

# Der Foxtrott

Das Freizeitmagazin der Tanzsportabteilung im MSV



November 2002

Ausgabe 3



Die Tanzsportabteilung

für proaktive Tänzer

---

*Die Mitglieder der Tanzsportabteilung  
gratulieren dem Übungsleiterpaar  
Sybill und Hubert Greß  
für 5 Jahre erfolgreiche Tätigkeit für  
die TSA*



## Themen der Ausgabe

Kurznachrichten

Interview mit den Machern der TSA

### 5 Jahre positiver Stress

Aktivitäten der TSA

Möchten Sie als Steinfiguren herumsitzen?

Einen schönen Vatertag, Männertag, Herrentag

Entspannungstanz für 1001 Nacht

Winterymnastik für Bauch, Beine, Po

Wir brauchen keine Gesundheitsreform – wir kuren in der TSA

Einladung zur Westerparty

Vögelis Wandertouren

### Sieben auf einen Streich

Die TSA grillt

Alte Weisheit auch für die letzten Sofastrapazierer

---

## Jubiläumsausgabe 5 Jahre Tanzsportabteilung im MSV

Kurznachrichten - Aktionen - Höhepunkte - News  
- Neuigkeiten

TSA Paar wieder vorn dabei

Die Tanzsportabteilung des MSV zeichnet sich weiterhin durch Erfolge aus. Das Paar Karl-Heinz und Margit Priemer ertanzten sich beim Turnier des TSC Grün- Gelb Erfstadt in dessen Sportzentrum am Sonntag den 28.04.02 in den Standardtänzen der Senioren D II unter 13 angetretenen Paaren einen verdienten 3. Platz und haben damit den Aufstieg in die C-Klasse erreicht.



Die Erfolgsserie reißt nicht ab

Die Tanzsportabteilung des MSV zeigt weitere Erfolge in der C-Klasse der Standardtänze. Das Paar Karl-Heinz und Margit Priemer ertanzten sich gegen starke Konkurrenz beim Turnier des TSC Rot-Weiß Karlsruhe in dessen Sportzentrum am Sonntag den 5.05.02 in den Standardtänzen der Senioren C II unter 7 angetretenen Paaren einen ausgezeichneten 2. Platz und haben sich damit bei bestehendem Konzept als Neueinsteiger in die C-Klasse sofort einen Namen gemacht.

Hessen tanzt

Und wieder haben sie die TSA glänzend vertreten. Unter 31 Paaren erreichten Karl-Heinz und Margit Priemer am 10. Mai beim Turnier „Hessen tanzt“ in Frankfurt einen ehrenvollen 6. Platz. Die Mitglieder schauen mit Spannung auf das was noch kommt und freuen uns mit dem Paar.

Landesmeisterschaft Rheinland-Pfalz 2002 - Bronze

Das Paar Karl-Heinz und Margit Priemer ertanzte sich bei den Landesmeisterschaften des Rheinland-Pfalz Turniers gegen starke Konkurrenz beim TSC Ingelheim in dessen Sportzentrum am Sonntag den 26.05.02 in den Standardtänzen der Senioren C II unter 8 angetretenen Paaren einen ausgezeichneten 3. Platz und haben damit wieder Punkte zum Aufstieg in die B-Klasse sammeln können.

## Der Erfolg spielt auf internationaler Bühne

Die Tanzsportabteilung des MSV zeigt auch auf grenzüberschreitenden Turnieren, dass sie Erfolge holen kann. Das Paar Karl-Heinz und Margit Priemer traten an beim 17. Deutsch-Schweizerischen Tanzsportmeeting in Waldshut-Tiengen gegen starke Konkurrenz u.a. aus der Schweiz und Frankreich beim Turnier des TSC Blau-Weiß im historischen Kornhaus. Unter 17 angetretenen Paaren erreichte das Paar des MSV in der Klasse C Senioren II einen beachtenswerten 3. Platz und holten sich damit 10 weitere Punkte zum Aufstieg in die B-Klasse.

## Die TSA sorgt sich auch um die Fitness

Die TSA lud alle Interessierten zur Teilnahme an ihrem Fitnessprogramm für das Frühjahr und den Sommer ein. Unter Anleitung einer ausgebildeten und anerkannten Fachkraft wurden mit den Kursteilnehmern (Damen und Herren gleichermassen) Übungen zur Stärkung und An- und Entspannung der Muskulatur speziell bei Rückenbeschwerden und Osteoporose durchgeführt. Kursdauer war Montag, den 15. April 2002 – 24. Juni 2002

## Die TSA setzt Fitness fort und erweitert für Stressgeplagte

Die TSA des MSV setzt ihr Fitnessprogramm für den Herbst und Winter fort. Unter Anleitung werden mit den Kursteilnehmern Übungen zur Kräftigung der Muskulatur speziell an den Problemzonen Bauch, Beine und Gesäss durchgeführt. Kursdauer: Montag, den 9. September 2002 – 11. November 2002 jeweils 19.00h  
Ort: Schulzentrum Mundenheim im Musiksaal, Karolina-Burger-Strasse  
Informationen : unter 0621/54 51 32

Weiterhin bietet die TSA für gestresste Mitmenschen unter dem Thema „Entspannungstanz“ Übungen an, die untermalt mit der Musik von Shakira, den orientalischen Tablas und Tamburins, gleichermassen für Entspannung sorgen wie Meditation oder Yoga. Die gleichmässigen Bewegungsabläufe relativieren die Stresshormone. Der Erfolg zeigt sich in einer inneren Ausgeglichenheit und einer körperlichen Wellnessphase durch gesenkten Blutdruck, einem Puls im Normalzustand und einer sinkenden Herzfrequenz. Durch Ihre neu gewonnene Ausgeglichenheit nach den Übungen werden Sie ihre Umwelt mit anderen Augen erleben und geniessen können.

Kursdauer: Freitag, den 13. September 2002 – 15. November 2002 jeweils 19.00h (10 Abende)

Ort: Sporthalle Albert-Schweitzer-Schule, Georg-Herwegh-Strasse 9

Informationen : unter 0621/54 51 32 oder 0621/57 86 31

( siehe auch dazu die Plakatwerbung im Mittelteil des Heftes)

## *The Finest Artists of Baroque Dancing*

Einen glänzenden Auftritt hatten die Tänzer der Gruppe bei einem Festival über das Leben der „Liselotte von der Pfalz“ in Kirrweiler im Weingut Schwaab im Juli. Die Zuschauer dankten mit anhaltendem Beifall.

Ein weiterer Höhepunkt war Ende August der Auftritt in Neustadt/Weinstrasse anlässlich des Barockwochenendes.

Gern gesehen waren auch unsere Bocktänzer im entsprechenden Rahmen im Heidelberger Schloss zu einer Veranstaltung und eines Banquettes des Essigherstellers „Doktorenhof Venningen“ im September 2002.

## *Die TSA traf sich zum diesjährigen Grillfest*

Fast schon Tradition ist das jährliche Grillfest auf dem Gelände der BASF Badegesellschaft am Willersinnweiher, das am 10. August stattfand.

## **Nicht vergessen – Resttermine 2002**

### **Veranstaltungskalender im Jahr 2002**

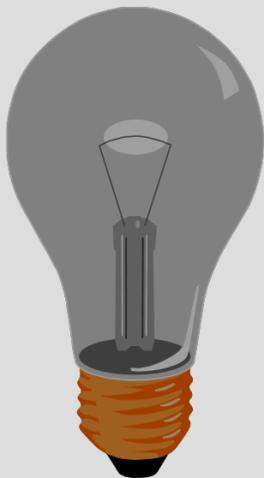
19. Oktober	Western Party
03. – 06. Oktober	Städtetour
07. Dezember	Festlicher Clubabend – Jubiläumsveranstaltung 5 Jahre TSA
08. Dezember	Weihnachtsfeier der Jugend
11. Dezember	Abteilungsversammlung
14. Dezember	Besuch eines Weihnachtsmarktes

**Der**

**Foxtrott** **setzt**

**TSA**

**VERANSTALTUNGEN**



**ins**

**rechte**

**Licht**

# Interview mit Sybill und Hubert Greß

## 5 Jahre positiver Stress als Übungsleiter



1. Fünf Jahre ist die TSA bereits fester Bestandteil des MSV. Könnt ihr ein ganz kurzes Resumee ziehen?

*Die TSA hat sich in den 5 Jahren zu einer Abteilung entwickelt, deren Angebot und Mitgliederzahl sich sehen lassen kann. Anfangs gab es eine Hobbygruppe und ein Übungsabend in der Woche. Zwischenzeitlich können die Mitglieder von Dienstag bis Freitag (zeitweise auch am Wochenende) unter verschiedenen Angeboten wählen und diese nach Lust und Laune nutzen.*

2. Was hat euch veranlasst eine Tanzsportabteilung ins Leben zu rufen?

*Nach Beendigung unserer 16-jährigen aktiven Zeit als Turnierpaar wollten wir unserem Hobby verbunden bleiben und unsere Erfahrung weitergeben.*

3. Was waren eure Visionen und Ziele?

*Tanzen ist ein sehr schönes Hobby. Es fördert die Gemeinschaft und Geselligkeit. Für uns ist es wichtig, dass die Mitglieder der TSA gerne zum Tanzen kommen und sie dabei ihren Alltagsstress abbauen können.*

4. In wieweit konntet ihr eure Vorstellungen realisieren ?

*Wir konnten viele Dinge in den 5 Jahren umsetzen. Dennoch gibt es immer wieder neue Innovationen, die interessant sind, sie zu verwirklichen.*

5. Ihr habt so viele Aktivitäten laufen, sei es die Jugend, die Hobbygruppen, die Line dancer , die Barockgruppe und die zusätzlichen Veranstaltungen. Wie organisiert ihr eigentlich das Ganze?

*Ohne einen Terminplan, eine straffe Organisation und die Mithilfe der Mitglieder ist ein Angebot wie es die TSA bietet nicht möglich. An dieser Stelle ein herzliches Danke, die uns bis jetzt unterstützt haben.*

6. In Großfirmen werden die Mitarbeiter immer wieder zu einem Motivationstraining gesandt, damit sie Spaß bei der Arbeit haben. Wer oder was motiviert eigentlich euch ?

*Sowohl positive, als auch kritische Meinungen motivieren uns.*

7. Wie stellt ihr euch die Zukunft der TSA vor?

*Die TSA sollte immer in der Lage sein sich neuen Herausforderungen zu stellen.*

8. Was sind eure Wünsche an uns Mitglieder?

*Wir wünschen uns, dass die Mitglieder der TSA uns weiter die Treue halten und uns wie bisher unterstützen.*

9. Was wünscht ihr euch vom MSV?

*Die TSA gehört als Abteilung in eigenständiger Verwaltung zum MSV. Die Mitglieder können sowohl an den Aktivitäten der Abteilung, als auch des Hauptvereins teilnehmen. Wir empfinden es als sehr positiv, wenn dies angenommen wird. Das fördert die Gemeinschaft und das Zusammengehörigkeitsgefühl.*

*Das Interview führte Rainer Adt*

# Aktivitäten der TSA

Unsere Jugend auch im Verein die Zukunft



"The Fine Artists of Baroque Dancing"



Unsere Hobbygruppe



Unsere Hexen



Unsere Ballnächte



Unsere Line-Dancer



Unsere Profis in der Senioren C-Klasse

## ***Möchten Sie so als Steinfiguren herumsitzen ?***

**Situation eines Paares, das immer noch auf dem Sofa sitzt**

Sie möchten Ihre gegenwärtige Situation ändern?  
Sie möchten wieder am sportiven Leben teilnehmen?  
Sie suchen eine Sportart die Ihren Geist und Körper aktiviert?  
Sie möchten gerne eine Sportart mit Niveau und Kreativität betreiben?  
Sie möchten die Sportart zu zweit betreiben?  
Sie möchten sich dabei auch wohlfühlen können?  
Sie möchten auch in Geselligkeiten eingebunden sein?



Sollten sie alle Fragen mit „ja“ beantwortet haben, so ist der Tanzsport die für Sie richtige Sportart, die Ihnen all das bietet. Kommen Sie ganz einfach zur TSA. Sie werden hier ohne Stress entsprechend Ihrem Kenntnisstand in einer überschaubaren Gruppe mit individueller Betreuung trainiert. Sie können dann im freien Training alles nachbearbeiten und/oder bei den kultigen Bällen im MSV Clubhaus die Fortschritte im wahrsten Sinne des Wortes ausleben und das in der von Ihnen gesuchten Geselligkeit. Sie werden feststellen, dass Sie auch in jeder Alterstufe erfolgreich an Meisterschaften teilnehmen können.

*Deshalb kommen Sie zur TSA. Sie werden sich bei uns wohlfühlen.*

*Rainer Adt*

## *Einen schönen Vatertag, Männertag, Herrentag*



so wünschten uns unsere entzückenden Damen der TSA alles Gute an jenem Donnerstag, an dem wir Männer jedes Jahr einmal im Glauben gelassen werden der Herr im Hause zu sein. Nach etlichen kalten und regenreichen Tagen sollte es am Vatertag Sonne pur geben. So kamen einige Mitglieder auf die glorreiche Idee spontan eine Radtour zu organisieren, wobei hier Karl-Heinz und Ute die Last der Organisation und Führung übernahmen. Treffpunkt war Mundenheim und eingeläutet wurde das Zweirad-Event mit einem prickelnden „Fahrwasser“, das noch gut kühl mit dem allseits berühmten TSA-Spruch „wie trinken wir heut“ in die Kehle geschüttet wurde. Aber dann saßen alle auf ihren Drahteseln, sofern der Ausdruck bei dieser Schau von High-Tech- Fahrmaschinen schon recht antiquiert klingt. Mundenheim, Rheingönheim ließen wir hinter uns, am Kiefweiher vorbei, Altrip rechts liegen lassen. Eine kleine Reifenpanne eines am Rande stehenden Fremdradlers faszinierte unsere Ute so sehr, dass sie die Umwelt vergaß, das Bremsen ebenso und nur durch gezielten Körpereinsatz des Chronisten aufgefangen werden konnte und ins wahre Leben zurückgeholt wurde. War es wirklich nur der Reifen oder der Radler, der Ute so verwirrte? Wir wollten nicht weiter philosophieren und radelten einfach weiter, natürlich mit unserer Ute. Die Sonne tat ihr Bestes und das bei strahlend blauem Himmel. Strand, Biergarten, Liegestuhl, solche Dinge erschienen wie eine Fata Morgana vor dem geistigen Auge. Aber die Tänzer und Gäste ließen sich nicht abbringen, eisern wie sie sind, und strampelten weiter bis im Blickfeld doch noch die abwegigsten Gedanken Realität wurden, es erschien die Gartenwirtschaft Rheinblick. Die Räder standen schnell in Parkposition, in formationsmäßiger Manier, fast wie im Breitensport nur diesmal in der Länge, wurden die Plätze eingenommen und die ausgedörrte Kehle kräftig benässt. Damit das Knurren des Magens nicht mehr das Klappern des Schutzbleches am Fahrrad übertönen sollte, so wurde auch hierfür das Notwendige getan. Nach entsprechender Ruhepause drängten die Organisatoren zur Weiterfahrt. Etwas wehmütig schaute man auf die im Gras am Altrhein liegenden Sonnenanbeter und konnte sich gut vorstellen den Rest des Tages in dieser Stellung zu verbringen, was sicher auch seinen Reiz gehabt hätte. Aber es hieß aufsitzen und weiter ging es über Waldsee, Otterstadt, Rinkenbergerhof und dann nach Schifferstadt als nächstem Etappenziel. Eine Statistik besagt, dass es in Deutschland 60 Millionen Fahrräder geben soll. Sollte man die Zahl als zu hoch erachten, so wurden an diesem Tag alle Zweifel unter den Tisch gekehrt. Fast hatte man den Eindruck die Deutschen seien zu Holländern

gekehrt. Fast hatte man den Eindruck die Deutschen seien zu Holländern mutiert, ob der Vielzahl dieser Fahrgeräte. Langsam spürte man die Kilometer, der Gedanke an Penatencreme wurde schon laut geäußert. Aber zuerst wurde noch das Waldfest in Schifferstadt mitgenommen. Schließlich war die Körperflüssigkeit bei diesem Wetter schnell eingedickt und musste wieder verflüssigt werden und dem Vatertag und /oder Männertag wurde mit der Blasmusik die notwendige Aufwertung zu teil. Derart gestärkt ging die Tour weiter und der Tross bewegte sich über Limburgerhof , mit Kurzstopp im Eissalon, über Maudach und erreichte wohlbehalten den Ausgangspunkt. Eine spontane Idee wurde zu einem fröhlichen Ereignis bei herrlichem Wetter. Und das passiert natürlich nur in der TSA. Oder nicht?

*Rainer Adt*

## The fine Artists of Baroque Dancing

Ein wohlklingender Name- ein weiter Weg bis dahin.

Zunächst war da **eine Idee- ein paar aktive Paare und Kostüme.**

Das waren die Ausgangspunkte, die zur Gründung dieser Gruppe führten. Frau Sybill Greß brauchte für das 1jährige Jubiläum der TSA 1998 einen Programmpunkt, der was hermachte. Eine „Mystische Nacht“ wurde als Thema gewählt. Hexen, Gaukler Zauberer und ein Hofstaat durften nicht fehlen. Schnell waren Schrittfolgen und Gesten einstudiert. Die benötigte Garderobe wurde kurzerhand im Kostümverleih geordert. Nun konnte dem Auftritt nichts im Wege stehen. 6 Paare und ein Quasimodo zeigten gekonnt Schrittkombinationen im Stile des „Altenglischen Country“. Der Auftritt war ein großer Erfolg und machte den Teilnehmern Mut, dies zu wiederholen.

Zunächst war aber mal Pause angesagt. Erst im März 2000 fand sich wieder eine Gruppe zusammen, die eine erste Probe der „Alten Tänze“ absolvierte. Man wollte sich regelmäßig treffen. Ein Termin wurde gesucht und gefunden. Nun konnte es wieder losgehen. Frau Greß und Klaus Roth informierten sich zwischenzeitlich über die Möglichkeit, die entsprechende Kleidung zu fertigen. Mit Schnitten aus Bayreuth kamen sie zurück. Der erste Treff zum Schneidern war daraufhin im Mai 2000. Nun kamen die Nähadeln zum Glühen. Jeder versuchte sich so gut er konnte und brachte seine Ideen ein. Hilfe war angesagt. Ria Mathes war als Ratgeberin stets zur Stelle und half wo sie konnte. Auch Bärbel Kliner und die vielen anderen Helfern standen den Paaren zur Seite. Viele Stunden waren notwendig, ja sogar bis tief in die Nacht hinein, um alle Nähte, Verzierungen und Knöpfe dahin zu bringen, wo alles hingehörte. Notwendige Perücken wurden ausgesucht und beschafft. So entstanden doch nach und nach Roben, die sich sehen lassen konnten.

Ein erster Auftritt zur Hochzeit von Christina Vollmer am 08.07.2000 sorgte dann für triebames Üben und für Lampenfieber, man wollte ja gut sein. Schließlich sollte das Hochzeitspaar von der Leistung der Tanzgruppe begeistert sein. Drei Paare sorgten dann auch vor der Barockkirche in Kirrweiler für das nötige Flair. Der Pfarrer und die Anwesenden waren begeistert von der tänzerischen Darbietung.

Die Gruppe vergrößerte sich auf 5 Paare und zeigte am 17.09.2000 auf einem altherwürdigen Hof bei einem Mittelalterlichen Spektakulum durchaus, dass sie ihr Metier beherrscht. In dem nicht ganz zeitgemäßen Ambiente des Mittelalters konnten die Barock-Tänzer den Besuchern des Nonnenhofes zeigen, wie der englische Hochadel am Hof zu seiner Zeit tanzte.

Weitere Auftritte folgten, wie z.B. beim Festlichen Clubabend, der Weihnachtsfeier des Stammvereines MSV. Selbst Politiker, allen voran der Ministerpräsident von Rheinland-Pfalz, Kurt Beck, waren im Februar 2001 beim Jubiläum 125 Jahre SPD-Mundenheim, begeistert.

Der Höhepunkt folgte sodann im Juni 2001 beim Spektakulum der Stadt Ludwigshafen. Die Gruppe hatte nun nach langer Suche einen Namen und konnte sich als „**The fine Artists of Baroque Dancing**“ dem breiten Publikum präsentieren. Bei höfischer Musik, Fackelbeleuchtung und den flanierenden Paaren konnte man unschwer erkennen, dass etwas „Besonderes“ zu sehen sein würde. Mit eleganten Schrittkombinationen und feinen, höfischen Gesten zeigten die Paare die Leichtigkeit der Bewegung. Die Belohnung folgte dann sofort mit viel Beifall und einer guten Presse. Weitere Auftritte folgten.

Als Überraschungsgäste bei der Hochzeit von Thomas Witter im März 2002 konnte die Barockgruppe die Gesellschaft in Staunen versetzen. Die Augen des Brautpaares und deren Gäste sahen begeistert der Tanzaufführung zu.

Ein Fototermin im Gesellschaftshaus der BASF fand im Juni 2002 statt. Da wurden die Kleider gerichtet, das Make-up korrigiert, Puder aufgelegt. Jedes Paar zeigte sich von der schönsten Seite. Mit Aufnahmen im Haus und im Außenbereich wurde ca. 180 Bilder gemacht. Einzelbilder und Gruppenbilder sorgten für immer neue Standorte und Variationen. Die schönsten Bilder werden verwendet, um die Gruppe in der Werbung präsentieren zu können. Die Fotoarbeiten mit Herrn Rolf Vögt dauerten immerhin fast den ganzen Tag und machten trotz der Hitze sehr viel Spaß.

Mit Liselotte von der Pfalz traf man sich am 08.07.2002 in Kirrweiler beim Weinfest. Das Vorlesen von Briefen der höfischen Dame wurde unterbrochen durch aristokratische Tänze der Barocktanzgruppe „**The fine Artists of Baroque Dancing**“, die mit dem Zeremonienmeister Rolf Aschenbrenner, etwas von höfischem Flair zeigen konnte.

Beim Sommerfest der Pro Seniore Residenz in Obrigheim am 10. August 2002 entführte die Tanzgruppe die Heimbewohner, wenn auch nur für wenige Minuten, aus ihrem Alltag in eine Zeit der feinen Künste. Begeistert und aufmerksam schauten Sie den Tänzerinnen und Tänzern zu und zeigten das Wohlgefallen mit langem Beifall, der ja bekanntlich das Brot der Künstler ist.

Weitere Termine bei den Barocktagen in Neustadt am 31.08. und 01.09.2002, auf dem Heidelberger Schloß am 06.09.2002 und am 19.10.2000 in Bobenheim-Roxheim zeigen, die Gruppe ist auf einem guten Weg, sich auch außerhalb des Vereinslebens, einen Namen zu machen. Was nicht zuletzt auch ein Verdienst von Judith und Jürgen Weinberg ist, die sich beide als Co-Trainer in den Übungsstunden sehr engagiert um die Weiterentwicklung der Gruppe bemühen. Dafür sagen alle Gruppenmitglieder hier an dieser Stelle ein großes „Danke“.

### **Derzeit sind Mitglieder der Barockgruppe:**

Judith und Jürgen Weinberg  
Ilona Frydrych und Ralf Schiback  
Margit und Karl-Heinz Priemer  
Rolf Aschenbrenner

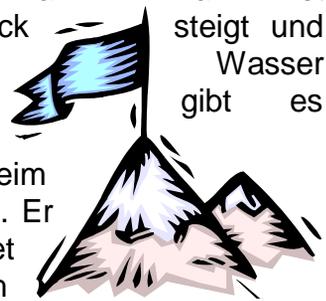
Bernhard Fahlbusch und Cordula Büst  
Theresia Jacobs und Rainer Pfeiffer  
Helga und Gerhard Witter

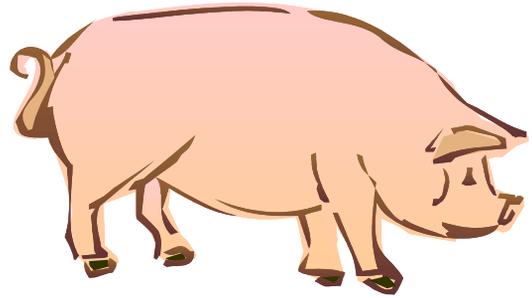
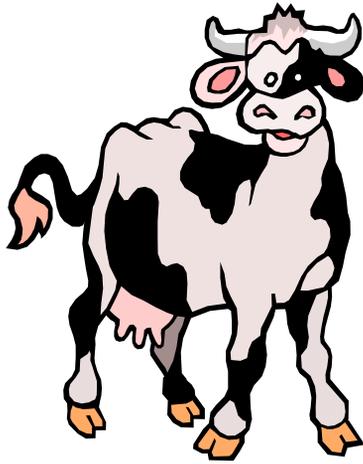
*Karl-Heinz Priemer*

# Sieben auf einen Streich

## Wo Landschaft und Landwirtschaft noch eins sind

Stellen Sie sich vor, Sie schauen hinaus und es regnet in Strömen. Die Tagesschau verkündet Überschwemmungen. Aber das juckt den harten Kern der TSA´ler nicht. Sie vertrauen ganz auf Hans und Edith Vögeli, die mit uns das Parkett mit dem Waldboden tauschen wollten. Und es kam wie es kommen musste. Am Wochenende verflüchtigten sich die Wolken und am Sonntag war ein Wanderwetter, wie man es sich besser nicht wünschen konnte. Die Stimmung war bestens, der Frankenthaler Bahnhof, als Ausgangsziel, wurde ruck zuck von den Tänzern bevölkert, die pünktlich, wie könnte es auch anders sein, mit dem Triebwagen der vielbescholtenen Bahn durch die Wingert der Pfalz gefahren wurden, um dann an der Endhaltestelle, mitten im Wald am Eiswoog, auszusteigen. Es war schon ein Hingucker wert. Die Damen und Herren, sonst in feinen glänzenden Tanzschuhen, heute in grobstolligem Laufwerk. Aber die TSA´ler sind ja Allroundtalente, wenn es darum geht Spaß zu haben. Von der Haltestelle stieg man erst mal ins Tal zur Stumpfwald-Schmalspurbahn, die uns gern ein Stückchen transportiert hätte, aber wir liessen uns nicht verführen, wir wollten ja selbst wandern, jedenfalls zu diesem Zeitpunkt, noch. Natürlich, ganz klar, wenn man im Tal ist muß es erst mal aufwärts gehen, damit der Blutdruck steigt und die Poren sich öffnen dürfen, schließlich muß ja Wasser raus, damit Weizenbier wieder rein kann. Natürlich gibt es auch Phänomene, wie unser Karl-Heinz, der glaubhaft versicherte, dass Schwitzen weder beim Wandern noch bei den Tanzturnieren ein Thema sei. Er hat sicher ein Geheimrezept, der Chronist vermutet etwas chinesisches unausprechliches. Das wäre doch eine Marktlücke, um allen Geplagten zu helfen, das 24-Stunden Deo wegzuworfen, das sowieso das nicht bringt, was es verspricht. Der Berg war erklommen, die erste Raststätte erreicht, das „Hohe Gericht“. Hier wurden in alten Zeiten die kleinen und großen Gauner aus neun Gemeinden der Gerichtsbarkeit unter dem Grafen von Leiningen zugeführt. Ein Hinweis, dass es doch vielleicht vorgekommen sei, dass ein Urteil direkt ausgeführt wurde, indem der Delinquent an einen Baum gehängt wurde, rief doch bei einigen mit großer Vorstellungskraft eine Gänsehaut hervor – oder war es doch nur der kurzzeitig aufgekommene frische Wind. Jedenfalls entstand ein kurzes Stehkonvent, um den Flüssigkeitsverlust auszugleichen. Weiter folgten wir dem Wegweiser „Retzberghütte“. Es war schon gut, dass wir einen Führer hatten, denn so konnte man sich voll und ganz der Konversation widmen und förderte damit schon automatisch den notwendigen Luftaustausch – Stadtluft aus der Lunge – Waldluft hinein. Und die Kilometer waren kein Thema. Ein idyllischer See mit Hütte, der Retzberghütte, so stellt man sich eine Pause schon vor, Natur pur. Der Rucksack zeigte nun seinen Inhalt, aber es sollte ja nur eine Zwischenstation vor dem eigentlichen Ereignis werden. Und so drängten auf einmal die Wandersleute zum Aufbruch. Das Tempo steigerte sich ganz von allein und ehe wir uns versahen, standen wir vor dem „Ripperterhof“. Damit hatte Hans nicht gerechnet, dass wir so unter Dampf standen. Auch die Wirtsleute kamen in Hektik, denn so viele hungrige Mäuler auf einmal zu stopfen, das war schon eine logistische Aufgabe für die Küche.





Wer bisher nicht wusste, dass zu einer Rinder- und Schweinezucht auch ein Misthaufen gehört, der hat das jetzt an den zahlreichen Fliegen gemerkt. Zwecks Vertreibung wedelten manche mit einer Art Fächer, manche hauten auf die Fluggeräte,  aber es fehlte sozusagen das tapfere Schneiderlein, das halt sieben Stück auf einmal erschlagen konnte. Jedenfalls bemühte sich die ganze Familie die TSA´ler mit den gewünschten Rumpsteaks zu versorgen, so wie sie in einer Restauration etwas abseits der Zivilisation üblich sind, groß, schmackhaft und preisgünstig.

Und für die Getränke sorgte die Oma, schon im biblischen Alter, aber die Malboro qualmte, der Obstler verdünnte das Blut, die Treppe gings noch runter, aber wieder hinauf, da musste der Chronist nach Aufforderung helfen: „Meschder, geb mer mol die Hand und zieh mich nuff“, was auch bereitwillig erfolgte. Nach dieser Stärkung war der Rest der Strecke zu bewältigen. Das Angebot über 2 km schlugen alle aus, denn es sollte noch mal gezeigt werden, dass wir keine Probleme mit den längeren letzten 6 km durch den Wald haben würden. Der Rückweg über das Kappellchen, wo wir das Armsünderglöckchen läuten durften bis zum Bahnhof Ramsen wurde auch noch klaglos überstanden. Die späte Diskussion im Zug, ob es tatsächlich 19 km insgesamt waren, oder ob der Schrittzähler gemogelt hätte, war kurzzeitig ein Diskussionspunkt. Eigentlich wollte aber niemand das so richtig wissen. Strahlend ob der Leistung saßen alle wieder im Zug, um im Bahnhof Frankenthal Hans und Edith für die Ausarbeitung der Wanderung zu danken. Auch wenn man am Wochenanfang etwas die Füße spüren würde, es war wieder einmal ein gelungener Tag.

*Rainer Adt*

# *Willkommen im VitaParc der TSA*

*Die Wintergymnastik der TSA für Bauch, Beine und Po*

*Kursbeginn: 9. September 2002*

*10 Abende*

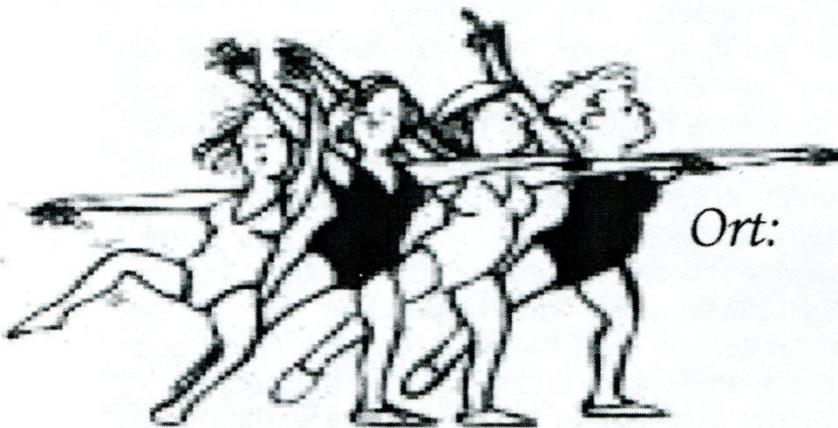
*19.00 – 20.00 h*

*Ort: Musiksaal  
Schulzentrum*

*Mundenheim*

*Kursgebühr: Mitglieder 17.- Euro*

*Gäste 20.- Euro*



*Um frühzeitige Anmeldung wird gebeten.*

*Anmeldung: während der Übungsstunden  
oder unter 0621/545132 Jäger*

**MSV Ludwigshafen 1903 e.V. Tanzsportabteilung**

67065 Ludwigshafen –Mundenheim

Kalmitstrasse 25

# *Entspannungstanz für 1001 Nacht*



*Kursbeginn: 13. September 2002*

*10 Abende*

*Uhrzeit: 19.00 – 20.00 h*

*Ort: Sporthalle Albert-Schweitzer-Schule*

*Georg-Herwegh-Strasse 9*

*Kursgebühr: Mitglieder 17.- Euro*

*Gäste 20.- Euro*

*Um frühzeitige Anmeldung wird gebeten, da nur eine begrenzte Teilnehmerzahl aufgenommen werden kann.*

*Anmeldung: 0621/57 86 31 Hagenmüller*

*oder 0621/54 51 32 Jäger*

# Wir brauchen keine Gesundheitsreform wir kuren in der Tanzsportabteilung

TSA 2002



Das 4-fach Wohlgefühl in der TSA- Nehmen Sie sich endlich Zeit dafür

## 1. Augen

Wer täglich alles sehen will, der braucht den Tanzsport gegen Übermüdung und Schärfung des Blickwinkels.

## 2. Bewegungsapparat

Jeder Dritte leidet darunter. Wir bringen mit Line-Dance ihre Muskeln auf Trab und die Freude am Leben zurück

## 3. Herz-Kreislauf

Allein schon die zahlreichen Veranstaltungen der TSA bringen Ihren Kreislauf in Schwung.

## 4. Atem

Atem ist Leben. Trainieren Sie Ihre Luftwege bei Walzer, Jive, Fox, Cha Cha, Rumba und Samba

Noch Fragen? Informationen erhalten Sie unter Tel. 0621/5889032



### *Die TSA hat gegrillt*

Trotz dass man nicht von einem Sommer im herkömmlichen Sinne dieses Jahr sprechen kann, so haben sich doch bei recht frischem Abendsonnenschein 30 mutige und unentwegte TSA'ler aufgemacht, um auf dem Gelände der Badegesellschaft der BASF am Willersinweiher ein Grillfest abzuhalten. Trotz August und Anorak war die Stimmung bestens, die Steaks und Würstel gut gegrillt und die Salate wieder hervorragend. Dieser Abend war auch die Gelegenheit für Neumitglieder zu sehen, dass die TSA nicht nur Tanztrainings veranstaltet, sondern auch Freizeitaktivitäten ohne Tanzschuhe bietet.

Allen Helfern sei herzlich gedankt.

*Rainer Adt*

MSV Ludwigshafen 1903 e.V. Tanzsportabteilung  
67065 Ludwigshafen -Mundenheim

Kalmitstrasse 25

# Einladung zur Western-

# Party



**im Clubhaus des MSV**

**Samstag, den  
19. Oktober 2002**

**20 Uhr**

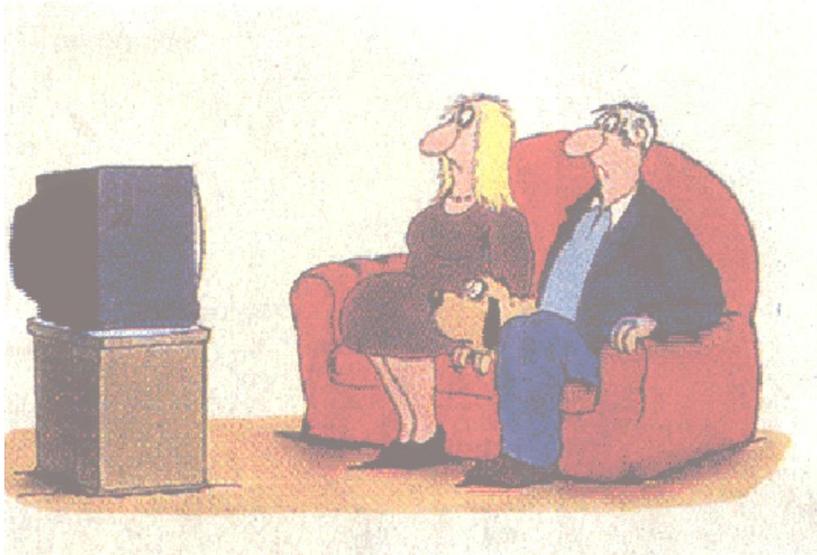
**Einlass ab 19.00 Uhr**

Lucky Luke, der schneller als sein Schatten schießt, begrüßt Sie auf seinem Pferd Jolly Jumper und lädt Sie dazu ein auf seinem Dance-Floor das Tanzbein zu schwingen bis der Whisky zur Neige geht.

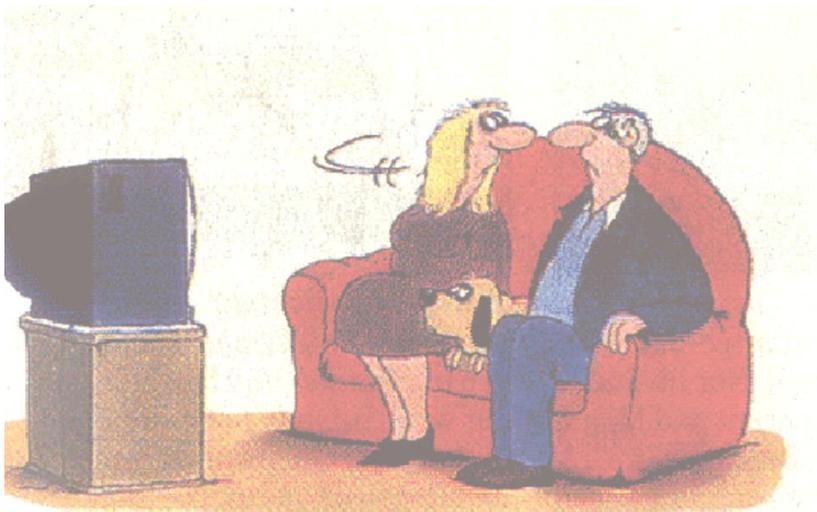
**Eintritt Euro 3.-**

Kartenvorverkauf und Tischreservierung  
Jeden Dienstag, Mittwoch, Donnerstag ab 19.00 Uhr  
oder unter Tel. 0621/66 47 47

Alte Weisheit auch für die letzten Sofastrapazierer



Langweiliges Programm, lauter Wiederholungen und alter Käse



Komm runter vom Sofa, gehen wir besser in die TSA  
Dort gibt's wenigstens ein oberhammergeiles Programm