Löf, Lehmen, Oberfell bedeutete diese Entscheidung 2. Platz und ein weiteres Jahr B-Klasse. Wir sind Sportsmänner und nehmen die Entscheidung an. Vorbereitung für die folgende Saison: Wöchentlich dreimal Training - alle ziehen mit. Die Vereine erarbeiten Hygienekonzepte und beachten alles akribisch. Zu den Heimspielen bedarf es eines Trosses von 10 bis 12 Personen, die vor Ort alle Richtlinien umsetzen: Einbahnstraßen-System, Erfassung der Zuschauer, Organisation rund um das Heimspiel. DANKE all den Helfern in den Vereinen.

Nach einem guten Start - alle Spiele gewonnen, nur ein Unentschieden beim Mitfavorit in Plaidt - Punktgleich Erster mit 3 Mannschaften, trotz einem Spiel weniger. Alle sind auf den Aufstieg fokussiert. Dann zweite Welle: ABRUCH der Saison !!

Im Sommer war dies schon zu befürchten und ich äußerte schon damals die Meinung, dass wir am 15.10.2020 kein Amateurfussball mehr spielen; es wurde der 20.10.2020. Kein



***Beschriftungen &  
Beschilderungen aller Art***

***Gestaltung & Lieferung  
aller Werbedrucksachen***

***Grafik-Design  
Großformat-Digitaldruck***

***Römerweg 9 56753 Pillig  
Tel. 02605-952341  
Mobil 0160-7726075  
e-mail: info@kley-werbung.de***

***Besuchen Sie unsere neue Homepage:***

***www.  
kley-werbung.de***



Training. Keine Spiele. Keine Fans. Alles auf NULL.

Was will ich sagen: Ich bin dafür, dass die Kabinen geschlossen bleiben, keine Duschen, keine Spiele - Das ist alles im Sinne der Eingrenzung der Pandemie.

Vielen unserer Leser kommt das bekannt vor (keine Umkleide, keine Duschen). Es ist fast so wie früher.

ABER

Wir würden gerne Trainieren. Gerne ohne alles Drumherum: Zweimal die Woche uns in der freien Natur bewegen, in einer festen kleinen Gruppe von 15 bis 20 jungen Männern, die nur eins möchten: Fußballspielen!!!

Wie und ob diese Saison zu Ende gespielt werden könnte, darüber wird sich der Verband sicher schon jetzt Gedanken machen. Wichtig ist, dass die Entscheidung der Gesundheit unserer Spieler und Fans sowie deren Familien, Arbeitgebern und Arbeitskollegen gerecht wird. In der jetzigen Situation muss man in viele Richtungen denken.

Euch allen wünsche ich eine GUTE Zeit. Bleibt gesund, geduldig und fröhlich

Udo Seifert

Trainer der Mosel SG Hatzenport-Löf / Lehmen/ Oberfell



Für das trainieren der sauberen Flanken und Pässe ist der Trainer zuständig, das unsere Spieler immer in sauberen Trikots ins Spiel gehen, dafür hat Helga Lietz viele Jahre gesorgt.

**Helga feierte am 26.November ihren 80. Geburtstag**

Wir gratulieren Helga, dem tollen Menschen und der treuen Seele des Vereins, zu diesem runden Geburtstag

*Liebe Helga,*

*80 ist wie 18, nur mit 62 Jahren Erfahrung*

# Fritz Walter wurde am 31. Oktober 100 Jahre

## Ein Weltmeister, der Bescheidenheit zum Maß machte

Und der des Öfteren in Löff und Hatzenport war. Von Hans-Peter Schössler

Vor 18 Jahren, am 17. Juni 2002, starb Fritz Walter. Das war einmal der „Tag der deutschen Einheit“ gewesen. Fritz hatte die Vereinigung von Ost und West zu einem einigen Deutschland als etwas Wunderbares empfunden. Er wollte das nicht politisch erklären, sondern nur zum Ausdruck bringen, dass nach seiner Meinung etwas geschehen war, was sein musste: die Deutschen gehörten wieder zusammen. Auf seinen vielen Bahnfahrten nach Berlin, Mutter Walter war Berlinerin, hatte er die DDR erlebt und für ihn, den einfachen Mann aus der Pfalz, war es nicht in Ordnung, das Deutschland geteilt worden war. Nach einem Krieg, den Fritz ohnehin nicht mochte, weil viel zu viele junge Menschen in ihn verwickelt wurden und ihr Leben verloren. Fritz war auch im Krieg gewesen und Bruder Ottmar war im Ärmelkanal schwer verwundet worden. Über den Krieg sprach Fritz nicht gerne.

Und nach dem Mauerfall und der Vereinigung, da kommen die Briefe von ehemaligen DDR-Bürgern körbeweise nach Alsenborn. Alle wollten sie Fritz schreiben, ein Autogramm haben, ihn wissen lassen, dass sie ihn nie vergessen haben. Ich habe Fritz ganz selten so dankbar und nachdenklich erlebt als in dieser Zeit. Natürlich hat er jedem geschrieben, jeden Autogrammwunsch erfüllt, sein in „sportlicher und freundschaftlicher Verbundenheit“ dazu gefügt, so unterschrieben, dass man es lesen konnte und vor allem auch nicht das Datum vergessen. So gehörte sich das. So und nie anders.

Fritz war oft in unserer Region, an Rhein und Mosel. In Boppard hat er 1959 bei der Fahrschule Tiemann den Führerschein gemacht. In Koblenz war er bei Lotto, beim Landes-Sport-Ball, auch in Engers und Mayen und in Kottenheim. Alles Stationen, die mit seiner Fußballkarriere einhergingen. Und beim Fußballverband Rheinland in Koblenz war er. Viel verband ihn mit den

Präsidenten des Verbandes, mit Toni Kahl, Theo Zwanziger und Walter Desch. Der Fußballverband, der eine Partnerschaft mit dem ungarischen Komitat Komárom-Esztergom unterhält, erinnerte in zwei Veranstaltungen am 14. Oktober 2020 in Koblenz und in Herresbach an den großen Fritz. Mit dabei war auch DFB-Präsident Fritz Keller, das Patenkind von Fritz Walter. Keller habe ich gefragt, ob Tugenden wie Demut und Heimatverbundenheit, die Fritz Walter auszeichneten, auch noch etwas für millionenschwere Nationalspieler von heute bedeuten könnten. Es lohne sich jeden Tag, an diese Werte zu erinnern, meinte Keller, auch im Gespräch mit den Spielern der Nationalmannschaft.

***„Der Schlüssel zum Erfolg ist Kameradschaft und der Wille alles für den anderen zu geben“***

### Fritz Walter

Mit Fritz Walter bin ich an der Mosel gefahren und ich habe ihm das Herz Jesu Haus Kühr in Niederfell gezeigt. Menschen mit Behinderung haben es Fritz Walter besonders angetan. In Kaiserslautern wurde eine Behindertenschule nach ihm benannt. Fritz sprach oft über die Spiele seines FCK gegen Neuendorf. Das waren Festtage des Fußballs. 1983 war er auch zur Einweihung des Hartplatzes in Löff. Des Öfteren war er auch später in Hatzenport und Löff, auch zusammen mit den Ungarn, den Gegnern von 1954, zusammen mit Puskas, Hidekutti, Grosicz, Czibor und Buzanski. Fritz war in Löff auf dem Sportplatz, in der Sonnenringhalle und einige Male im Winzerhof von Albrecht Gietzen in Hatzenport. Die Besuche von Fritz waren vor allem für unseren Ehrenvorsitzenden Kurt Haupt der Höhepunkt seines ehrenamtlichen Schaffens. Aber auch für Heinz Lietz, Gerd Liesenfeld, Bernd Reck, Rudi Gries-Dany, Theo Ackermann und Jochen Specht.



Die Gründung der Fritz Walter Stiftung durch das Land Rheinland-Pfalz, den Deutschen Fußball-Bund und den 1.FC Kaiserslautern erfolgte 1999 in der kleinen Kapelle des „Schloß Liebig“ in Kobern-Gondorf. Fritz war stolz auf die Stiftung. Und auch auf die Tatsache, der erste Ehrenbürger des Landes zu sein. Das ist er bis heute geblieben.

Am 31. Oktober 2020 wurde Fritz Walter 100 Jahre. Der SWR hat ihm großartige filmische Dokumentationen gewidmet. Ausstellungen gab es in Kaiserslautern. Sein Buch 3:2 wurde mit Ergänzungen, u.a. einem Vorwort

von Horst Eckel neu aufgelegt. Und in Mainz wurde durch Bundesfinanzminister Olaf Scholz und Ministerpräsidentin Malu Dreyer eine Gedenk-Briefmarke vorgestellt. Trotz Coronazeit geschah viel, was für den Würdigen spricht.

Fritz Walter war einer der Großen im Fußball und im Leben. Maßvoll in seinen Erwartungen und von einer einzigartigen Lebenswürdigkeit. Es wird die Erinnerung an einen bleiben, der Bescheidenheit zum Maß machte.

---

## **Die Pandemie und der Amateursport:**

### **Es muss viel mehr sein als das Bedauern wirtschaftlicher Probleme**

So sehr die Maßnahmen, in der Pandemie alles zu tun, um eine Überlastung des Gesundheitssystems zu verhindern, auch gerechtfertigt sind, der Preis wird ein hoher sein. Nicht nur wirtschaftlich und nicht nur kulturell.

Weil uns die Begegnungen fehlen werden, wird es auch ein Prozess der Entfremdung sein. Dass der komplette Wettbewerb im Amateursport und der organisierte Breiten- und Freisport zumindest für einen Monat in den Vereinen zum Erliegen kommen, wird Folgen haben. Weit mehr als Punkte und Tore fehlen die Trainingsabende in der Woche, die Treffen danach, die Gespräche, die Verabredungen, aber auch die in dieser Jahreszeit üblichen Vorbereitungen der Weihnachtsfeiern für Kinder und Jugendliche in den Sportvereinen. Es ist so als lasse man nur noch Dunkelheit zu und sperre die Helligkeit des Tages aus.

Diese Pandemie macht schon lange Angst. Und auch die Tatsache, dass der Profifußball weitermachen kann, ist schon lange kein Trost mehr. Im Gegenteil: ohne Zuschauer wird es mehr und mehr zu einem unzulänglichen und entfremdeten Kick von 22 Akteuren auf der grünen Wiese, umrahmt vom Geschrei einiger weniger Außenstehender.

Jetzt ist auch die Zeit, wo die Funktionäre des Sportes routiniert die Politik mahnen, die ökonomischen Folgen für die Vereine zu bedenken. Trotz der langen Phase des Stillstands ist das für die meisten Amateurvereine aber nicht das wirkliche Problem.

Es ist das Leben auf den Plätzen und in den Hallen das fehlt. Der Ausgleich für Kinder und Jugendlichen nach dem nicht einfachen Schulalltag, das Kommunizieren für die Älteren, die sich einmal in der Woche treffen, wird vermisst. Der Sport für Behinderte und Herzkranken in ihren Gruppen, der Abend für die aktiven Seniorinnen, für die das alles mehr ist nur Bewegung.

**Die wirtschaftliche Situation der Vereine ist nur ein Teil des Ganzen. Was gebraucht wird ist das Leben in den Vereinen, ohne das viele nicht sein können.**

## Mosel SG Löff/Lehmen/Oberfell/Hatzenport - 1. Mannschaft

### Erneute Corona-Zwangspause

Nachdem die Mannschaft in der vergangenen Spielzeit aussichtsreich an zweiter Stelle liegend durch den „coronabedingten Saisonabbruch“ um die Chance des Wiederaufstiegs gebracht wurde, ist es derzeit nicht voraussehbar ob und ggf. in welcher Form die Spielzeit 2020/2021 weiter geführt oder zu Ende gebracht werden kann.

Auch in der laufenden Saison präsentierte sich erste Mannschaft bisher meist von ihrer besten Seite und führt zum Zeitpunkt der Saisonunterbrechung am achten Spieltag ungeschlagen zusammen mit DJK Plaidt und DJK Krufft/Kretz die Tabelle der Kreisliga B Mayen an.

Der bisherige Saisonverlauf: Nach einer guten Vorbereitung stand in der ersten Rheinlandpokalrunde gleich ein erster Härtetest gegen den Bezirksligisten Ata Sport Urmitz an. Obwohl man zeitweise recht gut mithielt, siegten die anschlussstarken Gäste am Ende klar mit 6:1. Drei Tage später fand bereits das erste Meisterschaftsspiel bei der zweiten Mannschaft der Spfr.Miesenheim statt. Obwohl hier nicht alles Gold war was glänzte, siegte die Elf souverän mit 3:1. In den Wochen danach kam die Mannschaft richtig in Fahrt. Im nächsten Meisterschaftsspiel besiegte man die SG Mendig II mit 6:1 und wenige Tage später schickte man in der ersten Runde des Kreispokals den höherklassigen A-Ligisten SG Ettringen mit 8:0 auf die Heimreise.

Auch die weiteren Spiele wurden alle bis auf das Spitzenspiel des achten Spieltages bei DJK Plaidt gewonnen. In Plaidt waren die Gastgeber in der ersten Hälfte klar tonangebend und führten zur Pause mit 2:0. Zwanzig starke Minuten in der zweiten Hälfte genügten um das Spiel zu drehen und mit 3:2 in Führung zu gehen. Den vermeidbaren Ausgleich der Gastgeber zum 3:3 fiel praktisch mit dem letzten Ballkontakt in der 95. Spielminute. Ärgerlich, aber aufgrund der schwachen ersten Hälfte nicht unverdient.

Wie geht's (Stand Mitte November) weiter? Vorerst ist der Spielbetrieb bis Ende des Jahres ausgesetzt. Ob nach der Zwangspause die Coronainfektionen merklich gesenkt wurden darf ernstlich bezweifelt werden. Da die Gesundheit der Spieler, Trainer- und Betreuer Teams sowie der Zuschauer absolute Priorität hat, wird die Saison vielleicht zu einem späteren Zeitpunkt oder erst im Frühjahr fortgesetzt, eventuell sogar wieder abgebrochen. Der Fußballverband hat hierzu fünf mögliche Szenarien beschrieben. Alles scheint derzeit im Bereich des Möglichen. Sobald hierzu konkrete Informationen oder Aussagen der Verantwortlichen vorliegen, werden wir dies zeitnah kommunizieren. Aus sportlicher Sicht sicherlich bitter, aber wie bereits erwähnt, die Gesundheit aller Beteiligten hat absoluten Vorrang.

---

**"Ich bin kein Magier. Ich bin Diego, der in Fiorito geboren wurde. Magier sind die, die dort in Fiorito leben. Denn sie zaubern mit nur 1000 Pesos im Monat."**

(Diego Armando Maradona über das Elendsviertel in Buenos Aires, in dem er geboren wurde und aufwuchs)



The logo for LEDKON, featuring a stylized white 'L' shape to the left of the word 'LEDKON' in a bold, sans-serif font. The 'L' is composed of two parallel lines that curve at the top and bottom.

**LEDKON**

**Exklusiver LED-Licht-Partner des FVR**



## Die Weltgesundheitsorganisation schlägt Alarm:

### Die Jugendlichen bewegen sich zu wenig

Nur jeder fünfte Jugendliche bewegt sich den Empfehlungen der WHO entsprechend, hat eine Studie ergeben. Erhebliche Unterschiede gibt es zwischen den Geschlechtern, die große Mehrheit der Jugendlichen weltweit bewegt sich zu wenig. Dies geht aus einer Studie der Weltgesundheitsorganisation (WHO) hervor, die im Fachmagazin *The Lancet* veröffentlicht wurde. Demnach würde nur jeder fünfte Jugendliche zwischen 11 und 17 Jahren auf rund eine Stunde moderater



oder kräftiger Bewegung am Tag kommen. Als Grund für die mangelnde körperliche Betätigung bei Jugendlichen führen die Autorinnen der Studie die Digitalisierung an. "Wir hatten eine elektronische Revolution, die die Bewegungsmuster von Jugendlichen offensichtlich verändert hat – und sie dazu anregt, mehr zu sitzen, weniger aktiv zu sein, mehr zu fahren, weniger zu gehen", sagt Leanne Riley, eine der Co-Autorinnen der Studie. Die Jugendlichen würden letztlich mehr digital als wirklich aktiv spielen. Ein weiterer Grund für fehlende körperliche Aktivität sei zudem die Frage der Sicherheit in manchen Regionen oder Umfeldern. "Es gibt Umfelder, in denen wird es immer gefährlicher, draußen zu sein und aktiv zu sein. Wenn es nicht sicher genug ist, draußen zu sein, dann gehen Jugendliche auch weniger zu Fuß zur Schule oder fahren mit dem Fahrrad", sagte die Wissenschaftlerin Riley.

### Deutsche Jugendliche bewegen sich zu wenig

Auch deutsche Jugendliche schneiden in der Studie schlecht ab: 79,7 Prozent der Jungen und sogar 87,9 Prozent der Mädchen waren 2016 körperlich nicht aktiv genug. Im Vergleich zum Jahr 2001 haben sich die Zahlen für Deutschland kaum verändert.

Der für Deutschland zu beobachtende Unterschied beim Bewegungsanteil zwischen Jungen und Mädchen zeigt sich auch auf globaler Ebene: Während sich 77,6 Prozent der Jungen nicht ausreichend bewegen, sind es 84,7 Prozent der Mädchen. Die größten Unterschiede beim Bewegungsanteil zwischen den Geschlechtern wurden in Irland (17 %) und den USA (16,5 %) festgestellt. "Hier wirken sich auch kulturelle Aspekte aus. In manchen Kulturen ist es nicht vorgesehen, dass Mädchen so aktiv sind wie Jungen, oder sie werden nicht ermutigt, sich so viel zu bewegen wie die Jungs", erklärte Studienautorin Riley. Insgesamt war der Anteil an inaktiven Kindern in Südkorea am höchsten, während er in Bangladesch am niedrigsten war. Seit 2001 ging weltweit nur der Anteil bei den Jungen, die sich zu wenig bewegen, spürbar um 2,5 Prozentpunkte zurück.



### Jugendliche sollten sich täglich mindestens eine Stunde bewegen

Die WHO empfiehlt, dass sich Kinder und Jugendliche zwischen 5 und 17 Jahren zumindest 60 Minuten am Tag bewegen sollten – kleine Kinder sogar drei Stunden am Tag. Alles darüber hinaus sei für die Gesundheit zusätzlich förderlich. Erwachsene (18 bis 64 Jahre) sollten sich mindestens 150

Minuten pro Woche einfach bewegen oder alternativ mindestens 75 Minuten Sport treiben. Eigentlich hatte die WHO das Ziel ausgegeben, den Anteil der Jugendlichen mit zu wenig Bewegung bis 2030 auf 70 Prozent zu senken. "Dieses Ziel können wir nicht einhalten, wenn sich diese Trends fortsetzen", sagte Regina Guthold, Studienautorin und WHO-Expertin für die Gesundheit von Jugendlichen.

### 10 Minuten für die eigene Gesundheit

„Bereits nach zehn Minuten Bewegung spielen sich im Körper zahlreiche positive Dinge ab. Nach dieser kurzen Zeit wird der Stoffwechsel aktiv, Blutdruck und Blutzucker sinken und vor allem: Man fühlt sich danach wohl“

Freilich sollte man sich in diesen zehn Minuten etwas mehr abrackern als man es auf dem Weg zum Supermarkt und zurück tut. Das Minimum-Workout ist aus Sicht des Arztes nicht Endzweck der Übung. Sein eigentlicher Hintergedanke: Wer sich einmal zu diesem Minimum aufgerafft hat und merkt, wie gut Bewegung tut, bekommt vielleicht Lust auf Mehr. Und dann ist es nicht mehr weit zu den empfohlenen drei halbstündigen Bewegungseinheiten. Ein Minimalprogramm als gesunde Einstiegsdroge sozusagen.

### So werden selbst die faulsten Faulen fit

Zweimal pro Woche sollte man sich aufraffen, optimal wäre jedoch eine Bewegungseinheit jeden zweiten Tag. Trainiert wird in einem Belastungsbereich, der die normale



körperliche Alltagsaktivität etwas übersteigt. Für die Bestimmung der Unter- und Obergrenze der Belastung wird die Herzfrequenz herangezogen, mit einem Pulsmesser kann man sie feststellen. Wählen Sie eine Bewegungsform, die Spaß macht. Flottes Gehen (Walking) ist wohl die

einfachste Art, sich fit zu halten. Das erfordert noch keine spezielle Sportausrüstung und kann praktisch jederzeit und überall durchgeführt werden. Man kann sich aber auch mit einem Fahrrad fortbewegen oder auf einem Hometrainer strampeln.

**Tipp des Arztes:** „Betreiben Sie zu Beginn Ausdauersport wie Gehen, Laufen, Nordic Walking, Schwimmen oder Radfahren. Bei diesen Sportarten können Sie besonders gut Ihren optimalen Trainingspuls kontrollieren. Trainieren Sie mit Pulsmesser. Gerade Anfänger neigen dazu, in zu kurzer Zeit zu viel oder zu intensiv zu trainieren. Die Folge: Man fühlt sich nach dem Training ausgepumpt, erschöpft, eventuell treten Schmerzen aufgrund von Überlastung auf. Außerdem sind keine Fortschritte in puncto Kondition zu verzeichnen. Mit einem Pulsmesser gelingt das Training im optimalen Belastungsbereich.“

**"WENN DU ALLES GIBST,  
KANNST DU DIR NICHTS VORWERFEN"**  
- Dirk Nowitzki

**Tipp des Arztes:** „Den optimalen Puls eruieren Sie am besten bei einem sportmedizinischen Check zu Beginn des Sportprogramms. Sprechen Sie mit dem behandelnden Arzt auch über Ihr gewünschtes Trainingsziel. Wählen Sie eine Sportart, die in Ihr tägliches Leben passt. Sind Sie eher ein Morgenmensch, dann laufen Sie in der Früh zum Bäcker um die Frühstückssemmeln zu holen. Tendieren Sie eher zur abendlichen Bewegung, können Sie sich die Abendnachrichten im Fernsehen während des Trainings auf dem Hometrainer anschauen. So wird Fitness zu einem Bestandteil des Lebens.“

**Tipp des Arztes:** „Ein einfacher Trick für alle, die durch sportliche Betätigung Gewicht verlieren oder das Idealgewicht halten möchten: Es gelingt besonders leicht und gut, wenn Sie statt des Abendessens ein bisschen



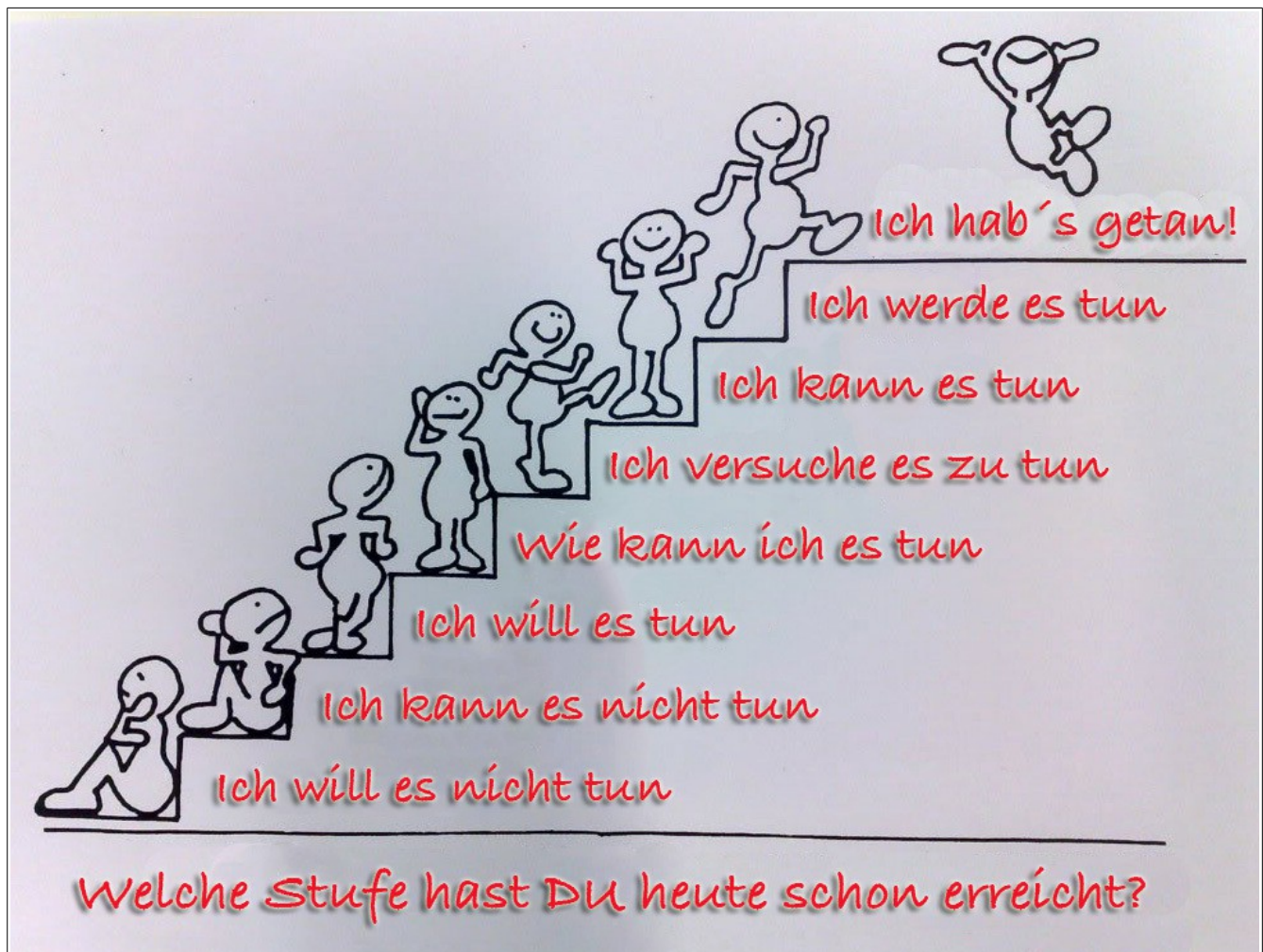
Sport betreiben. Das spart Kalorien und steigert die Fitness. Interessanterweise stellt sich nach dem Sport kaum mehr Hunger ein.

**Tipp des Arztes:** „Gerade für Anfänger ist wichtig, sich nicht zu überfordern. Ein Tag Pause zwischen den Trainingseinheiten bringt die nötige Regeneration.“ Kombinieren Sie Ausdauer- mit Krafttraining. Wer seinen Körper ganzheitlich trainieren will, sollte nicht nur die Ausdauer verbessern, sondern auch die Muskulatur kräftigen. Krafttraining vermindert bzw. verhindert den altersbedingten Abbau der Muskulatur, beseitigt muskuläre Dysbalancen und kurbelt den Stoffwechsel an. Nicht zuletzt schützt ein gut ausgebildetes Muskelkorsett vor Verletzungen, erhöht die Knochendichte und beugt so Osteoporose vor.



Doch Achtung: wer zu spät am Abend Sport betreibt, ist dann möglicherweise hellwach und kann nicht einschlafen.“ Gönnen Sie sich Auszeiten. Verteilen Sie Ihre zwei oder drei Trainingseinheiten über die ganze Woche und gönnen Sie Ihrem Körper dazwischen einen Tag Erholung. Es hat aus medizinischer Sicht wenig Sinn, sich am Wochenende sportlich zu geben und danach wieder fünf Tage nichts zu tun.

**Tipp des Arztes:** „Die Muskulatur können Sie mit einfachen Mitteln und Geräten zu Hause kräftigen, im Grunde genügen Therabänder oder eine Matte für gymnastische Übungen. Gezieltes Krafttraining machen Sie aber am besten unter fachkundiger Anleitung in einem Fitnessstudio.“





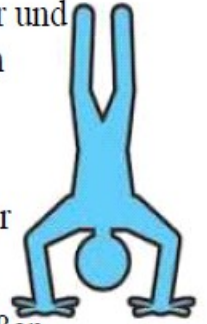
## Die Turnabteilung steht Kopf

Im März dieses Jahres befand sich die Turnabteilung mitten im Training und in den Vorbereitungen für das Gau-Winterturnfest 2020 in Koblenz. 34 Kinder und Jugendliche waren angemeldet, trainierten fleißig und freuten sich auf einen großen Wettkampf. Doch dann kam uns leider, wie für alle Sportler, der Lockdown in die Quere und alles wurde abgesagt.

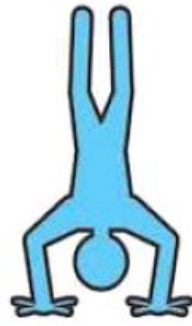
Zuerst war ja noch die kleine Hoffnung, dass es nach den Osterferien wieder weitergehen könnte, doch wir wurden alle eines Besseren belehrt.

Um den Kontakt unter den Übungsleitern und den Turnern nicht ganz abreißen zu lassen, kam die Idee auf, Fotos von Handständen und anderen Turnübungen in die WhatsApp-Gruppe zu schicken. Und so wurden hauptsächlich in den Sommerferien tolle Hintergründe gesucht, um einen Handstand super zu präsentieren.

Hier nun die Ergebnisse:









## RICHTIG VERSICHERT?

Dann sprechen Sie mit uns.

Als unabhängige Versicherungsberater planen und gestalten wir Ihren optimalen Versicherungsschutz.

Assekuranz-Büro Hartung GmbH

Waldstraße 30 • 56332 Löff-Kattenes

Tel. (0 26 05) 95 20 14 • Fax (0 26 05) 95 20 15

E-Mail [hartung-assekuranz@t-online.de](mailto:hartung-assekuranz@t-online.de)

HARTUNG  
ASSEKURANZ



## OPTIK AN DER MOSEL

BRILLEN // KONTAKTLINSEN // PASSBILDER

Kastorbachstr. 14  
56 330 Kobern - Gondorf  
Tel.: 026 07-16 46,  
Fax.: 026 07-16 76

### Unsere Öffnungszeiten:

Montag bis Freitag: 9:00 - 12:30 Uhr  
14:00 - 18:30 Uhr  
Samstag: 9:00 - 13:00 Uhr

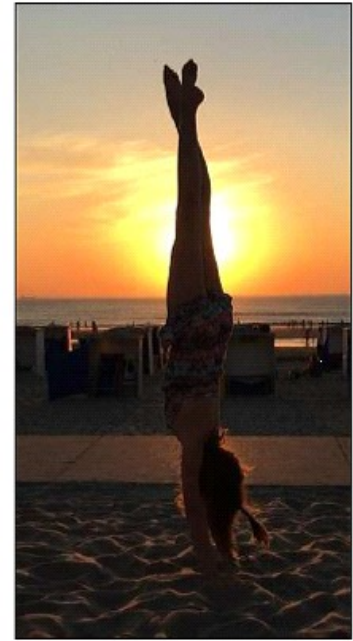
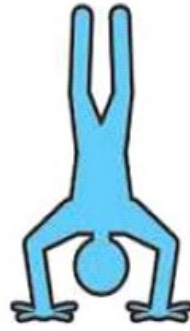


**QUAD-VENTURE**

**Alles außer gewöhnlich!**

## Erlebnistouren mit QUAD


Bergweg 16, 56332 Löff  
Tel. 0 26 05-40 89 845  
Mobil 01 73-66 85 798  
[www.quad-venture.de](http://www.quad-venture.de)



Noch ein paar spektakuläre Fotos, die uns Louisa von Ihrer Asien- / Australien-Reise im Jahr 2019 in unsere WhatsApp-Gruppe geschickt hat:







**WENN SIE ETWAS  
WIRKLICH LIEBEN,  
DANN ZÄHLT NUR  
DER BESTE SCHUTZ.**

Gerne beraten wir Sie:  
BEZIRKSDIREKTION  
MARKUS LELLMANN  
Poststraße 8  
56068 Koblenz  
Telefon 0261 9224580  
lellmann@zuerich.de

**ZURICH VERSICHERUNG.  
FÜR ALLE, DIE WIRKLICH LIEBEN.**



**ZURICH®**



# **GILLA'S HAARSTUDIO**

**IHR FRISEURMEISTERBETRIEB**

Alte Moselstraße 36  
56332 Löff  
Tel.: (0 26 05) 21 09  
[www.gillas-haarstudio.de/tl](http://www.gillas-haarstudio.de/tl)



## Turner auf "Abwegen"

Die Turnabteilung des SV Hatzenport-Löf hat sich im September an der Aktion "Mosel-CleanUp 2020" beteiligt, und sich somit auf unbekanntes Terrain begeben, da sie doch eher lieber festen Boden unter ihren Füßen haben.

Am Samstag den 12.09. unterstützten sie u.a. mit den Mitgliedern der Tanzgruppe Black and White die angemeldeten Reinigungsarbeiten des JGV Kattenes im Bereich des Moselvorgeländes zu Lande und auch vom Wasser her.

Gegen 08:30 Uhr starteten sie am alten Fährrkopf auf Höhe des Parkplatzes am ehemaligen "Hotel Sternburg".

Die Landmannschaft bewegte sich von dort durch teilweise widriges Gelände Richtung Kattenes.

Die beiden Kajaks, welche bestens ausgerüstet sich dem Gelände von der Wasserseite aus annäherten, hatten ebenfalls mit dem gut verwachsenen Gestrüpp so ihre Schwierigkeiten.

Eine Kontaktaufnahme mit den "benachbarten Kräften" (Tanzgruppe, JGV und dem Kanuverein Hatzenport) wurde mit großem Hallo begrüßt. So waren auch kurzfristige Absprachen leicht umzusetzen und Unterstützung war immer gewiss!

Gefunden wurde neben Müll, wie z.B. Köderboxen und Plastikverpackungen, auch Schneeketten und Absperr- bzw. Leitmaterial der Straßenverwaltung!

Gegen Nachmittag wurde der Arbeitseinsatz dann mit einigen unschönen Hinterlassenschaften unserer Zivilisation beendet. Insgesamt wurden dann doch einige mitgebrachte Säcke gut gefüllt im Container in Kattenes abgeladen und man konnte wieder an den Einstieg zurück (Wie es sich gehört natürlich mit Gegenwind.)

Die Sammler der Turnabteilung waren Dirk Heil, Christoph Wolf, Leoni Wirtz, Nina Wirtz und Klaus Wirtz. Vielen Dank an alle, die ihre Zeit für diese sehr sinnvolle Aktion geopfert haben!







BERGWEG 16 • 56332 LÖF/MOSEL  
**TEL: 02605/807-0**



[www.huenten-fleischwaren.de](http://www.huenten-fleischwaren.de)

Wein – Genuss - Lebensfreude



*Winzerhof Gietzen*

.... **Hofausschank** bis Ende Oktober  
freitags ab 18:00 Uhr, samstags, sonntags  
im idyllischen wildromantischen Innenhof oder im  
besonderen Ambiente des „Alten Kelterhauses“

... **Weinproben, Weinbergsrundgänge und vieles  
mehr mit und rund um Wein**

.... „Cellarium“ – der Weinladen im Winzerhof

**Gerne sind wir Ihre Gastgeber!**

Maria und Albrecht Gietzen .... Moselstr. 52, 56332 Hatzenport ...T el.: (02605)  
952371 ... Fax: (02605) 952372  
e-mail: [service@winzerhof-gietzen.de](mailto:service@winzerhof-gietzen.de) ... [www.winzerhof-gietzen.de](http://www.winzerhof-gietzen.de)







# Getränke Rhein-Mosel

Ihr Getränke Abholmarkt  
in Brodenbach  
mit Kofferraum-Service

Im Sommer mit  
vorgekühlten Getränken

Getränke  Quelle

Getränke  
Rhein-Mosel



Verleih von ● Zelten ● Garnituren ● Stehtischen  
Verkaufswagen ● Kühlwagen

Getränke Rhein-Mosel · Niederbach 1 · Brodenbach · Tel. 02605-96350  
Getränke Quelle in Treis · Am Laach 6 · Tel. 02672-8905



## Übungsleiter Assistentenausbildung 2020



Zu Beginn des Jahres hat der Turngau Rhein- Mosel e.V. wieder seine Übungsleiter-Assistentenausbildung ausgeschrieben, an der 21 Jugendliche im Alter von 13-15 Jahren teilnehmen konnten.

Wie auch in den Jahren zuvor hat der SV Hatzenport-Löf wieder Teilnehmer gesucht und auch gefunden. Wir, Johanna Thönnies und Nina Wirtz haben uns der spannenden Aufgabe gestellt. Aber zum Zeitpunkt der Meldung konnte noch keiner ahnen, unter welchen schwierigen Bedingungen der Lehrgang stattfinden würde.

Zuerst startete der Lehrgang noch ganz normal am 04.02.2020. Aber es dauerte nicht lange, da musste ein Corona bedingter "Ausbildungsstopp" die Arbeiten unterbrechen. Keiner konnte uns sagen wann und auch ob es weiter gehen kann. Der Lehrgang konnte dann doch am 29.08 (unter Berücksichtigung der sich ständig ändernden aktuellen Auflagen), zur Freude aller fortgeführt und mit einer erfolgreichen Prüfung aller Teilnehmer abgeschlossen werden. Wir behandelten in der Theorie unter anderem die Themen: Aufsichtspflicht, Versicherungsschutz in der Turnstunde und Kampfrichter-Bewertungen.

Aber hauptsächlich wurden die praktischen Lerninhalte zu den Themen Geräteturnen, Seile/Taue/Ringe, Dehnen/Kräftigen, Leichtathletik, Videoclip Dancing und Aufwärmspiele behandelt. In den praktischen Teilen haben wir gelernt, wie man Kindern turnerische Elemente beibringt. Leider sind die geplanten Praxiseinsätze Corona bedingt für die Meisten von uns ausgefallen. Jedoch wurde bereits angeboten, dass es die Möglichkeit geben wird, diese zu einem späteren Zeitpunkt nachzuholen.

Nach erfolgreicher praktischer wie theoretischer Prüfung konnten alle Teilnehmer ihre verdienten Zertifikate und Assistenten-T-Shirts entgegennehmen. Der gesamte Lehrgang war sehr interessant und informativ, doch hat es keinem Teilnehmer an Spaß gefehlt und die neuen Bekanntschaften werden gepflegt!

Johanna und Nina







## Schoko-Snacks für grosse und kleine Fussballer

Ob zum Naschen unterwegs, vor und nach dem Sport, in der Halbzeitpause beim Fußball, in der Schule oder bei den Hausaufgaben, beim Autofahren oder als das „süsse Zwischendurch“ im Büro – mit den Schokoriegeln hat Loacker die richtige Genussformel.

Knusprige Waffeln, viel Creme, reine Vollmilchschokolade – das sind die Hauptzutaten. Einfach zum Reinbeißen!

In den Sorten choco&coco mit reichlich Kokoscreme (46 %) und frischen Kokosflocken auf dem Überzug von Vollmilchschokolade, milk&cereals mit Milchcreme und Weizenkeimcrispiers für noch mehr Biss und choco&nuts mit 55 % Schokocreme und frisch gerösteten Haselnuss-Stückchen

Die Premium Waffel- und Schokoladefeingebäcke von LOACKER kommen direkt von den Südtiroler Bergen. Das Familienunternehmen aus Bozen, Südtirol stellen sie seit über 85 Jahren in feinsten Konditor-Qualität her.

Im Sinne der Markenphilosophie

### LOACKER – Natürlicher Genuss!

werden nur ausgewählte natürliche Zutaten verwendet und völlig auf gehärtete Fette verzichtet.

Wenn sich die Liebe zur Natur und Natürlichkeit mit der Begeisterung für die Backkunst verbindet, entsteht Köstliches.

**Einfach Loacker!**





## Von Epinal nach Toul. Die Mosel wird erwachsen

In der letzten Ausgabe haben wir den Rad- und Wanderweg von der Moselquelle, in den Vogesen, bis nach Remiremont beschrieben. In diesem Bericht geht es weiter flussabwärts bis nach Toul. Die Strecke von Remiremont bis nach Epinal beträgt 28 km und hat keinen Rad- oder Wanderweg. Man muss den Straßen D42 oder D157 folgen. Deshalb eignet sich diese Etappe, wenn es der Zeitplan ermöglicht, eher für einen Sonntag, dann ist wenig Autoverkehr zu erwarten. Am besten folgt man der Mosel am rechten Ufer entlang der D42 bis nach La Perreuil. Dort kann man über eine Fußgängerbrücke auf das linke Moselufer wechseln und den Rest der Strecke nach Epinal entlang der D157 zurücklegen. Für nicht so geübte Wanderer ist Epinal als Einstieg für eine Moselwanderung bestens geeignet. Keine Berge oder Steigungen sind moselabwärts zu bewältigen. In Epinal gibt es genügend Hotels. Das „Au Bureau Epinal“ empfiehlt sich als Restaurant. Im Hafen von Epinal beginnt der „Canal de Este“. Er verläuft bis nach Ludres parallel zur Mosel. Er gab Transportschiffen im 19. und frühen 20. Jahrhundert die Möglichkeit Waren bis nach Epinal zu transportieren.



**Der Hafen von Epinal, hier beginnt der Kanal**

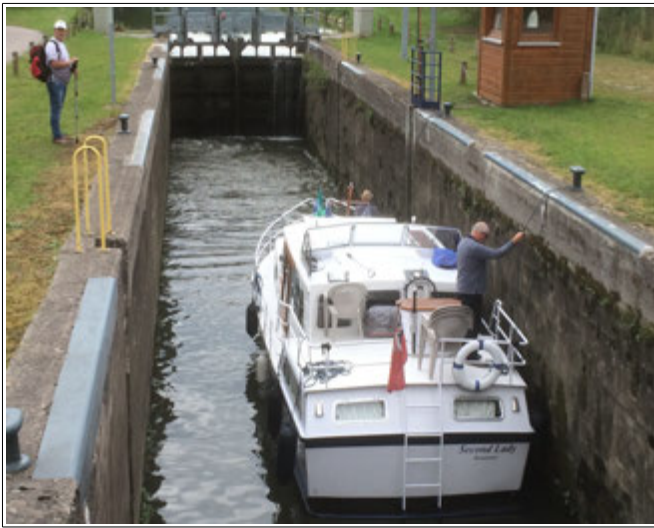
Der ehemalige Treidelweg am Kanal wird heute als Rad- und Wanderweg genutzt. Direkt an der Mosel gibt es keinen Weg. Die Etappe nach Charmes hat eine Länge von 28 km. Ausgangs von Epinal überquert der Kanal auf einer Brücke die hier schon stattliche Mosel. Für Radfahrer bestens geeignet kann man auf der Strecke nach Charmes *"Kilometer machen"*. Allerdings sollte es mindestens ein Trekkingrad sein. Für Rennräder ist der Untergrund nicht geeignet.

Die gesamte Kanalstrecke lässt sich am besten auf der rechten Seite bewältigen. Schattige Rastplätze für ein Picknick gibt es zur Genüge. Regelmäßig passiert man Schleusen.



**"Canal de Est" mit Rad- und Wanderweg**

Der Kanal wird noch von Motoryachten und zu Wohnschiffen umgebauten Frachtschiffen genutzt. Landschaftlich ist dieser Teil der Wanderung außerordentlich schön. Man erlebt die Mosel als schmalen Fluss der sich auf der Strecke zwischen Epinal und Ludres noch seinen eigenen Weg sucht. Man bewegt sich immer am Wasser, parallel zum Kanal und immer wieder in der Nähe der Mosel. Die nächste Etappe führt über 20 km, weiter am Kanal entlang, nach Crevechamps. Hier gibt es keine Hotels, übernachten kann man in Privatpensionen. Die Infrastruktur ist in diesem ländlichen Gebiet entsprechend mäßig. Verpflegung sollte man ausreichend zu Beginn der Tagesetappen einkaufen. Deshalb ist für Wanderer eine gute Planung wichtig. Von Crevechamps geht es auf der nächsten Etappe weiter nach Mereville. Diese Etappe hat nur 15 km. Man hat genügend Zeit für längere Pausen. Die letzte Etappe führt nach Toul. Es sind anspruchsvolle 28 km zu bewältigen. Auf dieser Strecke endet, kurz hinter Ludres, der „Canal de Est“. Er mündet hier in die Mosel, ab hier ist der Fluss schiffbar. In Ludres sollte man auf der rechten Seite des Kanals weiterwandern bzw. fahren. In Maron wechselt man die Moselseite. Bis nach Toul geht es auf einem geteerten Weg weiter. Dieser führt teilweise über einen schmalen Damm der die Mosel hier teilt. Wie bereits mehrfach erwähnt ist die Landschaft auch hier einzigartig schön.



**Schleuse am Kanal de Este**

Meistens begegnet man nur den einheimischen Radfahrern. Für die Wanderungen in den steilen Regionen der Vogesen sind leichte Wandertiefel zu empfehlen. Auf den jetzt flachen Strecken sind Wanderschuhe die bessere Wahl. Diese sind mit ihren weicheren Sohlen besser für die geteerten oder gut befestigten Wanderwege geeignet. Die Etappen sind mit bis zu 30 Kilometern Länge und eine Kathedrale im gotischen Stil. Sie recht knackig, dies ist aber den wenigen Übernachtungsmöglichkeiten entlang der Mosel geschuldet. Die Etappe nach Toul zieht sich, gerade im letzten Teil, ganz besonders in

die Länge. Wenn für den Wanderer ab Toul die Rückreise per Bahn erfolgen soll, plant man am besten vorher noch eine Übernachtung ein.



**Wanderer aus Moselsürsch am Moselufer bei Toul**

Die Stadt ist schön genug um sie zu erkunden. Sie hat eine interessante Altstadt wurde in ihrer jetzigen Form vom französischen Festungsbaumeister Vauban geplant und gebaut. In der nächsten Ausgabe führt die Wanderung von Toul nach Metz.

**TAKE OFF** 



Reisebüro  
Nadine Hawig  
56332 Alken  
Tel. 02605 / 96 22 02

Reiseberatung ganz nach Ihren Wünschen

Ich lasse Ihre Urlaubswünsche in Erfüllung gehen:  
Ohne beschwerliche Wege durch den Internet-Dschungel, ohne pauschale Öffnungszeiten.

**TAKE OFF**

- ✓ wir buchen alle namhaften Veranstalter
- ✓ modernste EDV für Beratung und Preisvergleich

World of  TUI

nadine.hawig@takeoff-reisen.de  
www.reiseberatung-alken.de



## **Er ist ein Leben lang im Verein:**

### **Und jetzt spürt er, was ihm fehlt. Die Pandemie vermisst ein Stück Freizeiterfüllung**

Vereine sind geschaffen, um für Leben zu sorgen. Dafür arbeiten sie, zumeist im Ehrenamt mit immensen Eigenleistungen. Das sportliche Angebot auf den Sportplätzen und in den Hallen ist das Wichtigste im Vereinszweck. Es umfasst die unterschiedlichsten Programme für alle Altersschichten, für Menschen mit den verschiedensten Talenten und es macht keinen Unterschied, ob es Deutsche oder ausländische Mitbürger sind. Der Verein ist für alle da und das zu einem Preis, den sich jeder leisten kann. Und weil das so ist, sind die Sportvereine in Sachen Sportangebot das Beste, was mehr als jedem dritten Bürger in unserem Land zugutekommt.

Wenn diese Vereine still stehen, dann fehlt aber mehr als die wöchentliche Sportstunde und der Wettkampf am Wochenende. Begegnungen fallen aus, auf die man sich freut. Weil sie in vielen Fällen auch aus einem Stück allein sein heraushelfen. Man geht in den Verein, weil man sich bewegen will, weil man die trifft, die auch so denken, weil er Platz bietet für persönliche Treffen, für den Austausch von Gedanken, für gemeinsame Planungen. Oder der Verein plant es und führt es durch: den Ausflug, den monatlichen Stammtisch, die Zusammenkunft in der Weihnachtszeit. Ohne Aufpreis, es ist alles im monatlichen Beitrag drin. Der Beitrag im Sportverein ist wie der Eintritt in eine sportliche und gesellschaftliche Gesamtversorgung.

Wer das alles hat, wer es seit Jahren so empfindet, dass sein Verein wie ein Stück Geborgenheit für ihn ist, dem muss jetzt viel fehlen. Und es ist auch so. „Ich will nicht zu Olympia, sondern nur ein wenig fit bleiben. Und andere treffen, schwätzen und lachen“, sagt der Mann, Mitte 70. Seit er denken kann ist er im Turnverein. Als Jugendlicher hat er geturnt, passabel aber nicht herausragend, Volleyball als Freizeitsport hat er gespielt und heute sind sie einmal in der Woche zusammen, machen einfache Übungen, spielen mit dem Ball und freuen sich während des Sportes auf den Schoppen danach. Der dauert meistens länger als der Sport selbst. „Das fehlt mir sehr. Der Mittwochabend in meiner Sportgruppe ist mir heilig“, sagt er und man spürt, wie sehr er das vermisst.

Vielleicht vermisst man den Wert von Sportvereinen dann am meisten, wenn sie einmal aussetzen. Wenn sie wie jetzt in der Pandemie nicht das dürfen, wofür sie da sind: für den Menschen. Und nicht nur mit Sport. Das mit der Geselligkeit und der Kommunikation ist ebenso wichtig. Die Pandemie vermisst auch ein Stück Freizeiterfüllung.

---

## **Es ist soweit!**

Am 01.01.2021 erscheint unser Internetauftritt in einem neuen Trikot !

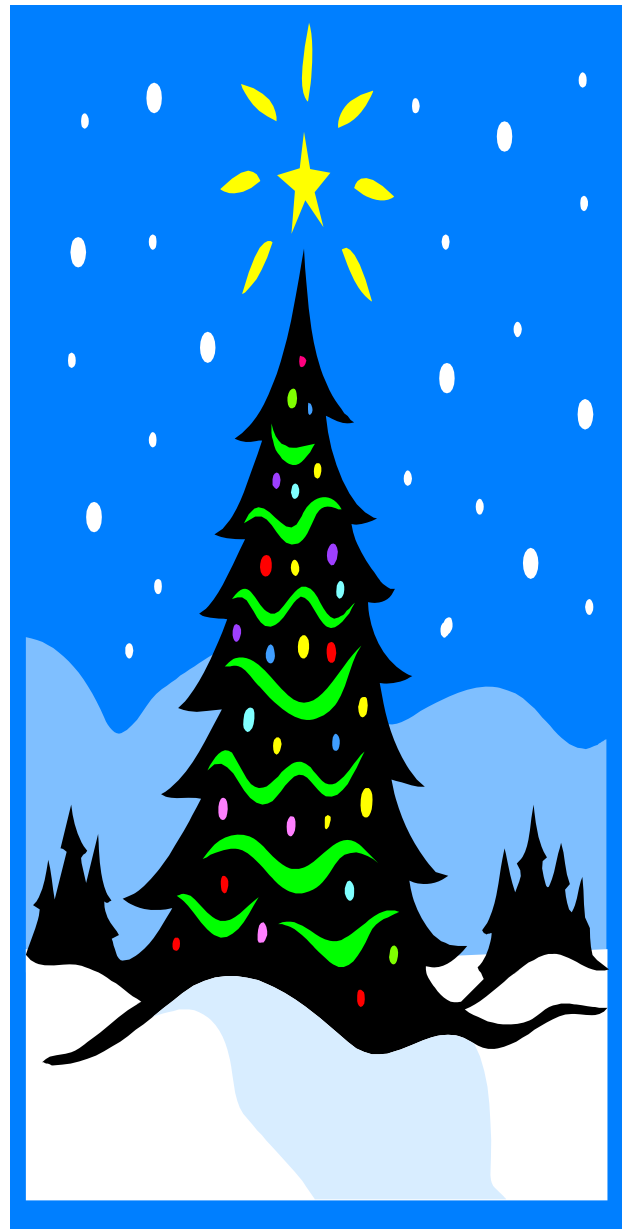
Vielen Dank an Felix Horn für das entwickeln der neuen Webseite.

Liebe Trainer, Betreuer und Vereinsmitglieder, diese Webseite lebt von den Berichten, Tabellen und Bildern die auf ihr veröffentlicht und die immer wieder aktualisiert werden sollten. Jeder mit einem gültigen Login kann mithelfen das diese Webseite lebt und sich immer auf einem aktuellen Stand befindet

Wir wünschen Euch in diesem Jahr  
Mal Weihnachten, wie es früher war.  
Kein Hetzen zur Bescherung hin,  
kein Schenken ohne Herz und Sinn.  
Ich wünsche Euch ein kleines Stück,  
von warmer Menschlichkeit zurück.  
Ich wünsche Euch in diesem Jahr  
eine Weihnacht, wie als Kind sie war.  
Es war einmal, schon lang ist`s her,  
da war so wenig und doch so viel  
mehr. In diesem Sinne wünschen  
wir Euch Eine schöne, gesunde  
und friedliche Weihnachtszeit.

Und einen guten Start in 2021

Manfred und Elke





# **SAMSTAG ohne LOTTO ist wie Fußball ohne Ball**



**LOTTO – Jeden Mittwoch  
Jeden Samstag**

... auch online spielbar. [www.lotto-rlp.de](http://www.lotto-rlp.de)

 **LOTTO**  
Rheinland-Pfalz  
*Partner des Sports*

**Spielteilnahme ab 18 Jahren. Glücksspiel kann süchtig machen.**  
Nähere Informationen unter [www.lotto-rlp.de](http://www.lotto-rlp.de). Hotline der BZgA: 0800 1 372 700 (kostenlos und anonym).