

Jugend- und Ladys-Camp beim TC Foresta Gravenbruch

7.000 Badegäste an einem Sonntag

Spätestens um zwei Uhr nachts waren alle platt

Gravenbruch (lfp) – In der vergangenen Woche flogen wieder einmal viele bunte Tennisbälle über die Netze auf dem Gelände des TC Foresta in Gravenbruch. Trainer Holger Lubeseder hatte erneut zum beliebten Tennis-Jugendcamp eingeladen und die Resonanz war gewohnt groß. Um die 38 Kinder einigermaßen unter Kontrolle zu halten, brauchte er nicht nur zwei, sondern sechs Augen – also hatte er noch seine verlässlichen Trainer Tom Stein-schulte und Karan Mann engagiert. „Wir wollen ja den ganzen Tag nicht nur mit Tennisspielen und entsprechenden Trainingseinheiten verbringen, sondern den Kindern eine ganz erlebnisreiche Woche bieten – und das erwarten die auch“, so der bei allen beliebte Trainer.

So gab es auch noch einen Camp-Platz mit Wellnessbereich. Dort standen die kleinen Zelte, in denen die jungen Tennis-Cracks übernachteten, und gar ein kleiner Pool war aufgebaut. „Wir sorgen immer für eine möglichst perfektes Umfeld, damit sich jeder bei

uns wohl fühlt“, sagte denn auch Holger Lubeseder. Wenn am frühen Morgen die Ersten aus den Zelten gekrochen kommen, bleibt erst einmal Zeit für das morgendliche Erfrischungsprogramm, ganz nach individueller Art. Nach dem leckeren Frühstück sind leichte Bewegungsübungen angesagt, dann beginnt das Trainingsprogramm. Neben den tennisspezifischen Übungen, wie Aufschlag, Volley oder Zuspield, baut Holger Lubeseder immer wieder Übungen für das Konditionstraining ein. „Auf dem Tennisplatz stehen sie mit dem Schläger in der Hand da und erwarten, dass der Ball genau zu ihnen kommt – aber beim Indiacca rennen sie plötzlich, damit sie den Ball noch erreichen“, so Lubeseder. Indiacca, das ist der flache, federgeschmückte Ball, der mit der flachen Hand geschlagen werden muss. Die „Konditionsleiter“ bietet aber noch viel mehr unterschiedliche Anforderungen. Nach dem Mittagessen, zubereitet von Vereinswirtin



Neben dem Tennisspiel gehören die Übernachtungen in den Zelten zu den Höhepunkten.

Fotos: Postl

Doris Riest, gibt es erst einmal eine Ruhephase, dann geht das Training weiter. Mit dem Abendessen ist zwar das offizielle Tagesprogramm abgeschlossen, aber dennoch kehrt noch lange keine Ruhe ein. „Die einen vergnügen sich mit dem Bollerwagen, andere spielen Tennis, bis das Licht ausgeht“, so Lubeseder. Meist ist dann endgültig Schluss, wenn kurz vor Mitternacht die Bereg-

nungsanlage einsetzt. „Zwei wollten einen persönlichen Guinness-Rekord aufstellen und die ganze Nacht durchspielen, aber um zwei Uhr waren auch die platt.“ Während es ab 19 Uhr auf der Jugendseite etwas ruhiger wurde, ging es auf den anderen Plätzen vergangene Woche wieder richtig lebendig zu, denn erstmals gab es beim TC Foresta auch ein Ladys-Camp.

„Frauen halten in mancher Hinsicht anders zusammen und teilen ihr Leben mit anderen. Ich wurde von mehreren Damen angesprochen, ob wir nicht mal so ein reines Damen-Camp machen können“, begründete der Cheftrainer den Aufruf zum Ladys-Camp. Nicht nur Holger Lubeseder war überrascht, dass gleich beim ersten Mal so viele kamen. „Damit es einigermaßen sportlich-gehegt zugeht, wurden drei Spielgruppen gebildet, die das bereits vorhandene Können – oder auch nicht vorhandene – berücksichtigt.“ Nach zwei Stunden Training und kleinen sportlichen Wettkämpfen wird Holger Lubeseder schließlich durch „Hugo“ ersetzt. „Da sitzen wir dann alle auf der Terrasse in unserer Club-Lounge und genießen Drinks, wie Hugos oder Aperols“, erzählte Gabi Saalwächter. Aber übernachten wollen die Damen dann doch lieber zuhause – und nicht in den Zelten der Jugend nebenan.



Trainer Holger Lubeseder (Dritter von links) umringt von den Teilnehmerinnen des Ladys-Camps.

Jetzt als Zeitungszusteller bewerben

Geld verdienen, so wie diese vier Typen

Region Rhein-Main (red) – Wer seine Urlaubskasse verbessern möchte, auf die große Anschaffung spart oder einfach merkt, dass in der Haushaltskasse zu schnell Ebbe herrscht, der kann extrem unkompliziert mithilfe unseres Verlages das Loch stopfen: als Zeitungsausträger. Für jeden zukünftigen Austräger gibt es das passende Modell. Wer gut zu Fuß ist, kann auf 450-, 850- oder Teilzeit-Basis arbeiten. Auch eine Festanstellung ist möglich.

Comic-Zeichner José hat vier typische Austräger skizziert, dazu wurden die unterschiedlichen Modelle zusammen getragen.

Der **Minijob auf 450-Euro-Basis** eignet sich für alle, die sich was dazu verdienen wollen: Zeitungen schnappen, durch die Nachbarschaft laufen und verteilen. Dieses Modell ist für Schüler, Rentner oder Leute mit Ebbe in der Haushaltskasse geeignet. Der Verdienst überschreitet pro Monat nicht 450 Euro – und ist schnell verdient und dazu als Minijob auch noch steuerfrei. Drei weitere Vorteile sind



Für jeden das richtige Modell: ob Minijob auf 450-Euro-Basis...

die Urlaubs- und Krankheitslohnfortzahlung, dass geeignete Arbeitsmittel gestellt werden und es feste Zustellgebiete in Wohnortnähe gibt. Beim **Minijob bis 850 Euro** trägt man als Zeitungszusteller einfach mehr Exemplare aus. Das kann der EXTRA TIPP am Wochenende sein, aber auch das Frankfurter Wochenblatt und die StadtPost unter der Woche. Bei diesem Modell ist man auch noch abgesichert, weil ein Austräger sozialversicherungspflichtig angestellt ist. Zudem sind die



....Minijobberin, die bis 850 Euro dazuverdient...

Zusteller krankenversichert und sozialversicherungsbegünstigt, da der Arbeitgeber mehr zahlt als der Arbeitnehmer, es gibt eine gute Einarbeitung und 24 Tage bezahlten Urlaub pro Jahr.

Zusteller als Teilzeit-Beruf eignet sich für jene, die einen Wiedereinstieg in die Berufswelt suchen oder Geld zu seinem bisherigen Job dazu verdienen wollen. Teilzeit-Beschäftigte in der Zustellung sind nicht nur krankenversichert, sie sind auch sozialversicherungsbegünstigt, da der



....Zeitungszusteller als Teilzeit-Beruf...

Arbeitgeber mehr zahlt als der Arbeitnehmer. Die Zusteller arbeiten selbstständig, sind sozialversicherungspflichtig angestellt, erhalten Urlaubs- und Krankheitslohnfortzahlung.

Austräger-Profis in Vollzeit wird man als **hauptberuflicher Zusteller**. Wer gerne draußen ist und bevorzugt nachts arbeitet, der ist für diesen Job genau der Richtige. Denn als hauptberuflicher Zusteller übernehmen Interessenten eine Springertätigkeit im gesamten Verbreitungs-



....oder Austräger-Profi in Vollzeit.

biet der Tageszeitung Offenbach-Post – also im gesamten Gebiet von Stadt- und Kreis Offenbach. Wer motiviert ist, den erwarten Festgehalt, Kilometergeldvergütung und 30 Tage Urlaub pro Jahr.

Bewerben können sich Interessierte auf www.stadtpost.de und www.frankfurterwochenblatt.de, jeweils mit einem Klick auf „Zustellung“, sowie per E-Mail an bewerbung@stadtpost.de oder unter ☎ 069 85008443 (450- und 850-Euro-Basis) und ☎ 069 85008405 (Teil- und Vollzeit).

Besucherrekord im Freibad geknackt

Neu-Isenburg (red) – „Unseren diesjährigen Besucherrekord hatten wir am Sonntag, 30. Juni, mit über 7.000 Badegästen im Freibad“, sagt Denis Dörschug, Betriebsleiter der Bäder und Sauna im Waldschwimmbad Neu-Isenburg.

Mit den bisherigen Besucherzahlen von über 48.000 Besuchern im Juni ist Dörschug sehr zufrieden, sieht die heißen Tage mit den sehr hohen Besucherzahlen aber auch kritisch: „Wo viele Leute sind, kann viel passieren. Glücklicherweise hatten wir bisher noch keinen größeren Vorfall. Kleinere Verletzungen, Rettungseinsätze und Konflikte zwischen Badegästen sind aber an der Tagesordnung“, so Dörschug. Die Schwimmbecken und auch die Liegewiesen sind Orte, an denen sich ganz unterschiedliche soziale Gruppen treffen, auch unterschiedliche Generationen. Es sind die zentralen Kontaktzonen des Bades und dort können natürlich auch Konflikte entstehen. „Wenn jeder auf den anderen etwas Rücksicht nimmt und man respektvoll miteinander umgeht, läuft es für alle angenehmer ab. Die Kollegen präventiv tätig zu sein“, berichtet Denis Dörschug.

Die hohen Temperaturen und hohen Besucherzahlen bedeuten für das Bäder-Personal Schwerarbeit. „Wir sind personaltechnisch gut aufgestellt, aber so ein Tag mit über 7.000 Besuchern fordert

natürlich von jedem Mitarbeiter ein absolutes Höchstmaß an Konzentration und Reaktionsfähigkeit über Stunden. Die Kollegen machen einen tollen Job“, so Dörschug weiter.

Auch abseits des Badebetriebes gibt es im Freibad jede Menge zu tun. Nachdem der letzte Besucher das Bad verlassen hat, muss alles gereinigt werden und die Technik muss betreut werden, damit am nächsten Morgen um sieben Uhr wieder alles in gewohnter Qualität zur Verfügung steht. Wenn die heißen Temperaturen die Besucher ins Waldschwimmbad Neu-Isenburg locken, entstehen auch unweigerlich Schlangen an der Kasse im Eingangsbereich und auch am Kiosk.

Der Geschäftsführer der Stadtwerke Neu-Isenburg, die das Waldschwimmbad betreiben, Kirk Reineke sagt: „An heißen Tagen haben wir immer beide Kassen geöffnet. Trotzdem müssen unsere Besucher etwas Geduld mitbringen. Für einen schnelleren Zutritt ins Freibad empfehlen wir unsere Saisonkarte oder unsere Geldkarte. Auf die Geldkarte kann ein beliebiger Betrag aufgeladen werden, um dann direkt am Freibaddrehkreuz einzuchecken, ohne an den Kassen anzustehen. Beim Eintritt wird immer der auf die Karte programmierte Tarif abgebucht. So lassen sich Wartezeiten vermeiden und die erhsehnte Abkühlung wird schneller erreicht!“

Erstmaliges Angebot im Waldschwimmbad

Daumen hoch für Strandparty

Neu-Isenburg (red) – Juli. Bei angenehmen Temperaturen und DJ-Klängen genossen die Badegäste leckere Gerichte und kühle Getränke auf der Bistro-Terrasse oder relaxten auf Liegen rund um den DJ-Bereich und lauschten der Musik, die vom Wind durch das Freibad getragen wurde.

Kostenfreies Angebot

Qigong im Park

Neu-Isenburg (red) – Bei der bundesweiten Aktion „Qigong im Park“ wird allen Interessierten die Möglichkeit gegeben, diese Entspannungsmethode kennen zu lernen, wie sie in China tagtäglich auf unzähligen Plätzen zu sehen ist: Qigong-Übungen unter freiem Himmel. Von der Deutschen Qigong Gesellschaft e.V. anerkannte Lehrende laden zum Mitmachen dieser sanften Form zur Erhaltung der Gesundheit ein. Steife Gelenke und verspannte

Muskulatur werden durch weiche und fließende Bewegungen wieder „aufgetaut“. Die Teilnahme ist kostenfrei, eine Anmeldung ist nicht erforderlich. In Neu-Isenburg findet die Aktion statt an der Adresse Bansastraße 29, hinter der Bansamühle (Standesamt) auf der Wiese am Sonntag, 28. Juli, 4. August und 11. August, jeweils um zehn Uhr. Kontakt: Karin Ostertag, ☎ 06102 772120 oder kontakt@qigong-ostertag.de