

FISCHBACH, den 08.08.2011

## **Ehrennadel des DTB an Ellen Ophüls und Karola Brenk von der Sportvereinigung Fischbach / Nahe**



**Ellen Ophüls**



**Karola Brenk**

**FISCHBACH / NAHE** – Für langjähriges Engagement als Übungsleiterinnen in der Sportvereinigung Fischbach/Nahe wurden Ellen Ophüls und Karola Brenk mit der „Ehrennadel in Bronze“ des Deutschen Turnerbundes ausgezeichnet. Die Ehrungen wurden von Rolf Schwabbacher als Vertreter des Turngaus Nahetal bzw. des Turnverbandes Mittelrhein durchgeführt.

**Ellen Ophüls** (Tel. 06784 / 8539) ist seit 1967 Mitglied in der Sportvereinigung Fischbach/Nahe. 1983 wurde die **Abteilung Aerobic** gegründet und in diesen 28 Jahren wurde die Gruppe von Ellen Ophüls als Übungsleiterin geleitet. **Jeden Donnerstag um 20.15 Uhr** trimmen sich die Damen, gestylt und mit richtigem Outfit, mit Musik und viel, sogar sehr viel Schwung in der **Sporthalle der Sportvereinigung Fischbach am Nahestrand**.

Die Abteilung Seniorenturnen besteht auch seit 1983. Im Jahre 2001 übernahm dann Ellen Ophüls als Übungsleiterin die Gruppe von Helga Hartrampf. Die Gruppe besteht aus 15 Personen. Angeboten und durchgeführt werden altersgerechte Übungen. Denn auch im fortgeschrittenen Alter sollte Spaß und Bewegung im Vordergrund stehen, denn wie heißt es so schön: „**Wer rastet der rostet !!!**“

**Jeden Dienstag um 14.30 Uhr** trifft sich die Gruppe der **Senioren in der Sporthalle der Sportvereinigung Fischbach am Nahestrand** und würde sich freuen, wenn sich noch einige Männer und Frauen dazu gesellen würden.

**Karola Brenk** (Tel. 06784 / 6308) ist seit 1979 Mitglied in der Sportvereinigung Fischbach/Nahe. Die **Abteilung Frauengymnastik** ist ein fester Bestandteil der Spvvg. Fischbach. Im Jahr 1983 teilte sich die bis dahin von Franz Catrein geleitete Gruppe. Ellen Ophüls gründete die Aerobicabteilung und Karola Brenk übernahm die Frauengymnastikabteilung. **Jeden Mittwoch ist ab 20.30 Uhr** Bewegung in der **Sporthalle der Sportvereinigung Fischbach am Nahestrand** angesagt.

20 Damen sind dann in ihrem Gymnastikelement. Das Alter spielt dabei keine Rolle, jede macht mit so gut sie kann. Die Übungen sind vielfältig und werden von Karola gekonnt ausgesucht und vorgeturnt. Dabei kommt der Spaß nicht zu kurz wenn die Wirbelsäule und der Beckenboden so richtig gedehnt und gestreckt wird. Besser geht's natürlich mit Musik, dann kommt so richtig Schwung in den Laden. Die Frauengymnastikabteilung ist auch eine Stütze im Vereinsleben. Bei vielen Festen und Feiern unterstützen die Damen aus der Abteilung den Wirtschaftsdienst im Verein. Desweiteren treten Sie zu allen Möglichkeiten mit gymnastischen Darbietungen und Tänzen auf.

Neben den Turnstunden sind weitere Aktivitäten angesagt. Dazu gehören Wanderungen und Ausflugsfahrten. Vor allem bei Deutschen Turnfesten sind wir gerne dabei. So waren wir 1987 und 2005 in Berlin, 1994 in Hamburg, 1998 in München, 2002 in Leipzig und 2009 in Frankfurt am Main.

Wer gerne sportliche Betätigung in geselliger Runde sucht ist in dieser Gruppe herzlich willkommen.

Ressortleiter für Öffentlichkeitsarbeit  
im Turngau Nahetal e.V.

*Rolf Schwabbacher*