PST sport magazin

www.pst-trier.de

American Football

Die Herrenmannschaft im Einsatz

Quidditch

Mannschaftsfoto 2022/2023

69. Jahrgang
Ausgabe Sommer 2023

- Premium E-bikes
- Mountainbikes
- Rennräder
- Kinderräder
- Finanzierung & Leasing
- Profi-Werkstatt
- Rundum-Service
- Bekleidung/Sportbrillen/Zubehör

bergamont BICYCLES · EIGHTSHOT · PUKY · ENDURA · SCOTT · ORTLIEB · FALTER · ABUS · RIESE & MÜLLER · CONWAY · FLYER · tern · uvex

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!
Ihr Team von Monz Fahrradwelten

Loebstr. 9 / Rudolf-Diesel-Str. 1
D-54292 Trier

Telefon:
0651 - 999 89 110

Mo/Di/Do/Fr.: 9:00 - 18:00 Uhr
Sa.: 9:00 - 15:00 Uhr

info@monz-fahrradwelten.de
www.monz-fahrradwelten.de

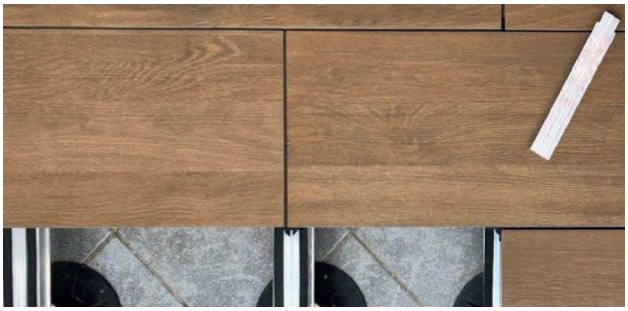
P Kunden-parkplätze

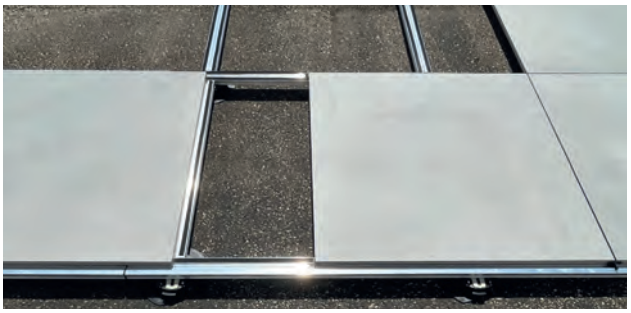
Bitte achten Sie bei den Öffnungszeiten auf coronabedingte Abweichungen!

LOGO-COMPANY.de

IHR TERRASSENSPEZIALIST

Innovative Terrassengestaltung mit Stelzen und Schienensystem





20 %

Jubiläumsrabatt auf Outdoor-Fliesen und Zubehör

ZUHAUSE SCHÖNER WOHNEN

by **SCHOLTES**

500 m²

Outdoor-Ausstellung

Luxemburger Str. 236 · 54294 Trier
Tel.: 0651-91866 0 · www.scholtes.de

SCHOLTES®
Fliesen | Bad | Design

PST – der Name für eine lange, sportliche Tradition

Der Post-Sportverein Trier e.V. wurde 1929 von Beschäftigten der Post gegründet, steht aber schon seit Jahrzehnten für jedermann offen. Nur der Vereinsname erinnert noch an die Ursprünge. Über die Jahre hinweg wuchs das Sportangebot stetig, sodass wir heute mit über 30 Sportarten und mehr als 3.300 Mitgliedern zu den größten Vereinen der Region gehören.

Sport im Verein bedeutet mehr als seinen Körper fit zu halten. Sport im Verein heißt vor allem, gleichgesinnte Menschen zu treffen, das Gemeinschaftsgefühl zu erleben und zusammen die Freizeit zu gestalten. Das macht nicht nur Spaß, sondern ist auch der beste Ausgleich zum Alltag.

Wir bieten Ihnen eine große Anzahl von Sportmöglichkeiten für Breiten- und Leistungssportler und für jedes Alter. Mehr als 30 Abteilungen finden sich unter dem Dach des PST, eine einzigartige Vielfalt des Sports innerhalb eines Vereins.

Um Kindern und Jugendlichen den Einstieg in den Sport zu erleichtern, bieten wir viele auf Kinder zugeschnittene Sportarten an.

PST – Vielfalt schafft Möglichkeiten

Während die meisten Vereine selten mehr als eine einzige Sportart anbieten, stellen wir eine breite Palette an Angeboten zur Verfügung. Egal, ob Sie Mannschafts- und Ballsportarten bevorzugen, fernöstliche Kampfsportarten ausüben möchten, gerne Wind und Wasser um sich haben, Tiere zu Ihrem Leben gehören oder sich mit Freunden und Bekannten zum Schachspiel treffen.

Was generell für kleinere Vereine nicht möglich ist, kann der PST Trier bieten: Neben den gängigen Sportarten haben Sie bei uns die Möglichkeit, aus einer Menge an sportlichen "Exoten" Ihr persönliches Sport- und Freizeitprogramm zu gestalten.

Mit nur einem günstigen Grundbeitrag erhalten Sie Zugang zu allen Sportarten des Vereins.

Einzelne Abteilungen erheben einen Sonderbeitrag für bestimmte sporartspezifische Leistungen. Ermäßigungen für Schüler, Studenten (bis 27 Jahre), FSJ-ler, Azubis, Kinder und Jugendliche (bis 18 Jahre) sind selbstverständlich.

Alle Beiträge in der Übersicht finden Sie unter:
http://www.pst-trier.de/downloads

PST – Orte des Sports

Unser Verein hat 9 eigene Sportstätten, welche für unser breites Sportangebot genutzt werden:

Toni-Chorus-Halle	Ausoniusstr. 3, 54292 Trier · Hallenwart Reza Rostaei, 0173/5757799
Clubhaus	Ausoniusstr. 3, 54292 Trier
Fitness-Center	Ausoniusstr. 3, 54292 Trier
Waldstadion	Kockelsberger Weg 2, 54293 Trier
Schießstand	Kockelsberger Weg (im Waldstadion), 54293 Trier, Telefon: 820139
Reitanlage Hofgut Monaise	Pächter: Georg Meyer, Telefon: 0173/5778820
Yachthafen	Monaiser Straße, 54294 Trier
Wasserskianlage Estricher Hof	0171/4910268
Agility-Anlage	Diedenhofener Str. 27A, 54294 Trier, 800880 *(nur Anrufbeantworter)*

PST – ein sportlicher Partner

Der PST kann auch zu Ihrem sportlichen Werbepartner werden. Wir sind stetig auf der Suche nach Sponsoren und Kooperationspartnern. Nutzen Sie oder Ihr Unternehmen die vielseitigen Werbemöglichkeiten des größten Sportvereins in Trier:

- Werbung in unserem eigenen zweimal jährlich erscheinendem Vereinsmagazin
- Link auf unserer Vereinshomepage
- Berichte in Social Media (Facebook und Co.)
- Werbung auf unseren Vereinsbussen
- Werbung bei Veranstaltungen des PST (z.B. Waldstadionfest, Hallenfest, Trier spielt, etc.)
- Werbung auf PST-Sportkleidung

Unterstützen Sie den Verein oder einzelne Abteilungen, wir freuen uns auf eine erfolgreiche Zusammenarbeit mit Ihnen.

Besucht uns auch bei

PST – Vielseitigkeit im Sport

Ballsport

American Football	Ralph-Jan Altenscheidt	altenscheidt@trier-football.de
Badminton	Christian Gütter	0651–4632301 / badminton@guetter.org
Fußball	Dirk Wengler	0651-9985283
- Futsal	Arthur Maier	0176-39559611 / arthurmaier93@gmail.com
Handball	Melanie Schönhofen	pst-handballdamen@web.de
Hockey	Jakob Joeres	0651-9372988 / vorstand@hockey-trier.de
Quidditch	Lisa Brust	thunderbirdstrier@gmx.de
Tischtennis	Patrick Rittel	patrick.rittel@gmail.com
Volleyball	Martin Zimmer	0172-9520241

Denksport & Konzentration

Schach	Frank Görgen	0162-6543978 / schach@pst-trier.eu
Sportschützen	Christoph Hilsenbeck	c.hilsenbeck@t-online.de
Bogenschießen	Martin Quintus	quintus.pst@gmx.de

Fitness & Reha

Fitness-Studio	Timo Plunien	0179-5399630
Reha-Sport	Petra Schneider	0651-39958

Gymnastik & Cheerleading

Gymnastik/Aerobic	Uschi Dahm	0176-20686963 / uschidahm@googlemail.com
- Kinderturnen	Melisa Munipi, Susanne Düntzer	m.munipi@pst-trier.de
Cheerleading	Lea Klaas	0173-8812259 / lea.klaas97@gmail.com

Kampfsport

Aikido	Yves Reinhard	00352-661214646 / yves.reinhard@email.lu
Fechten	Carlos Graf	0171-2627264
- Historische Tänze	Thomas Freis	t.freis@gmx.de
Judo	komm. Helmut Berg	0152-08882561
Kampfkunst	Martin Rieff	0175-2157064
- Wing Tchun Kung Fu	Ralf Müller	0152-59026565
Taekwondo	Torsten Berweiler	0163-8425430 / pst-taekwondo@gmx.de

Laufen & Bewegen

Leichtathletik	Günter Heidle	0651-56130699
Triathlon	Marc Pschebizin	info@triposttrier.de
Wandern & Fahrten	komm. Armin Koch	0172-6894303
- Walking	Lothar Gröbel	0172-6533158
Zweiter Weg	Rüdiger Cadenbach	0651-800400

Mensch & Tier

Agility	Martina Kinzig	martina.kinzig.tr@gmail.com
Reitsport	Thomas Beier	0651-9986848

Wassersport

Segeln	Kevin Mertes	vorsitz@pst-segeln-trier.de
Tauchen	Juan Angel Martin	0175-5250478
Wasserski/Wakeboard	Sarah Embach	wasserski-trier@web.de

M. Mallmann • Umzüge • Möbellagerung • Tel.: 0651/ 24001 • www.mallmann.com

PST – Management Team

Unsere Mitarbeiterinnen der Geschäftsstelle beraten Sie gerne bei allen Fragen rund um den Verein und seine Sportarten.

Hiltrud Schilz
Geschäftsführerin
seit 2002 zuständig für die Leitung des Vereins und die Verwaltungsorganisation, Rechnungswesen und Budget, Zusammenarbeit mit den Abteilungen und Sportgruppen, Versicherungswesen, Sportstätten-verwaltung, Veranstaltungen.

Maria Funk
Mitarbeiterin und stellvertr. Geschäftsführerin
Sport- und Fitnesskauffrau, seit 2017 zuständig für Hallen- und Sportstättenbelegung und -verwaltung, Zusammenarbeit mit den Abteilungen und Sport-gruppen, Unfallmeldungen, Schließanlage, ÜL-Abrechnungen, Mitgliederverwaltung.

Melisa Munipi
Auszubildende
im Bereich Büromanagement seit 01.08.2022

Sandra Pauli
Mitarbeiterin Geschäftsstelle
Bürokauffrau, zuständig für Mitgliederverwaltung und -betreuung, für Schließanlage, Kursangebote, Vereinsmagazin und Social Media.

Für die vereinseigenen Sportstätten ist unser Hausmeister zuständig. Er kümmert sich ebenso um unsere Vereinsbusse, welche unseren Sportgruppen zur Verfügung gestellt werden können.
Reza Rostaei 0173/5757799

Sie erreichen uns während unserer Geschäftszeiten

Montag	13:00 - 18:00 Uhr
Mittwoch	09:30 - 12:00 Uhr
Donnerstag	13:00 - 18:00 Uhr
Freitag	09:30 - 12:00 Uhr

unter folgenden Kontaktdaten

Telefon:	0651 / 74 90 0
Fax:	0651 / 99 40 268
E-Mail:	info@pst-trier.de
Website:	www.pst-trier.de
IBAN:	DE48 5855 0130 0000 9612 68
BIC:	TRISDE55XXX · Sparkasse Trier
USt-IdNr.:	DE 149879703

PST – Ehrenamt

Mit viel ehrenamtlichem Engagement kümmert sich das große Team des Präsidiums um die Belange des Vereins. Die gewählten Vertreter des Vereins sorgen für einen reibungslosen Ablauf im Vereinsmanagement und entwickeln den Verein stetig weiter für eine erfolgreiche sportliche Zukunft.

Präsident: Thomas Lorenz	0651/96763171
Vizepräsident/in: Dr. Andreas Ammer / Alexandra Candels	
Ref. Finanzen: Patrick Lenz	lenz.patrick@web.de
Ref. Recht: Dr. Andreas Ammer	0651/949020
Ref. Liegenschaften: Martin Böhler	pst.liegenschaften@gmail.com
Ref. Sport: Alexandra Candels	0651/80687
Ref. Jugend: Helmut Berg	0651/15544
Ref. Projektaufgaben: Rüdiger Cadenbach	0651/800400
Ref: Waldstadion: Johann Aubart	0651/9933297
Rechnungsprüfer: Nic Rudolph / Mike Nepit	
Datenschutzbeauftragter: Michael Fremdling	datenschutzbeauftragter@pst-trier.de

PST – im Sport aktiv

Sie möchten sich neben der Ausübung Ihrer Sportart im Verein weiter engagieren?
Wir unterstützen Sie bei der Ausbildung (z.B. zum Trainer, Übungsleiter, Vereinsmanager), bei der sportlichen Weiterbildung (z.B. durch Kurse oder Lehrgänge) oder bei der Mitarbeit in unseren Projektgruppen.
Bei Fragen können Sie sich gerne an unsere Geschäftsstelle wenden. (0651/74900 oder info@pst-trier.de)

Impressum

Redaktion: Geschäftsstelle PST • Vereinsredakteur: Thomas Thees
Druck: RaabDruck GmbH · Niederkircher Straße 2 · 54294 Trier

Schneider
GmbH & Co. KG
Gartengestaltung • Landschaftsbau

Ausführung sämtlicher
Garten- und
Landschaftsbauarbeiten

Dronkestraße 12 • 54294 Trier
Tel. 0651 / 88066
www.landschaftsbau-schneider.de
info@landschaftsbau-schneider.de

GETRÄNKE KONDER GMBH
>CERVESARIA<

3Z zielbewusst zeitgemäß zuverlässig
Trierer Straße 46
54313 Zemmer-Rodt
Tel.: 06580 / 913446
Fax: 06580 / 913596

Der richtige Partner für die Gastronomie
den Festbereich, Kantinen, Geschäfte und
Privatkunden
fordern Sie unverbindlich
ein Angebot

e-mail:Getraenke.Konder@t-online.de Funk:0174/3879363
www.getraenkekonder.de

Neujahrsempfang am 08. Januar 2023

Im Rahmen unseres Neujahrsempfangs 2022/2023 wurden langjährige PST-Mitglieder ab 50 Jahre Vereinszugehörigkeit geehrt. Besondere Ehre wurde Frau Marianne Ungeheuer (im Bild sitzend) erteilt, die seit 1948 Mitglied der Gymnastik-Abteilung ist und demnach seit 75 Jahren dem Post-Sportverein Trier die Treue hält. Das Foto zeigt die Geehrten mit den Präsidiumsmitgliedern und den Vertretern des Sportkreises.

Der Ausbilderschein

Im Dezember 2022 hat unsere Mitarbeiterin Maria Funk die Prüfung nach Ausbilder-Eignungsverordnung bei der IHK Trier erfolgreich abgelegt.

Wir gratulieren zum „Ausbilderschein“ und freuen uns, dass Maria Funk künftig Auszubildende in den Berufsfeldern „Kaufleute für Büromanagement“ und „Sport- und Fitnesskaufleute“ ausbilden darf!

TV-Sportlerwahl 2022 🎉

Tolle Ergebnisse für die PST-Athleten bei der TV-Sportlerwahl! Die Nominierten erzielten insgesamt drei erste Plätze, einmal Platz zwei und zweimal den vierten Platz. Herzliche Glückwünsche an die herausragenden Sportler/-innen!

Nachwuchssportlerin des Jahres:
1. Platz für Rebecca Bierbrauer
Crosstriathlon/-duathlon

Sportler des Jahres:
1. Platz für Jens Roth
Crosstriathlon/-duathlon

Nachwuchsmannschaft des Jahres:
4. Platz für das U20-Leichtathletikteam männlich

Trainer/-in des Jahres:
1. Platz für Marc Kowalinski
Leichtathletik-Lauftrainer der Spitzenathleten

4. Platz für Sabrina Pütz
Taekwondo-Team

Seniorensportler/-in des Jahres:
2. Platz für Mareike Metz
Leichtathletik

Liebe Mitglieder,

um Sie auch künftig zeitnah kontaktieren zu können, werden vermehrt Einladungen, Anschreiben oder Ähnliches über Email versandt. Leider erreichen wir noch nicht alle Mitglieder auf diesem Weg, hoffen aber immer mehr unserer Mitglieder auch per Email erreichen zu können. Daher bitten wir Sie, uns eine kurze Email zusammen mit Ihrem Namen und Ihrem Geburtsdatum an info@pst-trier.de zu senden.
So können wir Ihr Mitgliedskonto aktualisieren und sie künftig per Mail erreichen.

CUBE TRIER

Kletterhalle & Bouldern

DU BIST WILLKOMMEN...

PST IM SPORT AKTIV

- Schnupperklettern
- für Groß & Klein
- Kindergeburtstag
- Klettern als Gruppenerlebnis

Sabrina Pütz, Taekwondo
Immer wieder „dranbleiben“

„Schatz, wenn du ein Tor schießt, dann kriegst du 5 Mark“. Das sagte der Vater von Sabrina Pütz, als sie im zarten Alter von 6 Jahren mit Fußball begann. Und sie lacht, als sie erzählt: „Dann habe ich ein Eigentor geschossen und habe auf die 5 Mark bestanden“. Sie selbst behauptet, dass ihr das Talent für Fußball fehlte. Stattdessen meldete sie ihr Vater schon bald im Taekwondo-Verein im benachbarten Dorf Emken an. „Und da bin ich geblieben, weil das mir so viel Spaß gemacht hat“, bestätigt sie. „Meine Eltern stellten sehr bald fest, dass ich in diesem Verein total „aufgegangen“ bin“. Ihr gefiel die Vielfältigkeit dieses Sports, der u.a. die Beweglichkeit und turnerische Fähigkeiten forderte und förderte.

Sabrina Pütz nennt weitere Aspekte, die ihr den Einstieg in „ihre“ Sportart Taekwondo erleichterten. So war ihr erster Trainer Udo Schöne sehr wichtig, der wie eine 2. Vaterfigur sehr umsichtig mit den Kindern umgegangen ist. „Er hat das total toll gemacht, sehr spielerisch, aber auch leistungsorientiert“. Und sie fährt fort: „Dann war das auch eine richtig gute Gruppe, die sehr gut war in dem Sport. Die Gemeinschaft und das gemeinsame Trainieren, das war einfach super. Da hat das Gesamtpaket einfach gestimmt!“ Und sie erhielt schon sehr bald ihre Bestätigung: “Ich habe mit 6 Jahren da angefangen, habe dann auch meine 1. Gürtelprüfung gemacht und war dabei Prüfungsbeste“. Für sie ein starker Motivationsschub, um „dranzubleiben“.

Überhaupt, Sabrina Pütz kann sich noch gut an ihre ersten Erfolge erinnern und lacht: „Ja, die ersten Erfolge, die gab es halt schon mit 7, 8 Jahren. Und weil ich so klein und so jung war, hatte ich niemanden in meiner Klasse. Da war ich natürlich automatisch Erste. Aber ich habe das damals nicht verstanden. Und dann stand ich immer auf dem Treppchen und bekam meistens auch große Pokale“. Diese Erlebnisse, dass die Kampfrichter immer sehr nett geschaut haben und dass sie das selbst ganz lustig fand, allein auf dem Treppchen zu stehen, sind ihr in Erinnerung geblieben. Und sie ergänzt: “Es war mir egal, ob da einer links oder rechts gestanden hätte, Hauptsache ich war oben!“

Seither musste sich Sabrina Pütz gegen doch deutlich härtere Konkurrenz durchsetzen und konnte dennoch zahlreiche Titel und Topplatzierungen bei nationalen und internationalen Meisterschaften und Turnieren im Taekwondo-Formenlauf erringen.

Und warum die Entscheidung für das Formenlaufen und nicht für den Zweikampf? Sabrina Pütz erklärt: “Unser Verein Blau-Weiß Emken war ein formenorientierter Verein. Wir mussten natürlich für die Dan- und für alle Gürtel-Prüfungen auch das Kämpfen beherrschen, was kein Problem war. Wir sind aber primär zu Formturnieren gefahren und deshalb hatte ich schon von Beginn an diese Prägung“.
In ihrer sportlichen Biographie gab es im Laufe der Jahre doch einige Veränderungen: So wechselte sie 2004 zum Taekwondo Club Schleiden, wurde im gleichen Jahr Mitglied des NWTU-Landeskaders und wurde 2006 für die Jugendnationalmannschaft gesichtet. 2012 wurde sie Mitglied im PST. 2015 begann sie wieder mit dem Leistungssport, nachdem sie zuvor eine längere Zeit pausierte, und ist erfolgreicher denn je.

Und welche Ereignisse zählt sie selbst zu den bisherigen sportlichen Höhepunkten in ihrer aktiven Karriere? Sabrina Pütz nennt zunächst ein Event aus ihrer Jugend: „Am besten erinnern kann ich mich da an den Gewinn der Deutschen Meisterschaft 2005, weil wir da in unserem Team gewonnen haben. Es ging auch darum, dass diese Klasse für die 1. Weltmeisterschaft in Betracht gezogen wurde. Und wir hatten natürlich die Hoffnung, dass das auch funktioniert. Also, da war ich „überdimensional“ stolz drauf“.

Trainerin Sabrina Pütz möchte gerne das weitergeben, was sie selbst gelernt hat

So gut
kann Erfrischung
schmecken.
✓ ISOTONISCH
✓ VITAMINHALTIG
✓ ALKOHOLFREI
Bitte ein Bit
Holsthum bei Bitburg
Bitburger 0.0 GRAPEFRUIT
Bitburger 0.0 PILS
Bitburger 0.0 RADLER

GEROLSTEINER
Medium
Natürlich erfrischend
und reich an Mineralien
Echte Kraft
kommt aus
der Natur.
Gerolsteiner.
Mit 2.500 mg Mineralien
in jedem Liter. Aus den
Tiefen der Vulkaneifel.
1.816 mg/l Hydrogencarbonat
348 mg/l Calcium
108 mg/l Magnesium

Vor allem, weil sie den Erfolg als Team eingefahren hatten. Letztlich wurde jedoch die WM-Klasse gestrichen, und es blieb dann doch auch ein Stück Enttäuschung.
Die Leistungssportlerin ergänzt: "Eine noch schönere, intensive Erfahrung hatte ich dann mit meinem Mädelsteam – also mit Jessica Rau und Jana Abt -, als wir 2019 die German Open gewonnen haben. Das war der Höhepunkt, weil wir in solch einem internationalen Turnier, das damals wirklich sehr stark besetzt war, auch in beiden Runden vorne waren". Und welchen Stellenwert diese Leistung für Sabrina Pütz hat, spürt man bei ihren weiteren Schilderungen: "Das war einfach ein richtig toller Moment. Das war sogar noch besser als irgendeine andere Internationale Meisterschaft. Wir haben ja so dafür geackert, und das waren dann einfach die Lorbeeren dafür. Das war ein superschönes Gefühl, dass wir das gemeinsam erreicht haben. Ich würde nach wie vor sagen, das ist einfach der schönste Moment gewesen, diesen Erfolg mit den Beiden eingefahren zu haben. Nach so viel Training und so viel Arbeit. Das war klasse!" Auf die Frage, ob denn Erfolge im Team generell schöner als Einzelerfolge waren, antwortet sie sofort: „Absolut im Team. Man sagt ja immer, Taekwondo sei eine Einzelsportart, aber dem würde ich so nicht zustimmen. Die schönsten Erfolge gab es einfach in dem Damenteam, das wir hatten. Wir haben zusammen verloren, haben zusammen gewonnen. Und wir haben versucht, uns hoch zu pushen, wenn es mal nicht so gut gelaufen ist". Sabrina Pütz nennt einige weitere Beispiele, erwähnt Fälle, in denen es auch im Teambereich problematisch werden könnte, erklärt Vor- und Nachteile und kommt doch schließlich zu dem Ergebnis: „Ich bin voll der Teamplayer und bin ganz stark auf diese Paar- und Teamkonstellation aus".

In einer langen Laufbahn feiern SportlerInnen nicht nur Siege, manchmal müssen sie auch Niederlagen und Enttäuschungen hinnehmen. Darauf angesprochen erzählt Sabrina Pütz von einem Turnier im Jahr 2016, als sie zum 2. Mal für den Landeskader Rheinland-Pfalz gelaufen ist. Und sie hatte keinen guten Tag erwischt, war sehr nervös und landete letztlich im hinteren Mittelfeld. Dann erfuhr sie, dass sich 2 Damen aus einem konkurrierenden Landesverband über sie lustig gemacht hatten. Sabrina Pütz war traurig, enttäuscht und wütend über derartige Reaktionen in einer Sportart, in der besonders mit Werten wie Respekt und Disziplin geworben wird. Ihr fiel es schwer, diese Erfahrungen zu verarbeiten. Letztlich ließ sie sich aber nicht runterziehen, sondern arbeitete hart an sich, um weiter dran zu bleiben. Ergebnis: Heute ist sie im Bundeskader. Dieses „Dranbleiben" ist für Sabrina Pütz ein Leitmotiv, sich ständig zu verbessern und weiterzuentwickeln.

Und dann berichtet sie über die coronabedingte Absage der Weltmeisterschaft 2020: „Das war natürlich eine Enttäuschung, weil wir in dieser 3er Konstellation mit Jana Abt und Jessica Rau unheimlich lange auf dieses Ziel hintrainiert haben. Wir haben 2017 die Deutsche Meisterschaft gewonnen, sie auch 2018 und 2019 gewinnen können. Und bei den ganzen Open-Turnieren waren wir auch noch topplatziert. Eigentlich hätte schon eine Nominierung für die EM im Vorjahr längst erfolgen müssen. Der damalige Bundestrainer hatte uns aber damals nicht berücksichtigt". Für die WM 2020 kam die Nominierung dann doch. „Da waren wir natürlich alle total happy, dass wir endlich mal in der Konstellation bei so einem Weltturnier mitmachen durften. Und es war ja auch das letzte Jahr, in dem ich in der Klasse aufgrund meines Alters mitlaufen konnte". Wenige Wochen später erreicht die Sportlerinnen dann schließlich die Nachricht: „Die Weltmeisterschaft ist abgesagt!" Und wie geht man damit um? Sabrina Pütz gibt einen Einblick: "Natürlich ist man gefrustet. Zähneknirschend blickt man auf diese Jahre zurück, weil das ungerecht war, dass wir nicht zu den vorherigen großen Meisterschaften mitgenommen worden sind. Und es war schon heftig, dass die Absage ausgerechnet die WM trifft, zu der wir dann zum letzten Mal in dieser Kons-

Sabrina Pütz achtet bei ihren Schützlingen auf die korrekte Ausführung der Übungen

tellation hätten starten können. Ich habe mich damals einfach mit anderen Sachen beschäftigt, um damit klar zu kommen. Das heißt, ich habe dann meine Masterarbeit fertig geschrieben. Und ich hatte die Stelle an der Uni, auf der ich mich einarbeiten musste. Das war das, was mir geholfen hat, mit der Sache umzugehen".

Sabrina Pütz ist aktive Leistungssportlerin, zusätzlich aber auch lizensierte Trainerin und Übungsleiterin. 2007 machte sie ihre Trainer-C-Lizenz. „Da war ich 17 und habe sporadisch Kindertraining im Verein gemacht". 2011 kam sie dann nach Trier: „Wir haben damals diese Abteilung beim PST übernommen. Und ab diesem Zeitpunkt habe ich mehr Trainingsstunden gegeben. Mein Freund hat dann das Training für Kinder und Jugendliche übernommen, ich für Jugendliche, Studenten und Erwachsene. Und das hat mir richtig Spaß gemacht." Sie erklärt ihre Herangehensweise, wie sie ihr Training konzipierte – was funktioniert gut? Wie erklärst du es genau? Und sie ergänzt: „Ich schaue mir erst einmal an, was für eine Gruppe ich habe. Ich kann bestimmte Trainingsformen nicht machen, wenn die Teilnehmer z.B. noch nicht über den Bewegungsablauf und die verschiedenen Techniken verfügen". Ihre Maxime: „Die Leute immer fördern und fordern nach ihrem Leistungsstand".

Sabrina Pütz stellt fest: „Ich glaube, durch die Trainertätigkeit hier bin ich nochmal gereift. Das ist nach wie vor ein großes Steckenpferd von mir und da sehe ich mich auch nach meiner aktiven Leistungssport-Karriere". Das, was sie gelernt hat, möchte sie auch weitergeben. Sie ergänzt: "Und das individuell, weil ich das liebe". Wesentlich ist nämlich, wie die einzelne Person die Technik umsetzt. Die Trainerin ergänzt: „Dann guckst du dir die Bewegung an. Und dieses Analysieren einer Bewegung bis hin zu dem Ergebnis, das letztlich der richtigen Ausführung entspricht, das ist das, was ich toll finde. Leuten dabei zu helfen, sich zu verbessern, das macht unheimlich Spaß". Sie nennt Thomas und Klaus Sommer, die sie in dieser Vorgehensweise geprägt haben, weil das genau deren Leitbild ist. „So trainieren sie auch die Formen, und das war lange Zeit das Erfolgsrezept des Landesverbandes Rheinland-Pfalz". Überhaupt Thomas Sommer! Ihn bezeichnet Sabrina Pütz als ihr Vorbild: „Das ist der Weltmeister aus Kaiserslautern. Und dieser Mann ist einfach total liebenswert, nicht abgehoben, überhaupt nicht arrogant oder überheblich. Ein Klassemann, der den Sport halt einfach betreibt und gerne weitergibt". Und der Sohn von Klaus Sommer? „Richtig. Von dem habe ich auch sehr, sehr viel gelernt. 2015 habe ich angefangen, bei denen zu trainieren. Und durch die Beiden habe ich alles, was ich in meiner Jugend oder auch in meinem 2. Verein an Erfolgen eingefahren habe, nochmal toppen können, weil ich da eine ganz starke Analysekompetenz entwickeln konnte und gelernt habe, worauf es wirklich ankommt und wie ich „Dinge" weitergeben muss. Mich den beiden anzuschließen oder zu ihnen ins Training zu gehen, war das Beste, was ich machen konnte".

Die Bewegung wird genau analysiert. Wird sie zu 100% richtig ausgeführt?

"Es war nicht einfach, aber wir haben das irgendwie hingekriegt", erzählt sie dann über ihr Training während der Corona-Pandemie. Und es klingt sehr glaubhaft, als sie ergänzt: "Es war eigentlich immer so, dass wir Kontakt zu den Sportlern hatten, immer versucht haben, sie auf dem Laufenden zu halten". Und Ideen wurden umgesetzt. „Wir haben Daten-Online-Training angeboten". D.h. ein Raum wurde mit 2 Matten in einen Trainingsraum umfunktioniert und mit einer Handy-Kamera aufgenommen. „Wir haben dann quasi über die Kamera das Training gemacht, und die anderen haben sich dann zugeschaltet". In erster Linie waren so Fitness- und Beweglichkeitstraining möglich.

M. Mallmann • Umzüge • Möbellagerung • Tel.: 0651/ 24001 • www.mallmann.com

„Und dann haben wir Anfang 2021 hier in der Toni-Chorus-Halle inmitten der Corona-Pandemie eine Dan-Prüfung unter Auflagen durchführen können“, erklärt Sabrina Pütz mit einem gewissen Stolz.

Zusätzlich widmet sie sich der Presse- und Öffentlichkeitsarbeit im Verein. Für sie eine ganz wichtige Funktion: „Mir ist es wichtig, wenn Kinder und Jugendliche, die auf Turnieren etwas gewonnen oder eine gute Leistung erbracht haben, dass das gewürdigt wird, indem ich das auch „ausschmücke“. Die sind natürlich stolz. Man muss das auch zeigen können. Die wollen gesehen werden, und es ist wichtig, dass man das ein wenig auch in Zusammenarbeit mit der Presse bewirbt. Das ist einmal für die Sportlerinnen und Sportler eine Auszeichnung. Sie fühlen sich da auch bestätigt und freuen sich darüber. Aber es dient natürlich auch der Außendarstellung. Die Abteilung ist aktiv, die machen was. Und nicht nur einmal, sondern auch öfter. Also, das ist für mich mit das wichtigste Amt, das man bekleiden kann, um einfach den Athleten, den Verein und den Sport auch in der regionalen Landschaft sichtbar zu machen“.

Auf ihre Ziele angesprochen nennt Sabrina Pütz natürlich die Europameisterschaft im kommenden November. „Das nächste Ziel ist jetzt vor allem Schweden. Das ist ein internationales Ranglistenturnier, das eben für die Nominierung zur Europameisterschaft wichtig ist“, erklärt sie. Im Teamwettbewerb sieht sie die neue Konstellation mit „den 2 Mädels aus Bayern“ auf einem guten Weg, so dass sie sich auch Richtung Europa- meisterschaft positionieren können. „Und dann gibt es im Sommer nochmal ein Bundesranglisten-Turnier in der Nähe von München. Das gibt den Bundestrainern noch einmal die Möglichkeit, die Leistungen zu überprüfen“, schildert sie. „Da werde ich dann sowohl im Team als auch im Paarlauf starten“. Und im Juli ist dann die Aussprache für die Nominierung… Aber eigentlich möchte sie gar nicht zu weit planen. Lieber bescheiden bleiben, es könnte ja noch etwas dazwischenkommen. Natürlich hofft sie auf die Teilnahme an der „Euro“ und sie fügt hinzu: “Und dann gibt es nächstes Jahr noch eine Weltmeisterschaft in Hongkong. Da ist die Frage, ob wir das hinkriegen. Das wäre schön. Aber mein grundsätzliches Ziel ist einfach, mein jetziges Niveau zu halten“. Wir drücken ihr jedenfalls die Daumen, dass diese Wünsche „reibungslos“ in Erfüllung gehen.

Hier ein Auszug der Erfolge und Ehrungen von Sabrina Pütz:

Erfolge:

1. Platz Deutsche Meisterschaft, Team: 2005, 2006, 2017, 2018, 2019, 2021, 2022

1. Platz Deutsche Meisterschaft, Einzel: 2021

2. Platz Deutsche Meisterschaft, Einzel: 2005

2. Platz Deutsche Meisterschaft, Paarlauf: 2021

1. Platz German Open, Team: 2005, 2019

1. Platz German Open, Paarlauf: 2023

2. Platz German Open, Team: 2020, 2023

3. Platz German Open, Team: 2018

1. Platz British Open, Team: 2018

2. Platz British Open, Team: 2020

1. Platz Portugal Open, Team: 2022

2. Platz Austrian Open, Team: 2019

Dazu mehrere Gold-, Silber- und Bronzemedaillen bei Bundesranglistenturnieren und den Deutschen Hochschulmeisterschaften.

Ehrungen:

2017 PST- Silberne Ehrennadel

2018 PST- Goldene Ehrennadel

Gleichzeitig wünschen wir ihr alles Liebe und viel Glück auf ihrem gemeinsamen Lebensweg mit ihrem Partner Lars Bäthke, den sie vor wenigen Wochen am 24.04.2023 geheiratet hat. Nochmals Glückwunsch an die beiden. Und man wird sich auch an den Namen Sabrina Bäthke gewöhnen😉.

Thomas Thees

» www.vet-concept.com/jobs «

American Football – PST Trier Stampers: Neustarts und Spielgemeinschaften

Nach Pausen vom Spielbetrieb in den Corona Jahren, wagen die PST Trier Stampers mit ihrer Jugend- und Herrenmannschaft einen Neustart. Die kleinen Nashörner haben nun wieder einen Kader von gut 30 Spieler zwischen 10 und 19 Jahren sowie 8 Trainer. Zusammen in einer Spielgemeinschaft mit zusätzlich 10 Spielern von den Hassloch 8-Balls, steht somit der ersten U19-Saison seit 2019 nichts mehr im Wege. Von Mitte Mai bis Ende Juli wird im 9er Tackle-Football wieder ein Spielbetrieb stattfinden – für die meisten Spieler ist es somit die erste Saison. Bei der U16 reicht die Spieleranzahl leider noch nicht für den Ligabetrieb. Hier sind wieder Freundschaftsspiele und kleinere Turniere in Planung. Interessierte Spieler, vor allem ab Jahrgang 2009, sind weiter herzlichst eingeladen das Training von Head Coach Max Dörfler und seinem Team zu besuchen.

Bei den Herren der Trierer Footballer steht ebenfalls ein großer Neustart an. Nach einem Jahr Abstinenz in der Regionalliga nehmen die Nashörner dieses Jahr wieder am Ligabetrieb teil, nun jedoch in der Landesliga. Zusammen mit einem neuen Trainerteam unter Head Coach Stefan Thelen, war es eine schwierige Vorbereitung auf die kommende Saison.

Dennoch werden die Herren nach drei internen Trainingslagern und einem Testspiel gegen die Dudelange Steelers am 07. Mai ihre Saison gegen die Warriors in Bad Kreuznach eröffnen. Daneben gibt es Spiele gegen die Nauheim Wild Boys und die St. Wendel South West Wolves.

Auch die Vorbereitung auf die neue Saison für die Damenmannschaft verlief leider weniger gut als erhofft. Head Coach Konstatin Zürbig musste mehrere Abgänge und Verletzungen hinnehmen, sodass es keine Möglichkeit mehr gab, einen eigenen Spielbetrieb sicherstellen zu können. Da man aber dennoch den Spielerinnen die Möglichkeit bieten wollte dieses Jahr am Spielbetrieb teilnehmen zu können, nahmen die Verantwortlichen Kontakt zu den Mainz Golden Eagles Ladies auf. Der ehemaligen Divisionsgegner der Stampers Ladies, ist bereits aus mehreren Aufeinandertreffen in der Vergangenheit bestens bekannt. Dadurch kam es zu einer schnellen Einigung für eine Spielgemeinschaft. Gemeinsam geht es nun gegen alte und neue Gegner in der 2. Bundesliga, Gruppe Südwest, der Damen: die Gießen Golden Dragons, die Tübingen Red Knights und die neu gegründeten Schwäbisch Hall Unicorns. Spielerinnen und Trainer freuen sich auf spannende Spiele und diese neue Situation. Allen Beteiligten werden dadurch neue Eindrücke, Erfahrungen und Möglichkeiten geboten.

Für interessierte Spieler*innen ist der Zugang zum Training jederzeit möglich. Die Trainer und die Mannschaften freuen sich über alle Footballbegeisterten. Die aktuellen Trainingszeiten finden sich auf der Homepage der Stampers unter www.trier-football.de

Fußball – Offener Brief an die Stadtverwaltung, Vereine und Medien

Bitte, lasst uns nicht im Stich!
Wir fordern endlich wieder Flutlicht im Trierer Waldstadion

Seit Dezember 2021 warten die Jugendspieler und Trainer im Waldstadion auf Ersatz für die sechs abgesägten Flutlichtmasten, damit auch in der dunklen Jahreszeit wieder trainiert werden kann. Foto: privat

Wir, die Eltern der Kinder vom Waldstadion sind sehr enttäuscht darüber, dass es im schönsten Stadion Triers auch in diesem Winter weiter dunkel bleibt.

Für die sechs Flutlichtmasten, die bereits im Dezember 2021 bei einer sehr kurzfristig angekündigten Sicherungsmaßnahme abgesägt und demontiert wurden, ist auf dem Tennen-Platz (Hartplatz) im Waldstadion bis heute (Stand April 2023 !!) kein Ersatz besorgt worden. Für uns ist die Frage nicht geklärt, ob wirklich alle Masten in einem derart schlechten Zustand waren, dass sie alle gleichzeitig abgesägt werden mussten? Wäre nicht ein «Notbetrieb» mit weniger Masten möglich gewesen, bis eine Gesamtlösung gefunden worden wäre? Und wenn nicht, wo bleibt das Konzept wie es im Waldstadion weitergehen soll?

Von der für uns nicht akzeptablen Situation vor Ort sind inzwischen über 90 Jugendspieler in sieben Mannschaften (Bambini, F-, E-, D,- C-Jugend) betroffen. Die Ersatztrainingszeiten auf anderen Sportplätzen können unserer Meinung nach nur eine Übergangslösung sein, da sie auch das Gemeinschaftserlebnis und das Vereinsleben gefährden.

Zusätzlich zur Jugend wurde das Flutlicht des Tennen-Platzes (Hartplatzes) auch von der AH Pallien sowie American Footballern und Zweiter Weg Abteilung des Post-Sportvereins genutzt.

Hintergrund – Vom Jugendprojekt zur Vereinsarbeit

Seit 2010 hat sich im Waldstadion – für uns das am schönsten gelegene Stadion Triers - etwas entwickelt. Ausgehend von einem Trainingsangebot der Vereine TuS Pallien und Post SV Trier im «Jugendprojekt Waldstadion» (ausgezeichnet im Jahr 2012 mit dem «Sterne des Sports»- Preises als Kreissieger und mit dem Förderpreis auf Landesebene) für zu Beginn nur etwa zehn Kinder, hat sich inzwischen ein regelmäßiger Spielbetrieb mit mittlerweile Angeboten vom Bambini- bis ins C-Jugendalter ausgebildet.

In dieser Jugendspielgemeinschaft von TuS Pallien 07 e.V. und Post-Sportverein Trier e.V. sind auch Aktive mit Handicap bzw. Migrationshintergrund integriert. Neben dem laufenden Trainings-/Spielbetrieb hat sich ein reges Vereinsleben entwickelt. So finden Weihnachtsfeiern, Workshops (Zeichen und Siebdruck) sowie Fussballcamps mit Grillfest und Zeltübernachtungen statt. Ergänzt wird das sportliche Engagement durch Eigenleistungen wie Heckenschneiden und Pflege der Allgemeinflächen. Darüber hinaus veranstaltet der TuS Pallien als einer der wenigen in Trier-West/Pallien aktiven Vereine in der Regel jedes Jahr ein Sommerfest.

Das Zusammenleben im Verein, das gerade jetzt nach der Corona-Zeit wieder stark auflebt, sehen wir in Zukunft als extrem gefährdet an, wenn wir nicht auch im Winterhalbjahr die Möglichkeiten haben, wieder in unserem geliebten Waldstadion zu trainieren und zu spielen.

Wir bitten daher alle Verantwortlichen in den zuständigen Ämtern und Funktionen bei der Stadtverwaltung und in den Vereinen, sich schnellstmöglich für die Aufstellung neuer Flutlichtmasten im Waldstadion einzusetzen.

Es geht um die Interessen unserer Kinder und die Zukunft einer der schönsten Sportanlagen der Region!

Die Eltern der Kinder sowie Unterstützer vom Waldstadion

M. Mallmann • Umzüge • Möbellagerung • Tel.: 0651/ 24001 • www.mallmann.com

Trainingszeiten

C-Jugend (2009/10):	Montag 17:00 - 18:30 Uhr Rasenplatz Bezirkssportanlage Trier Euren Mittwoch 17:30 – 19:00 Uhr Rasenplatz Bezirkssportanlage Trier Euren Donnerstag 17:00 - 18:30 Uhr (gerade Woche) Rasen Trier Euren **Trainer Markus Kuhn**
D-Jugend (2011/12):	Montag 17:45 – 19:00 Uhr Rasenplatz Bezirkssportanlage Trier Euren Mittwoch 17:45 – 19:00 Uhr Rasenplatz Bezirkssportanlage Trier Euren **Trainer: Jens Hilgers**
E-Jugend (2013/14)	Montag 17:30 – 19:00 Uhr Hartplatz Waldstadion Mittwoch 17:30 – 19:00 Uhr Hartplatz Waldstadion **Trainer: Marco Dietzen & Michael Blümke**
F-Jugend (2015/16)	Mittwoch 17:15 - 18:45 Uhr Rasen/Hartplatz Waldstadion **Trainer: Max Schmidt & Stefan Brosius**
Bambini (ab 2017)	Mittwoch 17:00 – 18:00 Uhr Rasenplatz Waldstadion **Trainer: Ansgar Berger & André Oldenburg**
Jugendleiter und Ansprechpartner	**Uli Görgen (0175-6376721)** **uli.goergen@avg-trier.de**

Probetraining ist jederzeit möglich (Mindestalter 4 Jahre)

hase.de/jobs

WIR SUCHEN (m/w/d) NEUE KOLLEGEN FÜR UNSER TEAM

OFFICE & FERTIGUNG

IN TRIER · 240 MITARBEITENDE, DAVON 20 AUSZUBILDENDE

FAMILIENUNTERNEHMEN · INTERNATIONALER VERTRIEB

HASE

IN TRIER GEBAUT - WELTWEIT ZUHAUSE

Handball – Im Herzen Platz 3

Eine Saison voller Herausforderungen geht zu Ende: Wir bekamen einen neuen Trainer, wichtige Stammspielerinnen gingen oder fielen verletzungsbedingt aus, neue Spielerinnen kamen. All das forderte ein hohes Maß an Flexibilität und manchmal auch Kreativität. Über die gesamte Saison konnten wir unsere sportlichen Leistungen und unseren Teamgeist jedoch immer wieder unter Beweis stellen. Durch einfache Spielzüge, Druck auf's Tor und vor allem unsere bärenstarke Abwehr, die mit nur 332 Gegentoren die Beste der Liga darstellt, schafften wir es so, auch Spiele zu gewinnen, bei denen wir nicht die Favoritenrolle innehatten. An dieser Stelle geht ein besonderer Glückwunsch an unsere Spielerin Sabine Ney, die am Ende der Saison mit 101 (!) Toren den zweiten Platz der Torschützinnenliste belegt!

Am Ende erreichen wir (sportlich gesehen) den dritten Tabellenplatz der Landesliga Frauen Mosel/Nahe. Da wir nachträglich mit einem Punktabzug (aufgrund des Schiedsrichter-Untersolls) bestraft wurden, rutschen wir (rechnerisch gesehen) leider auf den vierten Platz. Insgesamt sind wir mit unserer Leistung jedoch zufrieden und werden jetzt erstmal etwas verschnaufen, um dann mit frischer Energie im Spätsommer in die neue Saison zu starten.

Ein herzlicher Dank geht an unsere Zeitnehmer, die sich immer bereitwillig für uns geopfert haben und an unseren Trainer Daniel Kothe, der nie die Nerven mit uns verloren hat und daher auch in der nächsten Saison an unserer Seite sein wird.

In diesem Sinne: „HSG olé!"

M. Mallmann • Umzüge • Möbellagerung • Tel.: 0651/ 24001 • www.mallmann.com

PST-Hockey – mU12 Endrunde 26.02. in Trier / Meisterschaft Verbandsliga / Bericht

Mit einer souveränen Leistung holte sich die Spielgemeinschaft HCT Neunkirchen / PST-Trier in der Altersklasse männliche U12 beim Heimspieltag in der Halle der Bezirkssportanlage in Feyen den Meistertitel in der Verbandsliga des Hockeyverbandes Rheinland-Pfalz/Saar.

Im ersten Spiel gegen die TG Worms gab es zunächst Anlaufschwierigkeiten und der Gegner ging unerwartet in Führung. Durch eine stark verwandelte Strafecke durch Leon gelang noch vor der Pause der Ausgleich. Nach der Pause lief das Spiel besser zusammen und das Team ging nach nochmaliger Strafecke durch Joan in Führung, geriet danach auch nicht mehr in Gefahr und Joan sorgte noch für den 3:1 Endstand. Im nächsten Spiel standen sich mit der TSG Heidesheim und der TG Frankenthal die beiden anderen Finalisten der Endrunde 1 - 4 gegenüber und es zeigte sich schnell das Heidesheim wie erwartet der stärkste Gegner im Turnier sein würde. Nachdem Frankenthal lange dagegengehalten hatte, gewann die TSGH am Ende ungefährdet mit 2:0 und konnte dann anschließend auch das 2. Spiel gegen Worms klar mit 4:1 für sich entscheiden.

Im Spiel gegen die TG Frankenthal taten sich die Jungs gegen einen spielerisch und läuferisch starken Gegner schwer, trotz etlicher Chancen stand es zur Halbzeit 0:0. Nach dem 1:0 aus dem Gewühl heraus, (der Torschütze war vermutlich Clemens) war dann aber der Knoten geplatzt und Goalgetter Joan schoss danach noch alle 4 Tore, bei denen die Mannschaft mit hohem Tempo, guter Technik und Zusammenspiel ihr Potential zeigte.

Im Spiel der Verlierer der ersten Spiele - Worms gegen Frankenthal - ging es dann um den dritten Platz. Worms zeigte in der ersten Halbzeit, dass sie ebenfalls zurecht bei der Endrunde dabei waren und überraschte Frankenthal mit einer 2:0 Führung. Nach der Halbzeit ging die TGF das Spiel konzentrierter an und konnte nach dem 2:2 Ausgleich am Ende auch noch den 3:2 Siegtreffer bejubeln.

Im letzten Spiel gegen Heidesheim ging es dann für die Spielgemeinschaft um den Turniersieg, ein Unentschieden hätte den Jungs aus Neunkirchen und Trier dabei - auf Grund der besseren Tordifferenz - gereicht. Trainer Rainer vom HTCN stellte die Mannschaft noch einmal speziell auf den starken Gegner und besonders auf den dessen stärksten Spieler ein und

verlangte von den Jungs vor allem die Konzentration von Anfang an hoch zu halten. Dies gelang dann auch und die Jungs setzen Heidesheim von Anfang an unter Druck, nach einem schönen Angriff gelang Clemens das vielumjubelte 1:0. Auf der Gegenseite zeigte Torwart Janne seine Klasse bei einer Parade, als ein gegnerischer Stürmer frei vor dem Tor zum Abschluss kam. In der 2. Halbzeit lief das Spiel dann fast ausschließlich auf das Heidenheimer Tor, auch weil die TSGH kräftemäßig nachließ, da die Mannschaft ohne Auswechselspieler angereist war. Es blieb jedoch beim ungefährdeten 1:0 und so jubelten am Ende die Spieler, Trainer, Betreuer, Eltern und Zuschauer aus Neunkirchen und Trier über den verdienten Gewinn der Meisterschaft. Nachdem obligatorischen „We are the Champions“ aus der Musikbox ging es mit allen Beteiligten zum Abschluss noch in die benachbarte Eisdiele “Siena”, um den Erfolg bei einer großen Portion Eis uns schönstem Sonnenschein gemeinsam zu feiern. Trainer Tobias aus Neunkirchen - der ausgerechnet an diesem Tag dienstlich verhindert war - gratulierte per WhatsApp-Nachricht, nachdem er während des gesamten Turniers per Live-Ticker auf dem Laufenden gehalten worden war.

Jugendwart Martin sorgte als Turnierleiter für einen reibungslosen Ablauf, die Eltern kümmerten sich am Essensstand um das Wohl der Gäste und Zuschauer:innen.

Die gesamte Mannschaft der männlichen U12 wechselt dann zur Feldsaison in die Altersklasse U14, man darf auf die Ergebnisse gegen im ersten Jahr sicher relativ starken Gegner gespannt sein.

In jedem Fall ist in der Spielgemeinschaft HTCN/PST mU12 in den letzten 2 Spielzeiten zwischen Spielern, Eltern und Betreuer:innen ein guter Zusammenhalt entstanden, der die Basis für den Erfolg bildet.

Hallensaison – Spielbetrieb

Zur Hallensaison traten insgesamt 9 Jugendmannschaften von U6 bis U16 und eine gemischte Damen/Herrenmannschaft der PST Hockeyabteilung an. Bei allen Altersklassen wurde dabei im Jugendbereich die gute Kooperation mit dem HCT-Neunkirchen fortgeführt, besonders erfolgreich war dabei die Spielgemeinschaft der männlichen U12, die in der Verbandsliga unter Leitung der Neunkirchener Trainer Tobias Flacchus und Rainer Schwenk den Meistertitel erringen konnte. Diese Saison konnten etliche Turniere in Trier – vor allem in der Toni-Chorus-Halle des PST ausgetragen werden, der Heimvorteil konnte dabei in vielen Fällen genutzt und vor zahlreichen Zuschauern gute Ergebnisse erzielt werden. Zum ersten Mal seit längerem wurden auch wieder Spieltage der U8 und der U10 des Hockeyverbandes Rheinland-Pfalz/Saar ausgetragen, zu denen unter anderem Mannschaften aus Kaiserslautern, Alzey, Mainz und Mayen anreisten. Auch unsere eigenen Mannschaften waren zu Auswärts-Turnieren unterwegs, die Fahrten z.B. nach Gau-Algesheim, Heidesheim, Ludwigshafen und Idar-Oberstein konnten bei den jüngeren dank tatkräftiger Unterstützung der Eltern organisiert werden, bei den älteren Mannschaften sind wir froh häufig auf die PST-Busse zurückgreifen zu können, zu einem Spieltag der weiblichen Jugend U16 in Ludwigshafen reiste diese sogar mit dem Zug und Fahrrädern an. Die weibliche und männliche U16 nahm im November an einem Vorbereitungsturnier mit Übernachtung bei der TSG-Kaiserslautern teil, gegen spielstarke Oberligamannschaften konnte hier viel Erfahrung gesammelt werden.

22.01.2023 - Urkundenverleihung beim Kinderturnier in der Toni-Chorus-Halle am

12.11.2023 - Weibliche und männliche U16 beim Vorbereitungsturnier in Kaiserslautern

M. Mallmann • Umzüge • Möbellagerung • Tel.: 0651/ 24001 • www.mallmann.com

04.12.2022 - Die weibliche U16 mit Trainer Eric beim Spieltag in Gau-Algesheim

Die männliche U12 mit Trainer Rainer Schwenk Verbandsligameister 2022/23 beim Spieltag in Trier am 26.02.2023

Die Mannschaften des U10-Spieltags in Trier am 04.03.2023

Die Mannschaften des U8-Spieltags in Trier am 12.03.2023

Die weibliche U12 beim Spieltag in Trier am 29.01.2023

Spielszene MU16, Spieltag 05.03.2023 in Kaiserslautern. Vorne: Paul, hinten Max (Blaue Trikots)

Feldsaison – Saisonstart

Unmittelbar nach Ostern startete bereits die Feldsaison und die ersten Spieltage haben seitdem stattgefunden. Dank einer Kompromisslösung mit den Fußballern der Eintracht Trier und des FSV-Tarforst – unter Vermittlung des Sportamtes – konnten für diese Saison in allen Altersklassen Termine für Heimspieltage auf den Kunstrasenplätzen im Moselstadion und in Tarforst gefunden werden, nachdem sich dies in den letzten Jahren wegen der intensiven Nutzung der Plätze durch Fußball schwierig gestaltet hatte. AM 16. April wurde inzwischen zum zweiten Mal der Start der Feldsaison – das „Anhockeln“ - gemeinsam mit einem Turnier für alle Altersklassen (auch Eltern) organisiert, zu dem

auch der Partnerclub des HC-Luxembourg mit Mannschaften anreiste. Parallel wurde wieder ein Hockey-Schnuppertag für Kindergarten- und Grundschulkinder angeboten, der gut angenommen wurde.

Zum Beginn der Feldsaison wechseln beim Hockey die Kinder jedes zweiten Jahrgangs die Altersklasse, so dass sich die Mannschaften zunächst wieder neu finden müssen – wir sind gespannt auf die Ergebnisse.

Die U8 beim Saisonstart am 16.04.2023 in Tarforst mit den Trainern Jan und Paul, rechts die Mannschaft des HC-Luxembourg

Gemischte Kinder-Eltern-Gruppe beim Saisonstart am 16.04.2023 in Tarforst

Sonstige Aktionen

Am ersten November-Wochenende wurde – wie schon seit Jahrzehnten - gemeinsam mit den Trierer Kanufahrern die Kinder- und Jugendfreizeit in der Pfadfinderhütte bei Hermeskeil organisiert, traditionelle Programmpunkte: Mountainbike-Fahren, Wandern, Lagerfeuer und Spiele.

Das Hockey-Jahr 2022 wurde dann mit der Weihnachtsfeier der Hockeyabteilung im Dezember im Haus der Trierer Kanufahrer abgeschlossen.

Radfahrgruppe bei der Jugendfreizeit in Hermeskeil am 06.11.2022 - mit Organisator Karli Romberg (gelbe Weste)

Quidditch

Die Abteilung Quidditch hat ein paar turbulente Monate hinter sich. Wir sind froh, dass die Corona-Pandemie endlich vorbei ist und wir wieder voll durchstarten konnten!

Das Highlight der Saison 2022 stellte der Deutsche Quidditchpokal in Bingen am Rhein dar, an welchem 28 Mitglieder des Deutschen Quidditchbundes teilnahmen und um den größten Pott kämpften, den Quidditch-Deutschland zu bieten hat. Wir konnten in sechs Spielen zwei Siege erringen und Doch auch außerhalb von Ligabetrieb und offiziellen Turnieren zeigten wir Flagge: So nahmen jeweils einige unserer Spieler*innen an sog. Fantasy-Turnieren teil, bei denen mit bunt gemischten Teams von überallher gegeneinander gespielt wird, sei es zusammen mit dem Olympiens Paris beim Mirabelle Cup in Frankreich oder als „Lucky Leprechauns“ beim April Fools Cup in Hannover. Darüber hinaus richteten wir endlich wieder unser eigenes Turnier zusammen mit unseren Freunden aus Düsseldorf und Köln im heimischen Waldstadion aus: Beim Westdeutschen Nachwuchsturnier im Oktober letzten Jahres luden wir insg. elf weitere Teams aus ganz Quidditch-Deutschland ein und durften viele neue Erfahrungen sammeln.

Quidditch wandelt sich. Immer mehr Verbände und Organisationen nehmen inzwischen den Namen „Quadball“ an, um sich mehr vom Original aus Harry Potter zu distanzieren, einerseits aus Gründen der Professionalität, andererseits um nicht mit den transfeindlichen Äußerungen von J. K. Rowling identifiziert zu werden. Quidditch (oder eben Quadball) möchte auch weiterhin für Inklusion und Transparenz stehen und dies scheint ein wichtiger Schritt zu sein, um dies zu verwirklichen.

M. Mallmann • Umzüge • Möbellagerung • Tel.: 0651/ 24001 • www.mallmann.com

Tischtennis – Bericht Meisterschaft

Herzlichen Glückwunsch an die Tischtennis-Jugend des PST zu einem erfolgreichen letzten Spieltag der Saison! Es ist großartig zu hören, dass die Jugend U19 Bezirksliga und die Jugend U13 Kreisliga beide ihr Chance auf die Meisterschaft genutzt haben.

U19 gewinnt die Meisterschaft in der Bezirksliga

Die 6:4 gewonnene Partie gegen TTF Konz in der U19 Bezirksliga zeigt, dass die Mannschaft eine starke geschlossene Leistung erbracht hat und sich gegen einen starken Gegner durchsetzen konnte.

Die 2. Mannschaft U19 des PST hat in der vergangenen Saison in der 1. Kreisklasse eine hervorragende Leistung gezeigt. In der Herbstsaison sicherten sie sich den Aufstieg als Tabellenzweiten und bewiesen damit ihre Fähigkeiten am Tisch.

In der Frühjahrsrunde haben die jungen Spieler des PST erneut ihr Können bewiesen und einen sicheren Mittelfeldplatz erreicht. Die Mannschaft hat sich durch harte Arbeit und eine starke Teamleistung ausgezeichnet und konnte dabei auch einige beeindruckende Siege verbuchen.

Ein besonderes Highlight der 2. Mannschaft des PST ist, dass viele ihrer Spieler verlässliche Ersatzspieler der 1. Mannschaft sind. Dies zeigt das große Potenzial und die Qualität des Kaders.

U13

In der U13 Kreisliga scheint die Mannschaft besonders stark zu sein, da sie ungeschlagen geblieben ist. Das 5:5-Unentschieden gegen Irsch/Greimerath zeigt, dass die Mannschaft in der Lage ist, auch in schwierigen Spielen standzuhalten und zu kämpfen.

Ich wünsche der Tischtennis-Jugend des PST viel Glück in den kommenden Meisterschaftsspielen und hoffe, dass sie weiterhin so erfolgreich spielen werden!

Tischtennisjugend erfolgreich bei Heimturnier

Kreiseinzelmeisterschaften im Tischtennis waren im vergangenen November ein großer Erfolg für die Jugend des PST. Die Spielerinnen und Spieler der U15, U13 und U11 Kategorien zeigten hervorragende Leistungen und belegten Top-Platzierungen.

In der U15 Kategorie konnte Lorenz mit einem beeindruckenden zweiten Platz und einer 6:1 Bilanz glänzen. Luca überraschte alle mit einem starken dritten Platz in einer höheren Altersklasse und einer 6:2 Bilanz.

Auch in der U13 Kategorie zeigte Luca eine tolle Leistung und erreichte einen sehr guten dritten Platz mit einer 6:1 Bilanz.

Im Doppel konnten Felix und Luca sogar den Kreismeistertitel feiern.

In der U11 Kategorie konnte Alba einen guten dritten Platz erreichen und überzeugte vor allem in den Doppelkategorien.

Die Tischtennisabteilung des PST bedankt sich bei allen Helfern und Unterstützern, die zum Gelingen der Veranstaltung beigetragen haben. Ohne ihre Hilfe wäre ein solcher Erfolg nicht möglich gewesen. Die Kreiseinzelmeisterschaften waren eine großartige Gelegenheit für junge Talente, ihr Können unter Beweis zu stellen und sich mit anderen Spielern zu messen. Wir gratulieren allen Teilnehmerinnen und Teilnehmern zu ihren großartigen Leistungen und wünschen ihnen viel Erfolg für die Zukunft.

Kreismannschaftsmeisterschaft

Die Tischtennis-Jugend des PST konnte bei der diesjährigen Kreismannschaftsmeisterschaft einen hervorragenden 3. Platz erreichen. In der Gruppenphase spielten sie stark auf und konnten sich ungeschlagen den 1. Platz sichern.

Im Halbfinale trafen sie auf die TTF Konz, jedoch erwies sich der Gegner als zu stark und die PST-Jugend musste eine deutliche Niederlage hinnehmen, trotz einiger enger Spiele.

Im Spiel um den 3. Platz zeigte das Team abermals eine starke Leistung und konnte einen deutlichen Sieg von 6:1 erzielen. Das Team war zufrieden mit der gezeigten Leistung und konnte stolz auf den erreichten Platz sein.

Foto: Alek, Luca, Finn, Lorenz, (nicht auf dem Foto Felix)

U15 gewinnt Kreispokal

Am 30.04.23 fanden in Trier–Zewen die Pokalmeisterschaften statt. Der Post-Sportverein trat dabei mit einer U15 und einer U19 Mannschaft an.

Für die U19 Mannschaft endete das Turnier leider in einem umkämpften Viertelfinale. Nach starker Leistung mussten sich die Jungs mit einem knappen 3:4 gegen den TTC Talling geschlagen geben. Nichtsdestotrotz wurde den Zuschauern so ein spannendes Spiel mit hervorragenden Ballwechseln geboten.

Besser lief es im Anschluss für unsere U15 Mannschaft. Nach einem schnellen und souveränen Sieg im Halbfinale gegen das etwas ersatzgeschwächte Team aus Irsch/Greimerath trafen die Sieger auf die Sportsfreunde aus Könen. Das Endspiel startete nach Plan. Mit zwei Siegen konnte man sich zunächst absetzten, doch die Jungs und Mädels aus Könen gaben nicht auf und kämpften sich auf ein Unentschieden zurück. Von dieser Aufholjagd ließ sich unser Team jedoch nicht beirren und konnte letztendlich nach zwei weiteren starken Einzeln den Pokal in den Händen halten.

Für einige Spieler bedeutet dieser Pokalsieg nach einer erfolgreichen Saison sogar das Double. Herzlichen Glückwunsch zu dieser tollen Leistung!

M. Mallmann • Umzüge • Möbellagerung • Tel.: 0651/ 24001 • www.mallmann.com

Schach – PST-Schach ist erstmalig Rheinlandmeister !

Feierlaune in der Schachabteilung!
Die erste Mannschaft des PST freut sich über den Meistertitel in der Rheinlandliga – und schreibt damit Vereinsgeschichte. Mit Kindern und Jugendlichen war der PST schon häufiger höher vertreten, bis hin zur Deutschen Ebene. Aber im hart umkämpften Ligasystem steht nun, erstmalig seit bestehen der Schachabteilung, eine Saison oberhalb des Rheinlands an.

Vorausgegangen war eine knappe und hart umkämpfte Saison, noch immer beeinflusst von den Nachwirkungen der Corona-Pandemie. So wurde bei den Mannschaftskämpfen in der Rheinlandliga, wie auch bereits im Jahr zuvor, mit nur sieben Brettern gespielt, also einem Brett weniger als üblich. Und trotz dieser und anderer Erleichterungen blieb die Staffel mit sieben teilnehmenden Mannschaften klar unter der Sollstärke von Zehn. Der Spannung in der Liga und den Kämpfen am Brett tat dies jedoch kaum Abbruch – denn anders als noch im Vorjahr fielen keine Mannschaftskämpfe mehr aus, und auch Bretter blieben nur vereinzelt leer.

Nach einer vergleichsweise entspannten ersten Hälfte mit zwei klaren Siegen und einer spielfreien Runde hatte es die zweite Hälfte der Saison dann in sich. Den Auftakt machte das Duell mit dem Favoriten der Staffel, der gerade erst aus der Rheinland-Pfalz-Liga abgestiegenen Mannschaft des SC Wittlich. Die Favoritenrolle zeigte sich auch vor Ort, brachte doch die Wittlicher Mannschaft im Schnitt beinahe 100 Wertungspunkte mehr mit an die Bretter. Doch nach einem anstrengenden, und sicher auch an der einen oder anderen Stelle mit Glück gesegneten, Sonntag konnte sich die Mannschaft des PST dennoch maximal knapp mit 4:3 durchsetzen.

Vor diesem Duell waren die beiden Kontrahenten die einzigen verbliebenen Mannschaften in der Staffel ohne Punktverlust – nach dem Sieg war die Tabellenführung unangefochten, die Weichen für die Meisterschaft schienen gestellt. Doch in trockenen Tüchern war sie noch lange nicht.

Denn nicht nur wartete noch der starke Konkurrent aus Bitburg in der letzten Runde, zunächst hatte die Mannschaft auch noch mit Personalmangel zu kämpfen. So mussten in den folgenden Runden erst eines, dann sogar gleich zwei Bretter kampflos abgegeben werden – vermeintlich sicher geglaubte Mannschaftskämpfe wurden plötzlich zur Zitterpartie. Doch die Spieler behielten die Nerven und konnten trotz der Unterzahl beide Kämpfe für sich entscheiden, wiederholt denkbar knapp mit 4:3.

Nach diesen Problemen mutete es schon fast wie Karma an, als für das Entscheidungsspiel in der letzten Runde diesmal die Gäste der SF Bitburg nur sechs Spieler an die Bretter brachten. Der kampflose Brettpunkt kam zur rechten Zeit, sollte er sich doch am Ende des Tages als entscheidend für den, erneut maximal knappen, 4:3 Sieg herausstellen. Der Durchmarsch mit sechs Siegen aus sechs Mannschaftskämpfen war damit komplett und der Meistertitel in der Tasche!

	Rheinlandliga		
1.	PST-Trier	12	25,5
2.	Wittlich	10	28,5
3.	Bitburg	8	24
4.	Hermeskeil	5	23
5.	Reil-Kinheim	5	20
6.	Nickenich II	2	14
7.	SC Cochem	0	11

Neben dem Mannschaftstitel konnten mehrere unserer Spieler auch die Brettmeisterwertung an ihren jeweiligen Brettern für sich entscheiden.

Glückwünsche an:

Frank Hornberger	an Brett 1	4,0	Punkte aus 6 Spielen
Joachim Paulus	an Brett 4	3,5	Punkte aus 4 Spielen
Frank Görgen	als Ersatz	4,0	Punkte aus 5 Spielen

Nach der Freude über den Meistertitel und den Aufstieg ist nun die Vorfreude groß auf die nächste Saison in der 2.Rheinland-Pfalz-Liga – wir wünschen allen Beteiligten viel Erfolg und Spaß!

2.Mannschaft:
Und wer weiß, vielleicht wird der freigewordene Platz in der Rheinlandliga ja direkt durch die zweite Mannschaft des PST gefüllt. Die Bezirksliga-Mannschaft rund um Toni Krüger hat den sicheren Aufstiegsplatz durch ein Unentschieden in der letzten Runde verloren, hat aber noch realistische Chancen auf den Aufstieg in die Rheinlandliga, da diesmal wohl zwei Mannschaften aus dem Bezirk Trier aufsteigen werden und die Bezirksmeister-Mannschaft aus Konz nicht aufsteigen will.

	Bezirksliga Trier		
1.	Konz-Karthaus	16	36,5
2.	IGS Trier	12	28
3.	PST-Trier II	11	31
4.	SG Trier III	9	29
5.	Jünkerath	9	28,5
6.	SG Schweich-Trittenheim II	9	25,5
7.	SG Schweich-Trittenheim III	8	27
8.	Wittlich II	8	27

9.	Saarburg-Trier	5	22,5
10.	Gusenburg II	3	15

3.Mannschaft:
Die A-Klasse-Mannschaft rund um Franziska Schäfer, gemischt besetzt mit Spielern des PST und des Spielgemeinschaftspartners Königsspringer Bernkastel-Kues, hat die Saison mit dem 5. Platz beendet. Diese Mannschaft war durch viele Ausfälle der Stammspieler geprägt, so dass ein höherer Platz nicht erreichbar war.

A-Klasse Trier

1.	IGS Trier II	10	21
2.	Bitburg II	10	17,5
3.	Wittlich III	8	19
4.	SG Trier IV	6	13
5.	PST-Trier III	4	13
6.	Thalfang	3	11
7.	Konz-Karthaus II	1	10,5

4.Mannschaft:
Die B-Klasse-Mannschaft von Albert Schmitt hatte mit Ruben Petrosyn und Albert Schmitt zwei fleißige Punktesammler an den ersten beiden Brettern. Ruben wurde an Brett 1 mit 5 Punkten aus 6 Partien sogar Brettmeister der Liga. Albert hat an seinem Brett nur einen halben Punkt gefehlt. Nur die weiteren Spieler waren nicht so erfolgreich, so dass es für einen Mittelfeldplatz gereicht hat.

B-Klasse Trier

1.	IGS Trier III	11	18,5
2.	Jünkerath II	9	16,5
3.	Bitburg IV	7	14,5
4.	Konz-Karthaus III	6	13
5.	PST-Trier IV	6	12
6.	Thalfang II	2	5,5
7.	Gusenburg IV	1	4
8.	Speicher	0	0

Glückwunsch an unseren Brettmeister:
Ruben Petrosyan an Brett 1 5,0 Punkte aus 6 Spielen

5. und 6.Mannschaft:
In der C-Klasse spielen unsere Kinder und Anfänger um Erfahrungen zu sammeln.
Dies wurde in beiden Mannschaft recht gut erreicht. Schön ist es, dass unsere 5. Mannschaft den zweiten Tabellenplatz erreicht hat und somit aufsteigt.

C-Klasse Trier

1.	IGS Trier V	16	29
2.	PST-Trier V	16	27,5
3.	SG Trier VII	14	25,5
4.	Wittlich V	13	24,5
5.	Saarburg-Trier II	12	23
6.	SG Trier VI	12	21,5
7.	Bitburg VI	10	22
8.	SG Trier VIII	10	20
9.	SG Schweich-Trittenh. V	10	19,5
10.	Thalfang III	7	18,5
11.	PST-Trier VI	7	15,5
12.	IGS Trier VI	5	14,5

Glückwunsch an unseren Brettmeisterin:
Alexandra Lubis als Ersatz 7,0 Punkte aus 8 Spielen

Abteilungsfest:
Das Sommerfest der Schachabteilung mit Siegerehrungen der gestaffelten Vereinsmeisterschaften (Kinder- Jugend- und Erwachsenen-Meisterschaften) sowie Abteilungsversammlung mit Neuwahl aller Abteilungs-Posten findet am Samstag den 24. Juni 2023 im Clubhaus und bei gutem Wetter auch im Schießgraben statt. Am gleichen Tag wollen wir auch die Mannschaften für die neue Saison aufstellen.

WILHELM KLEIS

DACHDECKUNG
ABDICHTUNG
KLEMPNEREI
HOLZBAU / ZIMMEREI
DACHFENSTER
DACHBEGRÜNUNG
SOLARTECHNIK

WILHELM KLEIS GMBH & CO.KG
KLEMPNER-, ZIMMERER- UND
DACHDECKERMEISTERBETRIEB
WOLFSGASSE 7 // 54295 TRIER
FON: +49 (0)6 51 - 8 66 01
FAX: +49 (0)6 51 - 82 01 15
MAIL: MAIL@DERDACHDENKER.DE

WWW.DERDACHDENKER.DE

M. Mallmann • Umzüge • Möbellagerung • Tel.: 0651/ 24001 • www.mallmann.com

Gymnastik- und Aerobic-Angebote

Bauch-Beine-Po			
Montag	18:15 - 19:15 Uhr	Balthasar-Neumann-Technikum, Paulinstr.	Vira Hein
Body-Shaping			
Dienstag	18:00 - 19:00 Uhr	Friedrich-Wilhelm-Gymn., Olewiger Str. 2	Lisa Grüneisen
Frauengymnastik in Saarburg			
Mittwoch	19:00 - 20:00 Uhr	Gymnasium Saarburg	Melitta Thomas
Funktionsgymnastik und Entspannung (Frauen u. Männer)			
Montag	16:45 - 18:15 Uhr	Grundschule Heiligkreuz, Rotbachstr.	Helmut Thiel
Haltung & Bewegung II – Schwerpunkt Rücken			
Mittwoch	09:00 - 10:30 Uhr	PST Clubhaus, Ausoniusstraße	Mechthild Faber
Mittwoch	10:30 - 12:00 Uhr	PST Clubhaus, Ausoniusstraße	Mechthild Faber
H.I.I.T			
Dienstag	19:00 - 20:00 Uhr	Friedrich-Wilhelm-Gymn., Olewiger Str. 2	Lisa Grüneisen
Kindergymnastik / Kinderturnen			
Mittwoch	16:00 - 17:00 Uhr	Toni-Chorus-Halle (Jungen, Mädchen 6 - 8 Jahre)	Melisa Munipi/ Susanne Düntzer
Mittwoch	17:00 - 18:00 Uhr	Toni-Chorus-Halle (Jungen, Mädchen 9 - 10 Jahre)	Melisa Munipi/ Susanne Düntzer
Freitag	15:30 - 16:30 Uhr	Toni-Chorus-Halle (Jungen, Mädchen 4 - 6 Jahre)	Gerhard Franzen
Seniorengymnastik für Frauen/Männer Ü65			
Dienstag	17:30 - 18:30 Uhr	Angela-Merici-Gymnasium, Neustr.	Susanne Düntzer
Mittwoch	17:30 - 18:30 Uhr	Angela-Merici-Gymnasium, Neustr.	Uschi Dahm
Soft Aerobic Ü40			
Montag	16:00 - 17:00 Uhr	Toni-Chorus-Halle	Waltraud Retiene

Wir sind eine lustige Truppe und für jeden Spaß zu haben 😊

Kurs-Angebote

Alle Kurse starten mehrmals im Jahr. Aktuelle Termine finden Sie auf unserer Homepage unter der Rubrik „Kurse“.

Eltern-Kind-Turnen			
Mittwoch	15:00 - 16:00 Uhr	Toni-Chorus-Halle	Marcel Ritz
GYROKINESIS®			
Mittwoch	17:30 - 18:45 Uhr	Format 1 (vormals Anfänger) PST-Clubraum, Ausoniusstr.	Karin Sattler
Donnerstag	16:50 - 18:05 Uhr	Format 2 (vormals Fortgeschrittene) PST-Clubraum, Ausoniusstr.	Karin Sattler
Donnerstag	10:00 - 11:15 Uhr	Seniorenfitness PST-Clubraum, Ausoniusstr.	Karin Sattler
Haltung & Bewegung I – Ganzkörpertraining			
Mittwoch	20:30 - 21:30 Uhr	Einsteiger AMG, Gymnastikhalle, Kuhnenstr.	Uschi Dahm
Montag	19:30 - 20:30 Uhr	Fortgeschrittene (mit Pilateselementen) AMG, Gymnastikhalle, Kuhnenstr	Uschi Dahm
Piloxing			
Montag	20:45 - 21:45 Uhr	Einsteiger & Fortgeschrittene AMG, Gymnastikhalle, Kuhnenstr.	Uschi Dahm
Step-Aerobic			
Mittwoch	18:30 - 19:30 Uhr	Einsteiger AMG, Gymnastikhalle, Kuhnenstr.	Uschi Dahm
Mittwoch	19:30 - 20:30 Uhr	Fortgeschrittene AMG, Gymnastikhalle, Kuhnenstr	Uschi Dahm
Yoga – "Morgen YOGA"			
Freitag	10:30 -11:30 Uhr	Einsteiger & Fortgeschrittene PST Clubhaus, Ausoniusstraße	Nicole Steffen
Yoga – "YOGA FÜR ALLE"			
Mittwoch	20:00 - 21:00 Uhr	Einsteiger & Fortgeschrittene AVG, Gymnastikhalle (Dominikanerstraße)	Sophia Paulus

M. Mallmann • Umzüge • Möbellagerung • Tel.: 0651/ 24001 • www.mallmann.com

START NEUER KURSE
IM ANGELA MERICI GYMNASIUM NACH DEN SOMMERFERIEN
(Gymnastikraum 1.Etage)

BEGINN 11.09.2023
Haltung und Bewegung mit Pilateselementen

montags:	19.30 - 20.30 Uhr	Fortgeschrittene
mittwochs:	20.30 - 21.30 Uhr	Anfänger

(Einstieg jederzeit möglich)

Diese Kurse werden in der Regel von den Krankenkassen bis zu 80% der Kursgebühr bezuschusst.

Piloxing

montags: 20.45 - 21.45 Uhr

(Einstieg jederzeit möglich)

Step Aerobic
BEGINN 13.09.2023

mittwochs:	18.30 - 19.30 Uhr	Anfänger
mittwochs:	19.30 - 20.30 Uhr	Fortgeschrittene

(Einstieg jederzeit möglich)

Kosten über 10 Abende:

Nichtmitglieder: € 80
Mitglieder: € 40
Studenten: € 40

Entspannungskurse als auch Fünf-Tibeter-Kurs auf Anfrage

FREUE MICH AUF EUCH 😊 Eure Uschi

Infos gerne unter
0176 20 68 69 63

Für alle Aktiven
die ideale Anlaufstation
Für Sport-Ausrüstungen
und Sportbekleidung
Sport Simons
Trier, Konstantinstraße
- an der Basilika -

© CLOTH.BE

LIGNA®

OFFIZIELLER BAUPARTNER

Ihr Partner für Hallenbau mit System

Tel. +32 80 29 12 20
ligna-systems.com

HOCHWERTIGE GEWERBEHALLEN MIT HOLZ-STRUKTUR

- Hohe Brandsicherheit
- Optimales Raumklima
- Ästhetisch und modern
- Ökologisch und nachhaltig

Schuh
ZIMMEREI & HOLZBAU GmbH

Tel +49 6502 995888
info@zimmerei-schuh.de
zimmerei-schuh.de

Aikido – Veränderungen in der Abteilung Aikido – aus Yoshinkan wird Birankai

Nach den umzugsbedingten Weggängen der bisherigen Abteilungsvorsitzenden und Übungsleiter, Tobias Maldei und Andrea Löwen, kam es in der Abteilung Aikido zu einigen Veränderungen. Den Abteilungsvorsitz haben Yves Reinhard und Jule Böttjer übernommen. Die Übungsleitung hat fortan Sophia Habath inne. Wir wünschen den dreien viel Erfolg bei ihren neuen Aufgaben.

Damit geht in Trier auch eine Ära zu Ende. Seit der Gründung im Rahmen des allgemeinen Hochschulsports der Universität Trier und Fachhochschule Trier (heute Hochschule Trier) durch Karl-Heinz Pohl Sensei im Jahr 1993 wurde, zunächst als eigenständiger Verein und seit 2011 im Rahmen der Abteilung Aikido des PST, Aikido in der von Shioda Gōzō Sensei nach dem Zweiten Weltkrieg begründeten Stilrichtung Yoshinkan unterrichtet. Unser Dank gebührt Karl-Heinz und allen weiteren Lehrern, die dies seither möglich machten.

Mit dem Wechsel der Übungsleitung wechselte nun auch die Stilrichtung vom Yoshinkan hin zum Birankai. Die deutlich jüngere Stilrichtung wurde von T. K. Chiba Shihan im Jahr 2001 ins Leben gerufen, um seinen über den gesamten Globus verteilten Schülern eine gemeinsame Organisation zur Unterstützung ihres Trainings und ihrer Entwicklung zu bieten. Sowohl Shioda Sensei als auch Chiba Shihan waren direkte Schüler (Uchi-Deshi) des Aikido-Gründers Ueshiba Morihei O-Sensei. Sophia bringt diese Stilrichtung aus ihrem Heimatverein, dem Birankai Aikido Dojo Gen Ei Kan in Landau in der Pfalz, mit.

In Kooperation mit Sophias Lehrer, Alexander Broll Shidoin (5. Dan Aikido, 4. Dan Daitoryu Aiki Jujutsu) fand auch bereits ein erster Lehrgang in der neuen Stilrichtung in Trier statt. Am 15. Oktober durften wir Alexander bei uns im Dojo begrüßen.

Ein weiterer Lehrgang mit Alexander ist für den 04. November bereits geplant. Darüber hinaus fand im Dojo in Landau am 25. und 26.03. ein international besuchter Intensiv-Lehrgang mit Chris Mooney Shihan (7. Dan Aikido) aus England statt. Wir freuen uns mitteilen zu können, dass auch wir mit mehreren Mitgliedern der Abteilung Aikido an diesem Lehrgang teilnehmen konnten. Die Teilnahme an weiteren Lehrgängen dieser Art ist angedacht.

Wir wünschen unseren Mitgliedern weiterhin ein schönes und erfolgreiches Training.

Fechten – PST-Fechterinnen gewinnen Rheinland-Pfalz-Meisterschaft und Vizemeisterschaft

Nach drei Jahren Corona-Pause fanden im Februar 2023 erstmals wieder die Rheinland-Pfalz-Meisterschaften im Florett und Degen der U17 von Süd-West und Fechterbund-Mittelrhein in Bad Kreuznach statt.

Die Degenfechterinnen des PST Trier brachten den ersten und den zweiten Platz mit nach Hause: Kseniia Maksymchuk wurde Rheinland-Pfalz-Meisterin und Beate Fischer erreichte den zweiten Platz. Im entscheidenden Gefecht kam es zum Duell der beiden Trierer Trainingspartnerinnen. Konzentriert, dynamisch und angriffsfreudig gingen die beiden ins Gefecht.

Maksymchuk gewann zunehmend die Oberhand und schließlich den Titel.

Erfolgreiche PST-Fechterinnen bei den Meisterschaften: Titelgewinnerin Kseniia Maksymchuk (links) und Vizemeisterin Beate Fischer.

Rouven Krell erficht Bronze in Wuppertal

77 Degenfechter aus 5 Nationen starteten beim diesjährigen Wuppertaler Schwebebahnpokal, darunter PST-Fechter Rouven Krell. Gefochten wurde im Marathonmodus, also bunt gemischt Damen, Herren und Diverse von der U17 bis Veteranen gegeneinander. Die Endauswertung erfolgte jeweils getrennt.

Krell reihte sich mit 4 Siegen zu 2 Niederlagen nach der ersten Vorrunde auf Platz 31 ein. In der zweiten Vorrunde unterlag der PST-Fechter der Ukrainerin Olga Petrofga mit 3:5 und dem Paderborner Henri Clusen mit 2:5 Treffern. Dennoch kämpfte sich der Trierer nach vorne auf Rang 25. Das bedeutete für Krell die Endplatzierung im B-Pool auszufechten. Mit 4 Siegen zu 8 Niederlagen verbesserte sich Krell nicht mehr im Gesamtergebnis aller Teilnehmer.

Dafür belegte der Trierer nach der Endauswertung seiner Altersklasse unter den Veteranen der Herren einen starken 3. Platz.

Rouven Krell erfocht sich in Wuppertal den 3. Platz, den er sich auf dem Podest mit Corinna Schlüter vom TV Hoffnungsthal teilt.

Der Trierer Degenfechter Malte Lubawinski erfocht sich den 2. Platz in Ludwigshafen.

Silber für PST-Fechter Lubawinski

PST-Fechter Malte Lubawinski setzte sich im Degen beim Mini-Eulen-Turnier in Ludwigshafen in der Altersklasse U11 gegen 14 seiner 15 Konkurrenten durch.

In der Vorrunde gewann er zwei von vier Gefechten und war danach auf Platz 8 gesetzt. Im Achtelfinale bezwang der Trierer seinen Gegner mit 15:9 Treffern. Das Viertelfinale gewann Lubawinski mit 15:6 Treffern. 15:9 Treffer gegen Conner Weijand vom Fechterring Hochwald im Halbfinale führten den PST-Fechter ins Finale. In der Schlussrunde unterlag Lubawinski seinem Gegner Artem Fiedotov vom TSV Speyer mit 7:15. Mit seiner Silbermedaille bestätigte Malte Lubawinski einmal mehr, zu den Hoffnungsträgern der Trierer Fechter zu gehören.

In der Altersklasse U15 war Kirill Korzhenevskii für den PST am Start, der einen respektablen 11. Platz erreichte.

Judo – Zwei neue Judo-Rheinlandmeister für den PST Trier

Trotz großer Kälte und leichtem Schneefall wurde für die Judoka unter 11 Jahren und unter 13 Jahren vom Judo-Club Kano e. V. Ingelheim, die Rheinland Einzelmeisterschaften in Ingelheim am 10.12.2022 durchgeführt.

In der Altersklasse unter 11 Jahren startete in der Gewichtsklasse bis 28,5 Kg Amil Aliyev. Amil gewann seinen Auftaktkampf gegen einen starken Judoka aus Ingelheim; trotz vieler Technikansätze gelang es ihm nicht seinen Gegner eindeutig zu werfen. Weil Amil mehr eindeutige Wurfansätze hatte, gewann er den Kampf durch Kampfrichterentscheid. Die nächsten Kämpfe konnte er souverän gewinnen und erreichte so den ersten Platz und wurde neuer Rheinlandmeister.

Dennis Podoynitsyn, der in der Altersklasse unter 13 Jahren in der Gewichtsklasse bis 46 Kg kämpfte, konnte seine Kämpfe alle vorzeitig durch vollen Punkt (Ippon) gewinnen und sicherte sich so den Titel zum Rheinlandmeister.

Von links: Amil Aliyev und Dennis Podoynitsyn

M. Mallmann • Umzüge • Möbellagerung • Tel.: 0651/ 24001 • www.mallmann.com

Mäuseturnier in Siershahn

Siebenjähriger Judoka am 19.11.2022 beim Mäuseturnier in Siershahn erfolgreich.

Beim ESV Siershahn (Westerwald) wurde das 18. Mäuseturnier für die jungen Judoka in der Altersklasse der unter 12 Jahren durchgeführt. Bei diesem Turnier durften auch die kleinen Judoka starten, für die es von der Sportordnung des deutschen Judobund noch keine offiziellen Turniere und Meisterschaften gibt. Für den PST Trier war dort Han Kai Felix am Start, der in seiner Gewichtsklasse bis 18 Kg den ersten Platz erreichte und in der Gewichtsklasse bis 20 Kg erkämpfte er sich den 2. Platz. Mit dem ersten Pokal bei einem Turnier konnte Kai seine Heimreise aus dem Westerwald antreten.

Alexander Kirschweng wiederholte bei der deutschen Judo – Einzelmeisterschaft seinen Vorjahreserfolg

Am 22.10.2022 konnte Alexander Kirschweng vom PST Trier in Hamburg bei der deutschen Judoeinzelmeisterschaft der Männer und Frauen über 30 Jahre seinen Vorjahreserfolg, die Bronzemedaille, wiederholen.

Alexander, der bis 81 Kg in der Altersklasse M5 (50 – 54 Jahre) antrat, hatte den ersten Kampf gegen den Hessen Tobias Heinsch. In einem taktisch geprägten Kampf, lag er mit Waza-Ari (halber Punkt) zurück, konnte aber selbst mit Waza-Ari punkten; nach Ende der Kampfzeit entschieden sich die Kampfrichter für den Hessen. Alexander kam durch die Niederlage in die Trostrunde und konnte dort seine Kämpfe alle mit vollem

Punkt gewinnen. Mit der Bronzemedaille im Gepäck trat er die Rückreise nach Trier an. Für Alexander ist die zweite Bronzemedaille (2021,2022) Bestätigung für seine gute Vorbereitung auf die Einzelmeisterschaft.

Junger Judoka auch in Luxemburg erfolreich

Beim internationalen Judo – Jugendturnier in Ettelbruck am 19.11.2022 waren 200 junge Judoka in mehreren Altersklassen und Gewichtsklassen am Start. Das Turnier wurde vom heimischen Judo Club Ettelbruck (Luxemburg) organisiert und ausgerichtet.

Für den PST Trier kämpfte Amil Alyev in der Altersklasse der unter 11-jährigen. Amil der bis 28 Kg antrat, verlor seinen ersten Kampf durch Kampfrichterentscheid. Alle weiteren Kämpfe konnte er mit vollem Punkt gewinnen und erreichte so die Silbermedaille. Für Amil war es eine weitere Erfahrung für seine nächsten Wettkämpfe.

Wir können mehr als „Olé Olé“ und Laola-Wellen.

100 % Region, 100 % Herz, 100 % Fan.

EINHUNDERTPROZENT ist eine großartige Zahl, denn mehr geht nicht.

Ein Beispiel? Wir versorgen unsere Haushaltskunden bereits seit 2008 mit 100 Prozent Ökostrom. Und genauso unterstützen wir auch zu 100 Prozent unsere Vereine in der Region. Echte Fans können halt mehr. **www.swt.de**

SWT

Heute schon an morgen denken.

Taekwondo – GOLD und SILBER bei den German Open in Hamburg

Vom 25.02. bis zum 26.02. wurden in Hamburg nach zweijähriger Corona-Zwangspause die German Open Taekwondo Poomsae und Freestyle ausgetragen. Mit über 500 Starts in Einzel-, Team- und Paarwettbewerben war das Turnier eines der größten europäischen Wettbewerbe im Formenbereich überhaupt. Um sich dem Bundestrainerteam für diesjährige Europameisterschaft in Österreich zu empfehlen, waren auch viele Mitglieder der Nationalmannschaft anwesend.

Auch Sabrina Pütz vom PST Trier e.V. reiste in die Hansestadt, um sich mit der internationalen Spitze zu messen. Mit ihrem Paarlauf-Partner Binh Duong aus Hessen sowie ihren Mitstreiterinnen Bärbel Reiner und Angelika Bußmann aus Bayern ging die PST Sportlerin in zwei Kategorien an den Start.

Im Paarlauf ab 31 Jahre mussten sich Pütz und Duong gegen 16 weitere Paare unter anderem aus Finnland, Dänemark, Frankreich, Großbritannien und den Niederlanden durchsetzen. Bereits in der Vorrunde sorgten die beiden Kaderathleten für eine Überraschung: Mit einer sehr synchronen und starken ersten Formendarbietung ließen sie die Favoriten aus Frankreich und Finnland nach dem Halbfinale hinter sich. Motiviert vom Ergebnis der Zwischenrunde, setzten sie im Finale noch einmal alles auf eine Karte. Der Mut sollte belohnt werden, denn am Ende belegte das Duo den ersten Platz vor der internationalen Konkurrenz. Eine herausragende Leistung, die auch vom Bundestrainerteam nicht unbeachtet blieb.

Im daran anknüpfenden Teamwettbewerb der Damen über 31 Jahre mit fünf gegnerischen Teams lieferten sich Bärbel Reiner, Angelika Bußmann und Sabrina Pütz ein Kopf-an-Kopf Rennen mit den Nationalkadersportlerinnen aus Dänemark. Auch hier schaffte die PST Sportlerin mit ihren Mitstreiterinnen den Sprung in die Medaillenränge und reihte sich mit hauchdünnem Abstand zum dänischen Nationalteam auf Platz zwei ein.

Mit dem Gewinn einer Gold- und einer Silbermedaille konnte die Triererin sowohl mit ihrem Paarpartner als auch mit ihren Teamkolleginnen ihre internationale Konkurrenzfähigkeit beweisen.

Was ist Taekwondo? Was ist Poomsae?

Taekwondo ist eine koreanische Kampfsportart und bedeutet übersetzt Fuß (Tae-), Faust (-kwon) und der charakterliche Weg (-do). Die Poomsae (Formen) sind vorgeschriebene Bewegungsabläufe und eine Disziplin des Taekwondo. Beim Turniermodus präsentieren die Sportler abhängig von Gürtelgraduierung und Alter verschiedene Formen, die am Wettkampftag ausgelost werden. Die Kampfrichter vergeben nach einem festgelegten Regelwerk Punkte auf die Technikausführung sowie die Präsentation des Sportlers.

2 x Gold bei den Deutschen Meisterschaften und dem Deutschen Jugend Cup Pooomsae

Vom 12.11.2022 bis zum 13.11.2022 fanden im niedersächsischen Gehrden die Deutschen Meisterschaften sowie der Deutsche Jugend Cup Poomsae statt. Beide Turniere bildeten den Abschluss des Wettkampfjahres und konnten erstmals wieder ohne Corona Auflagen in Präsenz ausgerichtet werden.

Mit dabei waren auch zwei PST Sportler.

Sabrina Pütz, die mit ihren Teamkolleginnen Bärbel Reiner und Angelika Bussmann an den Start ging, ließ die Konkurrenz aus Nordrhein-Westfalen mit zwei ausdrucksstarken Formen deutlich hinter sich und errang im Trio verdient den Deutschen Meistertitel in der Kategorie Team Damen ab 31 Jahre.

Am zweiten Wettkampftag ging Daniel Olinger (16 Jahre) beim Deutschen Jugend Cup auf die Kampffläche. Als letzter Starter des gesamten Turniers zeigte der PST Sportler am späten Nachmittag eine herausragende Leistung. Mit zwei dynamischen Läufen setzte er sich an die Spitze der Gruppe und wurde am Ende mit dem ersten Platz in der Kategorie Jugend 15-17 Jahre belohnt.

M. Mallmann • Umzüge • Möbellagerung • Tel.: 0651/ 24001 • www.mallmann.com

Gold für PST-Newcomerin in Eschweiler

Eine kleine Auswahl an Sportlern des PST Trier nahm am 15.04.2023 am Eschweiler Inde Pokal, einem Zweikampf-Turnier in der olympischen Disziplin des Taekwondo, teil. Betreut wurde das Team von Lars Bäthke und Emma von Wenzlawowicz.

In der Klasse Jugend C weiblich -39kg konnte die 11-jährige Antonia Cagalj nach zwei gewonnenen Kampfrunden in das Finale ihrer Alters- und Gewichtsklasse vorrücken. Dort gab die Triererin noch einmal alles und sicherte sich nach einem spannenden Kampf mit spektakulären Kopftreffern die Gold-Medaille.

Emma v. Wenzlawowicz (Damen -49kg), sowohl Aktive als auch Übungsleiterin in der Taekwondo Abteilung des PST Trier, zog nach einem Freilos ebenfalls in das Finale ihrer Gewichtsklasse ein.

Dort traf sie auf eine Sportlerin aus dem Landeskader der Taekwondo Union Nordrhein-Westfalen. In einem knappen Kopf-an-Kopf Rennen, das in eine dritte Runde mündete, musste sich die Triererin am Ende jedoch leider knapp geschlagen geben. Silber für Emma.

Johann Schumacher, Mika Fritzenwanker und Yasmin Hammami trafen in ihren Auftaktkämpfen auf starke Kontrahenten und konnten sich dieses Mal nicht in ihren Kampfklassen durchsetzen.

Trainer Lars Bäthke mit Sporlerin Antonia Cagalj

Antonia Cagalj landet Kopftreffer

Das nächste Ziel steht aber schon fest: Anfang Juli findet der Int. Mosel Cup in Grevenmacher statt. Bis dahin heißt es: Fleißig trainieren, um aus den Fehlern zu lernen und besser zu werden.

Podiumsplätze auf der NWTU Meisterschaft Poomsae

Am 11.02.2023 gingen zwei unserer jugendlichen Poomsae-Athleten auf dem ersten Nachwuchsturnier der NWTU (Nordrhein-westfälische Taekwondo Union) in Bochum an den Start.

In der Klasse Modern Paar belegten die Brüder Simon und Daniel

Olinger knapp hinter ihrer Konkurrenz aus Kamen den 2. Platz.

Im Einzel konnten sich die Geschwister deutlich von den gegnerischen Sportlern aus Schleiden und Jülich absetzen: Daniel, amtierender deutscher Jugendmeister in seiner Alters- und Gürtelklasse, reite sich von Beginn

an die Spitze der Gruppe. Sein jüngerer Bruder Simon folgte ihm nach zwei starken Formendarbietungen auf den 2. Platz ein. Mit drei Silber- und einer Gold-Medaille ging es dann am Nachmittag zurück nach Trier. Trainerin Sabrina Pütz war sehr zufrieden mit der Leistung ihrer Sportler.

Neist aom Haoken?

Daje!*

***Nichts Passendes zum Anziehen?**
Dann aber schnell zu Modehaus Marx!

ensch-media.de

Herrenmode auf 600 m²

www.modehaus-marx.de

Modehaus
MARX
Trier | An der Basilika

Erfolgreiches Prüfungswochenende

Am Sonntag, dem 26.03.2023 stellten sich mehr als 40 Sportler:innen unseres Vereins im Taekwondo der Gürtelprüfung zum nächsten Kupgrad.

Unter den Augen von Prüfer Joachim Hartwich (4. DAN) zeigten alle Prüflinge eine tolle Leistung und konnten am Ende ihre Urkunde zum nächst bestandenen Grad in den Händen halten. Gratulation! Unterstützt wurde das Prüfungskomitee von unseren Nachwuchstrainern Tom und Phong.

Teilnehmer der Jugend-/Erwachsenenprüfung

Trainer

Teilnehmer der Kinderprüfung

Meisterehrung der Sportjugend in Ingelheim

Am vergangenen Freitag lud der Landessportbund Rheinland-Pfalz mit seiner Sportjugend zur diesjährigen Meisterehrung nach Ingelheim ein. Unser Sportler Daniel Olinger, der im vergangenen November die Deutsche Jugendmeisterschaft in seiner Alters- und Gürtelklasse im Bereich Poomsae gewann, wurde im Rahmen der Veranstaltung mit anderen jugendlichen Taekwondo Talenten der TURP - Taekwondo Union Rheinland-Pfalz e.V. für seine sportliche Leistung geehrt. Die Anerkennung und Wertschätzung der Leistungen tragen in besonderem Maße zur Motivation und dem Wunsch der Sportler, sich weiter zu verbessern, bei!

Vielen Dank und Herzlichen Glückwunsch an Daniel!

Brüder erfolgreich in Hessen

Daniel und Simon Olinger, beide Mitglieder der Taekwondo Abteilung des Post-Sportvereins Trier e.V., gingen am Samstag, den 06.05.23 in Rodgau auf dem Offenen Hessen Cup Poomsae auf die Matte.

Simon belegte in der Klasse Jugend männlich 15 - 17 Jahre einen tollen 3. Platz vor der Konkurrenz aus Hessen und dem Hunsrück. Sein älterer Bruder Daniel, der amtierende Deutsche Jugendmeister von 2022, sicherte sich in derselben Klasse mit einer starken Performance die Goldmedaille. Damit konnten die beiden Brüder auch in ihrer neuen Gürtelklasse an ihre Erfolge der letzten Meisterschaften anknüpfen. Die vergangenen Leistungen der jungen Sportler blieben auch beim Landestrainer nicht ungesehen: Sowohl Daniel als auch Simon wurden zum nächsten Stützpunkttraining nach Kaiserslautern eingeladen. Ein wichtiger Schritt in Richtung Landeskader für die beiden.

MATTHIAS RUPPERT
Bauunternehmen

AUF UNSER WORT
KÖNNEN SIE BAUEN

Rohrerweg 3 | D-54518 Esch | 06508-9150-0 | info@matthias-ruppert.de | www.matthias-ruppert.de

Silber in Schweden beim Weltranglisten-Turnier

Sabrina Pütz (inzwischen Bäthke), startete am letzten April Wochenende mit ihren Teamkolleginnen Bärbel Reiner und Angelika Bußmann aus Bayern auf der Swedish Open Poomsae in Stockholm. Das Team platzierte sich vor Österreich und hinter dem Team aus Dänemark auf dem zweiten Platz in der Kategorie Team female over 30 years. Damit hat das Team erneut wertvolle Punkte für die Nominierung zur Europameisterschaft Ende des Jahres gesammelt. Wir drücken die Daumen!

M. Mallmann • Umzüge • Möbellagerung • Tel.: 0651/ 24001 • www.mallmann.com

Leichtathletik – Erfolgreicher Start in die Freiluftsaison 2023 für die Mädchen und Jungen des PST in der Altersklasse U16!

Mit den Rheinland-Meisterschaften im 4-Kampf in Koblenz ging im März traditionell eine kurze, aber erfolgreiche Hallensaison für die die 14- und 15-jährigen Leichtathletinnen und -athleten des PST zu Ende. Erneut konnten wir bei den Mädchen ein Mehrkampf-Team stellen, das, wie schon im letzten Jahr, auf dem Treppchen stand. In der Besetzung Friederike Mattern, Hannah Stohmann, Elisabeth Schwind, Katharina Koch und Lotte Schmitt reichte es am Ende für einen hervorragenden 3. Platz. Das beste Mehrkampf-Einzelresultat lieferte Friederike mit 1.831 Punkten und Platz 5 bei den W15. Aber auch einige Einzelresultate ließen aufhorchen: Bei den Jungen, die leider kein Team stellen konnten, waren es vor allem die 1.62 m im Hochsprung von Theo Knob, die herausragten. Aber auch sein Bruder Johan mit 1.50 m und Manuel Kaufmann mit seinen 4.72 m im Weitsprung lieferten sehr gute Ergebnisse. Bei den Mädchen gilt es vor allem die 4.71 m von Lotte Schmitt im Weitsprung und das Hochsprungergebnis der erst 12-jährigen Elisabeth Schwind sowie von Friederike Mattern, jeweils 1.46 m, herauszuheben. Gute Ergebnisse und Bestleistungen lieferten aber auch Hannah Stohmann, Hannah Blasius und Sofia Guthörl im Sprint und Katharina Koch im Hochsprung. (Foto 1)

Die PST U16-Mannschaft bei den Rheinland-Meisterschaften in Koblenz

Im April standen die ersten Bahnmeisterschaften der Freiluftsaison auf dem Programm. Und diese hätte nicht erfolgreicher verlaufen können. Zwar ging unsere 3x800 m-Staffel, in der Besetzung Hannah Stohmann, Lotte Schmitt und Friederike Mattern, als Titelverteidiger sowohl für den Rheinland- als auch Landestitel ins Rennen. Bei insgesamt 15 gemeldeten Teams und nach den Abgängen der stärksten 800 m-Läuferinnen aus dem Vorjahr war eigentlich an eine erfolgreiche Titelverteidigung kaum zu denken. Zumal keine der drei originären Mehrkämpferinnen als eigentliche Mittelstrecken-Spezialistin gilt und auch keine, trotz ansprechender Ergebnisse in 2022, in den Rheinland Lauf-Kader berufen wurde. Offensichtlich aber war gerade das Fünkchen zusätzliche Motivation, um am Ende siegreich aus dem Rennen hervorzugehen. Im Ziel stand mit 7:46,52 Minuten nicht nur eine noch schnellere Zeit als 2022 zu Buche; unsere drei erfolgreichen Mädchen konnten zudem die starken Teams aus Mainz und Bad Ems in Schach halten und sicherten sich mit einem komfortablen Vorsprung sowohl den Rheinland- als auch den Rheinland-Pfalz-Titel 2023! (Foto 2)

Das erfolgreiche 3 x 800m Staffeltrio in Bad Ems

Das macht Hoffnung für die bevorstehende Saison. Viel Erfolg!

Jochen Staebel

Bericht Leichtathletik Bereich Sprint/Sprung Winter 2022/2023

Der Winter ist in der Leichtathletik die Zeit der Vorbereitung auf die neue Saison. Gerade im Sprint- und Sprungbereich ist dies schwierig, da es bei uns keine Möglichkeiten gibt, diese Disziplinen wettkampfnah zu trainieren. Insbesondere die technischen Disziplinen wie Weit- oder Hochsprung sind davon betroffen, aber auch Speerwurf und Hürdenlaufen treten da ein wenig in den Hintergrund. Trotzdem wurden 4 Trainingseinheiten in der Woche im Moselstadion, der Arena Trier, der PST Halle und im Kraftraum des PST trainiert um bestmöglich für die Saison 2023 vorbereitet zu sein.

Da recht wenige Hallenwettkämpfe im Winter stattfinden, lag das Hauptaugenmerk auf den Rheinland-Pfalz Meisterschaften in Ludwigshafen, die gleichzeitig auch als Rheinlandmeisterschaft gewertet wurden.

Es zeigte sich, dass sich einige bereits in guter Verfassung befanden und es konnten zahlreiche Titel gewonnen und gute Platzierungen erreicht werden **(in Klammern die Platzierung Rheinland-Meisterschaften)**

Rheinland-Pfalz Meisterschaften:

Lilian Steilen (WJU23): 1. Platz Dreisprung **(1.)** und 4. Weitsprung **(2.)**

Rebecca Kupczik (WJU23): 5.Platz Weitsprung **(3.)**

Ali Mohamadi (MJU23): 8.200m **(3.)**

Marlene Moll (WJU16): 4. 800m **(1.)**; 3. 400m **(3.)**

Johanna Raskopp (WJU16): 5. 800m **(2.)**

Florian Leitz (MJU18): 1.400m **(1.)**

Hannah Schwindt (WJU18): 4. Weitsprung **(2.)**; 5. 60m Hürden **(2.)**; 2. Hochsprung **(2.)**

Greta Sonnenberg (WJU 18): 2.400m **(2.)**

Jule Schulten (WJU20): 1.Dreisprung **(1.)**; 4. 400m **(3.)**,

Der erste Start im Freien erfolgte bei den Rheinland- Pfalz Meisterschaften der Langstaffeln.

Die 4x400m Staffel der Frauen in der Besetzung Sandra Teller, Maren Schumacher, Lilian Steilen und Rebecca Kupczik liefen ein tolles Rennen und belohnten sich mit dem Rheinland-Pfalz Meistertitel und dem Rheinland-Meistertitel.

In der AK WJU20 startete ebenfalls eine 4x400m Staffel in der Besetzung Greta Sonnenberg, Lilian Schmidt, Hannah Schwindt und Jule Schulten. Die Staffel lief ein wirklich super tolles Rennen und belegte am Ende einen sehr guten 2. Platz. Nur um 3/10 sek. verpassten die Mädchen dabei die Qualifikation für die deutschen Meisterschaften, was sehr schade war, denn es gab keine weitere Qualifikationsmöglichkeit mehr.

Jetzt bleibt abzuwarten, wie die Gruppe in die ersten Wettkämpfe und Meisterschaften in der Freiluftsaison startet, aber aufgrund der guten und motivierten Trainingsvorbereitungen können gute Ergebnisse erwartet werden.

Thomas Fusenig
PST Nachwuchstrainer Sprint/ Sprung

Günter Heidle erhält die Sportplakette

Am 13.12.2022 wurde Günter Heidle, durch die Ministerpräsidentin Malu Dreyer, mit der Sportplakette des Landes Rheinland-Pfalz ausgezeichnet.

Günter Heidle erhielt die Auszeichnung für sein herausragendes ehrenamtliches Engagement. Neben der Veranstaltungsleitung von sowohl Rheinland-Pfalz als auch Rheinland Meisterschaften, ist er auch als Kreisvorstand im Leichtathletik-Kreis Trier-Saarburg tätig und war sportlicher Leiter bei den Schulverwaltungen - Jugend trainiert für Olympia.

Inzwischen ist er auch Abteilungsleiter beim PST in der Leichtathletik Abteilung und Trainer als Nachfolger von Volker Rosch.

M. Mallmann • Umzüge • Möbellagerung • Tel.: 0651/ 24001 • www.mallmann.com

VERLEIHUNGSURKUNDE

FÜR HERVORRAGENDE VERDIENSTE UM DEN SPORT
IM LANDE RHEINLAND-PFALZ
VERLEIHE ICH

Herrn Günter Heidle

DIE SPORTPLAKETTE
DES LANDES RHEINLAND-PFALZ

DIE VERLEIHUNG ERFOLGT IN DEM WUNSCH,
DEN GEDANKEN DES SPORTS IN
GANZ RHEINLAND-PFALZ ZU STÄRKEN.
SIE IST ANERKENNUNG UND ANSPORN ZUGLEICH,
MENSCHEN ZU BEWEGEN.

DIE MINISTERPRÄSIDENTIN

Superergebnisse für die Leichtathleten bei der Trierer TV-Sportlerwahl für das Jahr 2022

Wieder waren die PST Leichtathleten bei der diesjährigen Sportlerwahl für 2022 hervorragend platziert. Mit 43.701 Stimmen kamen für unsere Sportler diese Ergebnisse zusammen.

Bei der Nachwuchsmannschaft des Jahres belegte unser U20 TEAM den 4. Platz. Sieger wurde hier die Basketballmannschaft der U14 Jungs - des TV Germania Trier. Durch die Leistung bei den Deutschen Meisterschaften im Straßenlauf in Saarbrücken (3. Platz) in der Besetzung Simon Quint - Philipp Adam - Louis Decker rechtfertigten sie den 4. Platz bei der diesjährigen TV-Wahl.

Bei der Wahl des Seniorensportlers des Jahres fiel der 2. Platz auf Mareike Metz. Sie bestätigte die Wahl durch die sehr guten Hallenergebnisse bei den Europameisterschaften der Seniorinnen in Portugal. Sie belegte bei diesen Meisterschaften viermal den ersten Platz.

Das beste Ergebnis erreichte unser Mittelstreckentrainer Marc Kowalinski mit dem 1. Platz bei den Trainern des Jahres. Als Belohnung erhielt er den Konstantinpreis - überreicht von dem Vorsitzenden des Iron Man Clubs und Initiator der Veranstaltung Rainer Düro.

Bild von der U20 Mannschaft - von links: Simon Quint - Philipp Adam - Louis Decker

Bild von Mareike Metz

Bild von Marc Kowalinski

psd Bank
STRASSENKICKER
EHRLICH.
EINE BANK. EIN WORT.
SEIT 1872.

Bericht Bosseln – 2. Weg – Bosseln / Rehasport Gymnastik / Bewegungsspiele Freitags ab 17:00 Uhr Toni Chorus Halle

Bosseln ist eine nicht-paralympische Sportart für den Bereich des Behinderten- und Reha-sportes. Es ist beim Deutschen Behinderten und Rehasportverband – National Paralympic Committee Germany - als nationales Spiel gelistet. Es werden jährlich Landes- und Deutsche Meisterschaften ausgetragen.

Es ähnelt in Aufbau und Regeln dem Stockschiessen. Die hölzernen Schiebestöcke werden als Bosseln bezeichnet. Gespielt wird ausschließlich in Turnhallen. Bosseln hat mit der friesischen Trink-Sportart trotz ähnlicher Schreibweise nichts gemeinsam! Es wurde als Versehrtensport in Berlin nach dem Krieg entwickelt, die Turnhallen waren zerstört und man suchte nach einer Sportmöglichkeit, die Einarmige und Prothesenträger auf Schulfluren spielen konnten, daraus wurde dann das heutige Bosseln.

Das Spielfeld beinhaltet eine 2 m breite und 12 m (bei Frauen 10 m) lange Wurfbahn sowie ein sich daran anschließendes 4 m langes Zielfeld. Es spielen jeweils zwei Mannschaften mit drei Spielern gegeneinander, zu jeder Mannschaft gehört ein zusätzlicher Mannschaftsführer. Sogenannte Mixed-Mannschaften (zwei Frauen und zwei Männer, wobei pro Spiel jeweils nur drei aktiv sind) sind gestattet und werden in Wettbewerben in die Gruppe der Herrenmannschaften eingegliedert. Jeder Spieler einer Mannschaft hat pro Durchgang einen Wurf.

Durch abwechselnde Würfe wird nun versucht, die Bosseln nahe

an die Daube, ein roter Würfel mit 10 cm Kantenlänge, heranzubringen. Dabei darf man durchaus gegnerische Bossel mit dem Wurf aus dem Zielfeld entfernen oder auch die Daube selbst positionell verändern.

Alle Bosseln im Zielfeld erhalten Wurfpunkte. Der am nächsten an

der Daube platzierte Bossel erhält zwei Punkte, alle anderen je einen. Gewonnen hat die Mannschaft, die nach sechs Durchgängen die meisten Punkte erzielt hat.

Unsere Bosselgruppe nahm vor dem großen Corona-Lockdown noch regelmäßig an Turnieren im Saarland in der Pfalz und im

Schwarzwald teil. Derzeit ist nur Trainingsbetrieb, wir hoffen das auch wir unsere Sportfreunde in Saar und Pfalz wieder besuchen können, das Team in Villingen-Schwenningen hat sich leider inzwischen altersbedingt aufgelöst, was schade ist. Dort waren wir immer gerne zu Gast, was auf Gegenseitigkeit beruhte.

Auch an uns ist der Zahn der Zeit nicht spurlos vorbeigegangen, wir suchen auch noch Mitspieler jeden Geschlechtes, damit wir vielleicht auch bald wieder mit einer Damen- und Herrenmannschaft an einem Turnier teilnehmen könnten.

Vor nun bereits 10 Jahren übernahm der Verfasser dieses Artikels die Wirbelsäulen und Schongymnastik zur Kräftigung des gesamten Stütz- und Bewegungsapparates von Herrn Lenz, damals noch im Angela-Merici-Gymnasium. Als Herr Lenz uns aus beruflichen Gründen verlassen musste, suchten wir einen Übungsleiter, um das Angebot weiterhin aufrechterhalten zu können. So kam ich 2013 mit Unterstützung unseres Vereines zu meiner B-Lizenz für Rehasport Orthopädie. Nach der Lizenzvergabe durch den BSV Rh-Pf. wurde auch unsere Mittwochsgruppe im BNT in der Paulinstraße sowie die Wassergymnastikgruppe (montags im Stadtbad), die Frau Schneider später übernommen hat, vom Verfasser des Artikels geleitet.

Inzwischen wurden unsere Gruppen im 2.Weg untergebracht, wo wir uns mittlerweile recht wohlfühlen. Doch es bleiben ein paar Wehmutstropfen, die Abrechnungen mit den Krankenkassen sind nicht immer einfach. Die Wirbelsäulen und Schongymnastik findet freitags um 18:15 Uhr in der Toni Chorus Halle im Teil C statt. Sie kann ärztlich verordnet werden und die meisten Krankenkassen übernehmen gerne die Kosten hierfür, aber auch allen Vereinsmitgliedern steht dieser Gesundheitssport zur Verfügung. Der Verein und der Verfasser besitzen die nötigen Zertifikate, um mit allen Krankenkassen Rehasport abrechnen zu können, Der Übungsleiter besitzt eine spezielle Ausbildung mit medizinischem Schwerpunkt. Bei uns sind Sie in besten Händen. Haben Sie eine Verordnung für Rehasport? Besuchen Sie uns gerne zu einem kostenlosen Schnuppertraining!

Im Anschluss an die Gymnastik findet **ab 19:00 Uhr** noch eine freiwillige Spielestunde statt (die zahlt die Kasse nicht) hier können unsere Mitglieder **Spaß an der Bewegung bei Spielen** wie Hallenboccia, Frisbee Golf, Luftballonvolleyball, Sitzfußball oder Klingelball für Blinde entwickeln, auch hier freuen wir uns immer über Nachwuchs.

Gerhard Franzen

Seit 2013 Fachübungsleiter B Rehasport Orthopädie

Seit 2013 Sportabzeichen-Prüfer für Menschen mit und ohne Behinderung

2014 Thai Chi im Rehasport

2021 Rehasport bei Adipositas, Pfunde verlieren, Gesundheit gewinnen!

Fahrt nach Monschau Anfang Mai

Endlich war es soweit, die 2. Weggruppe unter Klaus-Werner Jakobs konnte nach drei Jahren, bedingt durch Corona, wieder auf große Tournee gehen. Diesmal fand alles in und um Monschau statt. Ein schöner Ort mit allem, was dazu gehört. Die Besichtigung der Senfhütte mit Verkostung war am ersten Tag das Highlight. Am zweiten Tag ging es über Stock und Stein, bergauf und bergab auf dem sogenannten Schäfchen Weg 14 km durch die schöne Eifel. Zum Abschluss am 3. Tag fand ein Abstecher zum Rursee mit einer anspruchsvollen Wanderung statt. Anschließend ging es zurück nach Trier.

Foto: Gruppe vor der Senfmühle in Monschau

M. Mallmann • Umzüge • Möbellagerung • Tel.: 0651/ 24001 • www.mallmann.com

Neues aus der Triathlon-Abteilung – Tri Post Trier

Mit neuem Schwung ins Jahr 2023

Mit den Neuwahlen am 03. Februar startete die Tri Post komplett neu aufgestellt ins Jahr und in die kommende Saison.

An dieser Stelle noch einmal ein riesiges Dankeschön an unseren "alten Vorstand" Helmut, Nicole, Andreas und Wolly, für die langjährige und tolle Arbeit, die ihr geleistet habt.

Alle Tri Post'ler, Groß und Klein, wollen von Herzen dankbar sein. Für unseren Spaß, Eure Müh, das Leid, welches Ihr hattet, die ganze Zeit!
Viel geschuftet, mal mehr, mal lang, die Zeit hat´s gezeigt, es ging voran.
Nun ist die Zeit gekommen,
Ihr habt Euch wohlverdient freigenommen.
Wir sagen **DANKE!**

Unserem neuen Vorsitzenden Marc Pschebizin und seinem Team wünschen wir viel Spaß, Energie und Freude an der Vereinsarbeit!

Nähere Infos zum neuen Vorstandsteam und die Zukunftspläne der Tri Post Trier findet ihr ab Mai auf unserer neuen Webseite. Viel Spaß beim Stöbern.

Tri Kids

Hinter den Tri Kids Trier liegt eine erfolgreiche Saison 2022, ihre tollen Leistungen führte zum Saisonende zu 8 Podiumsplätzen innerhalb des RTV-Cup.

Insgesamt hatten rund 23 Kinder an 19 Wettkämpfen in Deutschland, Luxemburg und Frankreich teilgenommen und konnten 58 Podiumsplätze erringen. Außerdem wurden von den Tri Kids insgesamt 5 Rheinland-Pfalz Meister-Titel im Duathlon und Triathlon, sowie 2 RLP Meister-Titel im Crossduathlon, 6 RLP Vize Meister-Titel und 4 RLP 3. Platzierungen in der Saison 2022 gewonnen.

Gesamtwertung RTV Cup und RLP-Titel:

Fabian Drexler (Schüler A, männl.) 2. Platz RTV Cup & RLP-Meister Duathlon & Triathlon & Vize RLP-Meister Crossduathlon

Julie Vandenbussche (Schüler A, weibl.) 3. Platz RTV Cup & Vize RLP-Meister Duathlon, 3. RLP Crosstriathlon & Crossduathlon, 3. RLP-Meisterschaften Crosslauf

Niklas Ludwig (Schüler B, männl.) 2. Platz RTV Cup & RLP-Meister Duathlon

Emie Vandenbussche (Schüler b, weibl.) 1. Platz RTV Cup & RLP-Meister Duathlon & Triathlon, RLP-Meister Crossduathlon, Vize RLP-Meister Crosslauf

Julius Rademacher (Schüler C, männl.) 2. Platz RTV Cup & Vize RLP-Meister Crossduathlon

Susie Vandenbussche (Schüler C, weibl.) 1. Platz RTV Cup & RLP-Meister Duathlon & Triathlon, 3. RLP-Meisterschaften Crossduathlon

Moritz Ludwig (Schüler D, männl.) 1. Platz RTV Cup & RLP-Meister Duathlon & Triathlon, RLP-Meister Crossduathlon

Leonie Jarr (Schüler D weibl.) 3. Platz RTV Cup

Lilly Förster (Schüler B, weibl.) Vize RLP-Meister Triathlon, Bezirksrekord-Halterin AK über 800m Laufen, RLP-Meister Crosslauf

Carla Thees (Schüler B, weibl.) 3. RLP-Meisterschaften Triathlon

Florin Ehses (Schüler C, männl.) RLP-Meister Triathlon

Lia Krahn (Schüler C, weibl.) Vize RLP-Meister Crossduathlon

Herzlichen Glückwunsch an alle Tri Kids! Wir freuen uns auf die kommende Saison mit Euch.

RTV Kadersichtung

Ende November fuhren einige Tri Kids zur RTV Kadersichtung nach Bingen/Bad Kreuznach. Gleich 6 Tri Kids wurden in den Perspektiv- und D-Kader aufgenommen. Trainer Marc Pschebizin sprach von einem Tag mit großem Erfolg und großer Motivation unter allen Kids.

Jahresabschluss 2022

Zum Ende des Jahres stand kurz vor Weihnachten traditionell unser 100m x 100m Schwimmen an. Jeder konnte mitmachen. Je nach Schnelligkeit wurden jeweils 100x 25m/50m/75m oder 100m mit einer gemeinsamen Abgangszeit von 1:30' geschwommen.

Unsere Allerkleinsten, die Tri Kids Minis (ca. 6 Jahre), ließen sich das Event natürlich nicht entgehen und schwammen stolze 25 x 12m!

Silvesterlauf

Traditionell mit einer Fanmeile vor der Commerzbank war die Tri Post Trier zusammen mit dem Radsport-Verein Schwalbe Trier auch dieses Jahr wieder voller Energie für den Support dabei. Das Motto "Laufen, Anfeuern, Feiern" wurde wieder groß geschrieben und alle hatten mächtig viel Spaß. (Fotos: Lukas Ittenbach)

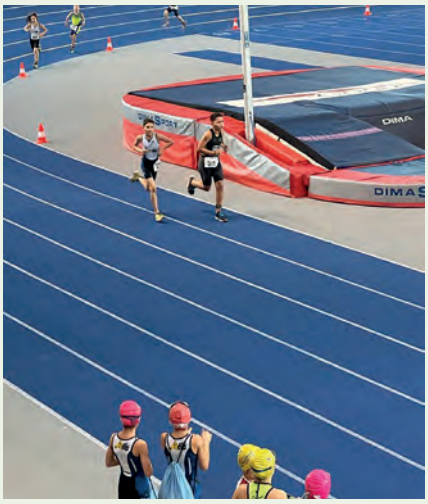
Trainingslager Schnalstal - Start ins Jahr 2023

Mit guter Laune starteten einige große & kleine Tri Postler in der 2. Januarwoche mit dem Höhentrainingslager im Schalstal ins neue Jahr. Hier stand, neben der Grundlagenausdauer im Schwimmen, auch Ski-Langlauf und natürlich ganz viel Spaß auf dem Programm. Geleitet wurde das Trainingslager von Schwimmcoach Engel Mathias Koch und Marc Pschebizin.

M. Mallmann • Umzüge • Möbellagerung • Tel.: 0651/ 24001 • www.mallmann.com

Saison Auftakt

Einen gelungenen Saison-Auftakt legten sowohl unsere Tri Kids, als auch unser PSD Bank Tri Post Trier Bundesliga-Athlet Cedric Osterholt beim Acquathlon in Luxemburg hin. Cedric sicherte sich mit einer Top-Leistung den 2. Platz. Unsere Tri Kids waren mit einer 12-köpfigen Mannschaft vor Ort und starteten ebenfalls mit schnellen Zeiten und tollen Platzierungen in die Saison.



TV-Sportlerwahl 2022

Wieder einmal waren 2 Athleten der Tri Post Trier zur TV-Wahl zum Sportler des Jahres nominiert. Rebecca Bierbrauer für ihre Top-Leistungen im Nachwuchsbereich und zum wiederholten Male Jens Roth als Sportler des Jahres.

Kaum zu glauben: Beide entschieden die Wahl zur Nachwuchssportlerin & Sportler des Jahres für sich.

Wir sind mächtig stolz, zwei so großartige Sportler zur Tri Post Trier Familie zählen zu dürfen und gratulieren Rebecca und Jens von Herzen. Ihr habt es Euch verdient!

Ironman 70.3 Oceanside California

Glückwunsch an unseren neuen "Finanzminister" Marius Kolz zur Top-Leistung beim Ironman 70.3. Oceanside California. In einer Zeit von 4:54:28 schaffte es Marius in der AK 30-34 männlich auf den 21. Platz (von 229). Platz 151 von 2.477 overall, yeah.

Ironman Texas

Passabler Saisoneinstieg für Sara und Andreas Bund beim Ironman in Texas. Sara landete mit 12:22 auf dem 34. Platz ihrer AK und Andreas mit 10:07 auf dem 5. Platz. Herzlichen Glückwunsch.

Jetzt anmelden

aok-kurse.de

Mehr Lebenslust für alle

Die AOK-Gesundheitskurse

Weniger Stress, bessere Laune und mehr Bewegung mit unseren kostenfreien Online-Seminaren sowie Gesundheitskursen vor Ort und im Netz

Gesundheit erLEBEN

AOK Rheinland-Pfalz/Saarland
Die Gesundheitskasse.

15. Int. BMW Müller-Dynamic X-Duathlon

X-Duathlon im Weißhauswald – der coolste Cross fand am 05.03.23 zum 15. Mal statt

323 Athleten erreichten erfolgreich das Ziel im Waldstadion. Glücklicherweise gab es keine großen Pannen oder Verletzungen, so dass das Notfallteam „arbeitslos“ den Tag verbrachte. Matthias Frohn vom TuS Schleiden 1908 schaffte es in diesem Jahr verdient den Sieg für sich einzuheimsen, nachdem er in den vergangenen Jahren mehrfach von den Einheimischen Jens Roth und Andreas Theobald auf Platz 3 verwiesen worden war. Jens Roth fiel verletzungsbedingt aus, dafür erreichte Andreas Theobald (kürzlich erst Vater geworden und voll im Berufsleben) hinter Clemens Fox erfolgreich den dritten Platz.

Besonders stolz sind wir auf die 102 Teilnahme von jungen Athleten Schüler D bis Jugend A, die in diesem Jahr unter dem Namenssponsor THEES+PARTNER Beratende Ingenieure bei der 15. Ausgabe des X-Duathlons an den Start gegangen sind. Besonders stark war die Gruppe der 0-9-Jährigen mit 42 Teilnehmenden vertreten. 2023 war die Jugend besonders schnell unterwegs aufgrund der guten Streckenbedingungen (kaum Matsch) und natürlich der herausragenden sportlichen Fähigkeiten. Somit konnte in diesem Jahr der Zeitplan besonders gut eingehalten werden und bescherte den Helfenden erstmals eine ausgiebige Mittagspause.

Mit 26 Startern war der gastgebende Verein Tri Post Trier das Team mit den meisten Teilnehmern.

(3er Set Fotos: Ludwig Christ)

Der Int. BMW Müller-Dynamic ist Teil der REGIO CHALLENGE X-Duathlon.

DANKE für 15 Jahre X-Duathlon

Tri Post Trier bedankt sich bei Jürgen Hoffmann, Bernd Kneer, Helmut Rach, Miriam Grünewald-Kneer und Andreas Grub für 15 Jahre ehrenamtliche Arbeit beim X-Duathlon.

Ein großer Dank geht an das komplette Orga-Team mit Nicole Böhme-Laglasse, Frank Christmann, Gerd Ludes, Markus Paul, Helge & Andi Orlt und Natalie Quirin, welches in den vergangenen Jahren gemeinsam den X-Duathlon gestemmt hat.

Ergebnisse Cross der Asse:

w 1. Alexandra Rudl Nonplusultra Esslingen, 01:43:04.0 Gesamt
2. Anne Meier PST Trier, 01:48:57.7 Gesamt
3. Carmen Coljon CSN Clervaux, 01:53:22.1 Gesamt
m 1. Mathias Frohn TuS Schleiden 1908, 01:22:09.5 Gesamt
2. Clemens Fox Raceextract Racing Team, 01:23:31.5 Gesamt
3. Andreas Theobald Tri Post Trier, 01:26:01.0 Gesamt

Ergebnisse Kids:

Schüler D (200m-1km-200m)
w 1. Charlotte Klopp Tri Post Trier 06:36.5
2. Leonie Jarr Tri Post Trier 06:40.2
3. Freya Kubik SC Heuler 07:29.9
m 1. Nils Luis Werle MTB Sport Saar-Obermosel 06:21.3
2. Mats Münker TUS Enkirch 06:25.0
3. Lorenz Thomann Stegaurach 06:27.0

Schüler C (400m-1km-400m)
w 1. Susie Vandenbussche Tri Post Trier 12:12.3
2. Lili Beck TGV 54 12:56.4
3. Marlene Schütz STEULER Trikids RSG Montabaur 14:40.9
m 1. Leonard Thomann Stegaurach 11:57.9
2. Moritz Ludwig Tri Post Trier 13:30.4
3. Jonah Krahn Tri Post Trier 13:34.9

Schüler B (1km-4km-500m)
w 1. Juna Bäcker STEULER Trikids RSG Montabaur 17:50.2
2. Charlotte Schütz STEULER Trikids RSG Montabaur 22:19.5
3. Nora Simon CSN Clervaux 23:12.9
m 1. Elias Paul Werle MTB Sport Saar-Obermosel 19:02.7
2. Jannis Schwabe STEULER Trikids RSG Montabaur 19:14.3
3. Lasse Natter Dreikraft Neunkirchen 20:19.0

Schüler A (1km-4km-500m)
w 1. Emie Vandenbussche Tri Post Trier 27:05.2
2. Ida Wendland STEULER Trikids RSG Montabaur 27:54.3
3. Lilly Förster Tri Post Trier 29:46.1
m 1. Jan Steiner Celtic Diekirch 28:45.4
2. Tim Steiner Celtic Diekirch 29:05.8
3. Sebastian Molnar RV Traube Orscholz 29:42.5

M. Mallmann • Umzüge • Möbellagerung • Tel.: 0651/ 24001 • www.mallmann.com

Spendenübergabe X-Duathlon

In diesem Jahr konnten wir eine Spendensumme von 554 Euro an die **Villa Kunterbunt** des Klinikums Mutterhaus überweisen.

Wir danken allen Teilnehmern für ihre Spenden!

Foto: Dr. Stefanie Meyer, 2. Vorsitzende Tri Post Trier mit Janina Ahrens & Nicole Böhme-Laglasse und Tri Kids bei der Spendenübergabe mit Dr. Christoph Block, Villa Kunterbunt.

Was gibt's Neues für die Saison 2023?

Alle Infos zur 1. Triathlon Bundesliga, Regional Liga Herren und Damen, sowie Masters findet Ihr ab Mai auf unserer neuen Website triposttrier.de

TRIMTEX ist neuer Ausstatter im Bereich Sportkleidung für die Tri Post Trier.

Wir freuen uns auf eine erfolgreiche Saison voller sportlicher Highlights zusammen mit Euch!

Mit Schwung und neuen Sponsoren starten die Tri Kids in die kommende Saison

Wir freuen uns sehr über die Kooperation mit neuen, lokalen Sponsoren für unsere Tri Kids.

Mit eurer Unterstützung können wir unsere Kinder- und Jugendarbeit weiter ausbauen und fördern.

Herzlich Willkommen im Team Tri Kids Trier:
Borne Firmengruppe, Entrapaulus Constructions, Eu-Rec GmbH, sowie Ingenieurbüro Peters - Küs-Prüfstelle Trier, Güntzer + Brandstätter Zahnärzte, Annen Plus S.A. und unsere langjährigen Partner Optik Ruschel, Fleischerei Martin, Pschebizin Proficoaching und Alsecon Alarm- & Sicherheitssysteme **Danke** für eure Unterstützung!

Für die Tri Post Trier - Janina Ahrens

Wandern – Bericht Abteilung Wandern und Fahrten für Vereinsheft II/23

Verfasser: Armin Koch
Abteilungsleiter
Tel.: 0172 6894303

Neuer Abteilungsvorstand Wandern und Fahrten

Am 11.12.2022 führte die Abteilung Wandern und Fahrten bei leichtem Schneefall eine Jahresabschlußwanderung 2022 von Kell am See zur Ruwerquelle und zurück durch.

Im Rahmen dieser Wanderung wurde auch ein offizieller Akt vollzogen. Nachdem die Abteilung über einen längeren Zeitraum keine Abteilungsleitung hatte, wurde dieser Missstand an diesem Tag erfreulicherweise abgestellt. Im Rahmen einer Wahl wurde Herr Armin Koch zum Abteilungsvorsitzenden, Frau Gisela Sirznich als stellv. Abteilungsvorsitzende sowie 1. Delegierte und Herr Hans Retiene zum 2. Delegierten gewählt. Alle drei neuen „Würdenträger" sind gleichzeitig die drei offiziellen Wanderführer und sorgen mit ihrem Engagement somit schon für den ordnungsgemäßen Wanderbetrieb in der Abteilung. Nach der Wanderung fand ein gemütlicher Ausklang mir einem gemeinsamen Essen im Gasthaus Fronhof direkt am See statt. Hierbei nutzte der neue Abteilungsvorsitzende Armin Koch die Gelegenheit, den Wanderfreunden für ihre regelmäßige Teilnahme an den zahlreichen Wanderungen zu danken. Natürlich wurden auch kleine Nikolaustütchen verteilt, die mit selbstgebackenen Plätzchen des Abteilungsleiters in ihrer Wertigkeit deutlich aufgewertet wurden. Weiterhin dankte Armin Koch besonders den Wanderführern für ihr stetes Engagement für die Abteilung und die immer schönen und abwechslungsreichen Wanderungen im näheren und weiteren Umfeld von Trier. Er machte nochmals deutlich, dass es ohne Wanderführer auch keine Wanderabteilung gibt. Jedem Wanderführer wurde als kleiner Dank eine gute Flasche Wein überreicht. Anschließend wurden in den Gesprächen die vielen schönen Erlebnisse (Wanderungen, 4-tägige Wanderfahrt, Schlußraste) des vergangenen Jahres Revue passieren gelassen und somit die Vorfreude auf das kommende Jahr 2023 angeheizt. Insbesondere für die 4-Tage-Wanderfahrt vom 22.05. - 25.05.2023 in den Schwarzwald.

Besser als mit Worten kann man die Aktivitäten der Abteilung Wandern und Fahrten mit schönen Bildern darstellen. Obwohl das Wetter im bisherigen Jahr 2023 noch nicht sehr wanderfreundlich war, wurden regelmäßig Wanderungen durchgeführt. Für die zukünftigen Wanderungen sind alle Mitglieder des Vereins, aber auch Nichtmitglieder herzlich eingeladen, sich uns anzuschließen. Wir brauchen keinen Strom, wir

brauchen kein Wasser, wir brauchen keine Sportstätte. Alles was wir brauchen, ist gute Laune und unsere wunderschöne Natur, die wir gemeinsam genießen wollen. In diesem Sinne……..

Mit freundlichen Grüßen
Die Wanderführer Hans Retiene, Gisela Sirznich, Armin Koch

Impressionen der Wanderungen

M. Mallmann • Umzüge • Möbellagerung • Tel.: 0651/ 24001 • www.mallmann.com

Wanderungen PST 2. Halbjahr 2023 Stand: 01.06.2023

Wochentag	Datum	Wanderführer	Wanderung	Kontakt
Donnerstag	06.07.2023	Gisela Sirznich	siehe Internet PST / „Die Woch“	0176/23336744
Sonntag	09.07.2023	Hans Retiene	siehe Internet PST / „Die Woch“	0651/38196
Donnerstag	20.07.2023	Gisela Sirznich	siehe Internet PST / „Die Woch“	0176/23336744
Sonntag	23.07.2023	Armin Koch	siehe Internet PST / „Die Woch“	0172/6894303
Donnerstag	03.08.2023	Gisela Sirznich	siehe Internet PST / „Die Woch“	0176/23336744
Sonntag	06.08.2023	Armin Koch	siehe Internet PST / „Die Woch“	0172/6894303
Donnerstag	17.08.2023	Gisela Sirznich	siehe Internet PST / „Die Woch“	0176/23336744
Sonntag	20.08.2023	Hans Retiene	siehe Internet PST / „Die Woch“	0651/38196
Donnerstag	31.08.2023	Gisela Sirznich	siehe Internet PST / „Die Woch“	0176/23336744
Sonntag	03.09.2023	Armin Koch	siehe Internet PST / „Die Woch“	0172/6894303
Donnerstag	14.09.2023	Gisela Sirznich	siehe Internet PST / „Die Woch“	0176/23336744
Sonntag	17.09.2023	Armin Koch	siehe Internet PST / „Die Woch“	0172/6894303
Donnerstag	28.09.2023	Gisela Sirznich	siehe Internet PST / „Die Woch“	0176/23336744
Sonntag	01.10.2023	Hans Retiene	siehe Internet PST / „Die Woch“	0651/38196
Donnerstag	12.10.2023	Gisela Sirznich	siehe Internet PST / „Die Woch“	0176/23336744
Sonntag	15.10.2023	Armin Koch	siehe Internet PST / „Die Woch“	0172/6894303
Donnerstag	26.10.2023	Gisela Sirznich	siehe Internet PST / „Die Woch“	0176/23336744
Sonntag	29.10.2023	Armin Koch	siehe Internet PST / „Die Woch“	0172/6894303
Donnerstag	09.11.2023	Gisela Sirznich	siehe Internet PST / „Die Woch“	0176/23336744
Sonntag	12.11.2023	Hans Retiene	siehe Internet PST / „Die Woch“	0651/38196
Donnerstag	23.11.2023	Gisela Sirznich	siehe Internet PST / „Die Woch“	0176/23336744
Sonntag	26.11.2023	Armin Koch	siehe Internet PST / „Die Woch“	0172/6894303
Donnerstag	07.12.2023	Gisela Sirznich	siehe Internet PST / „Die Woch“	0176/23336744
Sonntag	10.12.2023	Armin Koch	siehe Internet PST / „Die Woch“	0172/6894303
Donnerstag	21.12.2023	keine Wanderung	Weihnachtsvorbereitung	
Sonntag	24.12.2023	keine Wanderung	Heiligabend	

Die Wanderungen werden mindestens 14 Tage vorher mit Treffpunkt, Startpunkt und Streckenlänge auf der Internet-Seite des PST bekanntgegeben, sowie bei Facebook und Instagram. Des Weiteren werden diese in der Vorwoche durch die Zeitung „Die Woch“ veröffentlicht. Länge der Wanderungen in der Regel zwischen 10 und 15 Kilometer.

Besuchen Sie unsere GaLaBau Ausstellung

In unserer neuen Ausstellung finden Sie jetzt auf ca. 300 Quadratmetern Fläche Inspiration für Ihre Gartengestaltung.

Egal ob Terrassen, Wege oder Mauersysteme, Beete und Wasserspiele, wir zeigen Ihnen, wie Sie Ihren Garten vielfältig und modern gestalten können.

In den Öffnungszeiten montags bis freitags von 7 bis 17.30 Uhr und auch samstags von 8 bis 13 Uhr ist die Ausstellung barrierefrei zugänglich.

Unsere Fachverkäufer für die Bereiche GaLaBau, Hoch- und Tiefbau beraten Sie gerne – kommen Sie vorbei!

BAUBEDARF JAKOBS GMBH

Luxemburger Straße 22-24 • 54294 Trier • +49 651 840 110 info@baubedarf-jakobs.de

Unsere Angebote für Sie:

La Tierra

Pflaster, Palisaden, Stufen, Platten

Verwandeln Sie Ihre Gärten, Terrassen und Eingangsbereiche in charmante Lieblingsplätze.

Egal ob nostalgisch, geradlinig oder verspielt – mit der sehr großen Farbvielfalt und unaufdringlicher Zurückhaltung überzeugt La Tierra / Kann auf ganzer Linie.

„Kaufen, wo die Profis kaufen!“

www.baubedarf-jakobs.de

Reiten –

Für die diesjährige Fastnachtszeit hatte die Reitabteilung ein buntes Programm zusammengestellt.

Für die Schulreiter gab es ein Kostümwettbewerb bei dem sich die Schüler kreativ ausleben konnten. Dies haben sie auch mit vollem Erfolg geschafft von Feenland bis Safari haben die Kinder ihrer Fantasie freien lauf gelassen.

Bei unseren Einstellern ging es an den närrischen Tagen auch hoch her mit einem, Kostümspringen konnten sich unsere Springreiter messen. Aber auch die Helden von der Bande konnten das ganze bei Snacks und Getränken genießen.

Durch die positive Resonanz der Teilnehmer freuen wir uns auch nächstes Jahr wieder darauf unsere Mitglieder in der Fastnachtszeit zu begrüßen.

Wir freuen uns auch auf die weiteren geplanten Veranstaltungen für unsere Mitglieder der Reitabteilung.

Unser Weg geht nur gemeinsam.

Schritt für Schritt: Auf unserem Weg zur energieneutralen Region haben wir es schon weit gebracht.
2008 haben wir unser erstes Solarkraftwerk in Föhren in Betrieb genommen. Inzwischen betreiben wir 26 Windkraftanlagen, 90 Photovoltaik- und fünf Wasserkraftanlagen. Das sorgt für 232 Mio. Kilowattstunden saubere Energie.
Was wirklich bei dieser Rechnung zählt? Unsere Kunden: Denn wer von uns Energie kauft, setzt sich automatisch für eine energieneutrale Region ein.

Heute schon an morgen denken.

SWT

RAABDRUCK

WIR BRINGEN IHRE IDEE AUF'S PAPIER.

- IDEE & REALISATION
- DRUCK
- WEITERVERARBEITUNG
- LOGISTIK & VERSAND

OFFSETDRUCK & DIGITALDRUCK

Beratung · Layout · Datenhandling · PDF-Workflow · Bildbearbeitung

Bücher · Broschüren · Flyer · Prospekte · Imagefolder · Mappen
Formulardruck · Endlossätze · Geschäftsdrucksachen · Newsletter
Kalender · Display · Mailing · Lettershop · Plakate · Programme
Zeitschriften · SK-Etiketten · Aufkleber · Versandtaschen · Kuverts

Niederkircher Straße 2
D-54294 Trier

Telefon +49 651 8 30 99

info@raabdruck.de
www.raabdruck.de

Klimaneutral
Unternehmen
ClimatePartner.com/11340-1310-1001

Steuerberater
Wolfgang Just

Tätigkeitsschwerpunkte

im unternehmerischen Bereich:

- Finanzbuchhaltung
- Lohnbuchhaltung
- Jahresabschluss
- Betriebswirtschaftliche Beratung
- Gründungsberatung

im privaten Bereich:

- Einkommensteuererklärung
- für Arbeitnehmer,
- Pensionäre, Rentner
- Vermieter und Grenzgänger
- Erbschaft-, Schenkungsteuer
- Testamentsvollstreckung

JUST

Max-Planck-Straße 10
54296 Trier

Telefon +49 (0)651 93 80 70
Telefax +49 (0)651 93 80 715

Internet www.stb-just.de
eMail just@stb-just.de

NATUS

INDUSTRIAL SOLUTION SYSTEMS

ATEMBERAUBEND

Starte jetzt deine Ausbildung bei NATUS

PRECISION IN DETAIL

AUSBILDUNG BEI NATUS

WIR BILDEN AUS (m/w/d)

- Industrieelektriker
- Elektroniker für Betriebstechnik
- Maschinen- und Anlagenführer
- Konstruktionsmechaniker
- Technischer Produktdesigner
- Technischer Systemplaner
- Fachinformatiker
- Industriekaufmann
- Fachkraft für Lagerlogistik

NATUS GmbH & Co. KG · Loebstraße 12 · 54292 Trier
E-Mail: ausbildung@natus.de · www.natus.de

Instagram

Facebook