

MEIN VEREIN

Training für Bauch und Po

Von Susanne Neumann, 03.04.09, 17:52h

Viele Fischenicher sind schon von Kindesbeinen an Mitglied im „Turnverein Alpenglüh'n (TVA) Fischenich“. Ein großer Vorteil im Vergleich zum Fitnessstudio: Man braucht nicht todchic zu sein, sondern jeder fühlt sich willkommen.



Die Kursteilnehmerinnen schwingen in der Schwimmhalle Pool-Nudeln zur Musik von DJ Ötzi. BILDER: NEUMANN

HÜRTH-FISCHENICH Lisa Fabiano marschiert über ein kleines Podest, das vor ihr auf dem Boden liegt. „Basic Step ... Repeater ... Achtung: Stop, Kick, Cha-Cha“ ruft sie zum Rhythmus der Musik. In der Spiegelwand vor ihr kann sie zwanzig Frauen zwischen 15 und 53 Jahren sehen, die hinter ihr versuchen, ihren Anweisungen auf kleinen Podesten Folge zu leisten - was den „Mädels“ (Fabiano) erstaunlich gut gelingt. Flüssig marschieren sie die Choreografie aus verschiedenen, zumeist in Englisch bezeichneten Schritten auf und über das „Step-Board“ oder den „Stepper“ nach. „Sie ist die tollste Trainerin, die man sich vorstellen kann“, schwärmt

Kursteilnehmerin Gabi Ingenerf über Fabiano. „Das macht richtig viel Spaß!“

Wir befinden uns nicht in einem kommerziellen Fitnessstudio, sondern in der Turnhalle der Martinusschule in Hürth-Fischenich. Montagabend für Montagabend kommen Ingenerf und die anderen Frauen hierher, um an Figur und Fitness zu arbeiten. Dafür zahlen die Erwachsenen einen jährlichen Mitgliedsbeitrag von 71,50 Euro an den „Turnverein Alpenglüh'n (TVA) Fischenich“ - und können auch alle anderen Sportangebote des Vereins nutzen. Trainerin Fabiano bietet eine Stunde Step-Aerobic an und im Anschluss noch eine Stunde lang Übungen speziell zum Training von Bauch, Oberschenkeln und Po - genannt „BOP“. „Hier muss man nicht todschick auflaufen wie im Studio, und man darf auch etwas molliger sein“, schmunzelt die 46-jährige Ingenerf, die in Fischenich wohnt und als Lehrerin in Brühl arbeitet. Für sie sei der Montagabend bei Frau Fabiano ein super Start in die Woche. „Da weiß ich heute Abend, dass ich schon 'was getan hab. Das ist ein gutes Gefühl.“

Auch mal weinen

Zur gleichen Zeit singen ältere Damen nebenan im Lehrschwimmbecken der Martinusschule zusammen mit DJ Ötzi vom CD-Player „Ein Stern, der deinen Namen trägt“ und schwingen Pool-Nudeln über ihren Badehauben. „Wir sind eine feste Gemeinschaft“, erzählt Trainerin Hannelore Fischer über sich und ihre Kursteilnehmerinnen. „Wir lachen zusammen, wir feiern zusammen, wir trauern zusammen. Bei uns darf man auch mal weinen.“ Hannelore Fischer ist 72 Jahre alt und seit 42 Jahren Schwimmtrainerin im TVA. „Alle Fischenicher Kinder haben

bei Frau Fischer schwimmen gelernt“, erklärt die 75-jährige Kursteilnehmerin Nanny Adolfs. Das ist zwar übertrieben, tatsächlich können sich an diesem Abend aber auch Fischenicherinnen aus der Step-Aerobic-Gruppe an die Zeit erinnern, als Frau Fischer ihnen das Schwimmen beibrachte. Angelika Platz zum Beispiel, die früher mit Nachnamen Klug hieß. Schon als Sechsjährige habe sie im TVA montags nachmittags zuerst geturnt, „und danach ging's nach oben ins Schwimmbad“, erzählt die 45-Jährige, die auch ihre Kinder zum Schwimmenlernen zu Frau Fischer geschickt hat. An den obligatorischen Einstieg in den Kinder-Turnunterricht kann sie sich auch noch erinnern: „Wir haben uns an den Händen gefasst, sind im Kreis gegangen und haben »Mein Vater war ein Turnersmann« gesungen“, schmunzelt sie und betont: „Das war das TVA-Lied damals.“ Verwurzelt im TVA ist auch Jörg Fischer, der Sohn von Hannelore Fischer. „Ich bin mit dem TVA aufgewachsen“, erzählt Fischer, der auch heute zusammen mit seiner Frau Anke Fischer und einer zweijährigen Tochter in Fischenich lebt. Über das Sportangebot hinaus habe er früher zum Beispiel auch an Ferienfreizeiten des Vereins teilgenommen. Als Kind habe er geturnt, später mit Volleyball angefangen. Er war Leiter der Volleyball-Abteilung des TVA und seit Sommer vergangenen Jahres ist er der erste Vorsitzende des Vereins: „Ich habe als Kind davon profitiert, dass es Leute gab, die ehrenamtlich im Verein Verantwortung übernommen haben. Deshalb wollen wir das jetzt für die nächste Generation tun,“ spricht Fischer auch für seine Vorstandskollegen.

Lange Wartelisten

Als die Turnhalle und das Lehrschwimmbecken der Martinusschule in den Jahren 2006 und 2007 geschlossen war, weil das Dach wegen Einsturzgefahr erneuert werden musste, habe der Verein, der mit seinen Fischenicher Kursen auf andere Sportstätten in Hürth ausweichen musste, viele Mitglieder verloren, erklärt Fischer. „Da arbeiten wir immer noch nach.“ Vor allem gelte es, das Angebot der Nachfrage entsprechend auszurichten. Besonders groß sei das Interesse der Fischenicher derzeit am Vereinsschwimmen für Kinder und am Kinderturnen. „Beim Kinderturnen haben wir lange Wartelisten“, berichten Fischer und seine Frau Anke Fischer, die Kinderturngruppen und Mutter-Kind-Gruppen leitet. Daher habe man nun zwei zusätzliche Kinderturngruppen in Fischenich eingerichtet.

Die Einbindung des Vereins ins Dorfleben sei dem Vorstand sehr wichtig, wie der Vorsitzende erklärt. „Wir sind auch Mitglied der Dorfgemeinschaft. Wir nehmen zum Beispiel an Festumzügen anderer Vereine teil und veranstalten selbst den jährlichen Kostümball im Dorf.“

Weltmeisterin auf dem Rad

Mehrere Angebote des TVA finden aber auch außerhalb von Fischenich statt: Die Volleyballer, die mehr als 150 der knapp 600 Vereinsmitglieder ausmachen, trainieren überwiegend in Hürth-Hermülheim, die Beach-Volleyballer haben sich einen Platz im Hürth-Stotzheimer Sportpark gebaut, und in der Turnhalle der Don-Bosco- und der Geschwister-Scholl-Schule in Hürth-Efferen bringt die 19-jährige Alexandra Linowski Kindern und Teenagern zweimal in der Woche das Einradfahren bei. Dass der Verein bereits im Jahre 1996 diesen artistisch anmutenden Sport ins Angebot aufnahm, ist Monika Zygmans zu verdanken, die im Oktober 1998 sogar Weltmeisterin im Einradfahren wurde. Zygmans, die aus

Hürth-Efferen stammt und in den 90er Jahren im TVA Volleyball spielte, hatte die Einrichtung einer Einrad-Gruppe zusammen mit ihrem Bruder Thomas Zygmund angeregt. Kontinuierlich haben sich seitdem Kinder gefunden, die mit viel Spaß am Einrad-Training des TVA in Efferen teilnehmen.

<http://www.ksta.de/jks/artikel.jsp?id=1238747909412>

Copyright 2012 Kölner Stadt-Anzeiger. Alle Rechte vorbehalten.