



mitglieder-information tennis westerbach eschborn e.v.

# aktuell

januar 2009

## Liebe twe-Mitglieder!

Das Jahr 2008 war gekennzeichnet von großen Herausforderungen: der Sanierung des über 30 Jahre alten Clubhauses und dem Wunsch der Stadt Eschborn, gemeinsam mit tennis 65 die Tennishalle in Niederhöchstadt zu betreiben. Nach etlichen Anlaufschwierigkeiten können wir heute feststellen, daß beide Großprojekte zu unserer vollen Zufriedenheit abgeschlossen wurden.

In beiden Fällen war es von besonderer Wichtigkeit, daß wir seit langem ein hervorragendes Verhältnis zur Stadt Eschborn pflegen, denn ohne deren Unterstützung hätten wir weder den Zugriff auf eine der modernsten Tennishallen im Umkreis bekommen noch hätten wir die finanziellen Mittel gehabt, um unser Clubhaus in der heutigen Form zu sanieren! Anfang Dezember kam dann vom Land Hessen als verfrühtes Weihnachtsgeschenk der Bewilligungsbescheid für anteilige Renovierungskosten in Höhe von 20.000 € (und des Kreises über 4.800 €). An dieser Stelle ein besonderer Dank an die Vertreter von Stadt, Kreis und Land!

Somit blicken wir auf ein rundherum erfolgreiches Jahr zurück und sehen uns in einer soliden wirtschaftlichen Verfassung, was in den zu erwartenden turbulenten Zeiten sicherlich von großem Vorteil ist!

Auf der Jahreshauptversammlung am 30. Januar möchten wir Sie über weitere Details und die Ziele für die Zukunft informieren. Bis dahin wünsche ich Ihnen eine gute Zeit!

*Ilse  
Joy Dreher*

## Gute Ausgangssituation für die künftige Entwicklung

Bilanz des Geschäftsjahres 2007/08 und Blick nach vorn.  
Von unserem Schatzmeister Jürgen Muth

Der twe hat das am 31. Oktober 2008 zu Ende gegangene Geschäftsjahr 2007/2008 wie geplant mit einem Minus von rund 30.000 € abgeschlossen. Maßgeblich hierfür war in erster Linie die Sanierung des Clubhauses, die gut 73.000 € Ausgaben verursacht hat. Unser Kassenbestand zum 31. Oktober 2008 ist als Folge dieses Ausgabenüberschusses von 48.822 € auf 18.863 € zurückgegangen.

Die letzte Hauptversammlung hatte einen Haushaltsplan mit Einnahmen von 174.600 € und Ausgaben von 204.700 € beschlossen. Gegenüber diesem Budgetansatz sind sowohl die Einnahmen als auch die Ausgaben um rund 4.000 € niedriger ausgefallen. Die Einnahmen betragen 170.684 €, die Ausgaben 200.642 €.

Hierzu einige Details: Die Mitgliedsbeiträge lagen mit 73.107 € etwas höher als geplant (72.000 €). Erfreulich hoch waren mit 5.548 € Spenden und Zuschüsse, die vor allem im Hinblick auf unsere umfangreichen Sanierungsmaßnahmen eingegangen sind. Die Einnahmen beim Spielbetrieb Jugend haben mit 29.334 € das Budget um 8.666 € unterschritten. Dies war darauf zurückzuführen, daß die Beiträge der Eltern zum Wintertraining vollständig im neuen Geschäftsjahr 2008/09 und nicht wie geplant teilweise im abgelaufenen Geschäftsjahr eingezogen worden sind. Unser Plan 2008/09 zeigt einen entsprechend höheren Einnahmenbetrag. Der Zuschuß der Stadt Eschborn zur Sanierung betrug wie geplant 20.000 €, der Zuschuß zur laufenden Instandhaltung der Plätze und anderer Investitionen 12.323 €.

Für die Sanierung des Clubhauses haben wir mit 73.239 € rund 11.000 € mehr ausgegeben als budgetiert. Ursache hierfür war, daß wir nach positiver Klärung der Finanzierung unserer Maßnahmen auch solche Sanierungsschritte, die zunächst für das Folgejahr geplant waren, auf 2008 vorgezogen haben. Die Budgetunterschreitung bei Gehältern und Sozialkosten ergibt sich daraus, daß die Personalkosten für die Pflege der Plätze und Außenanlage insgesamt unter dieser Position ausgewiesen worden sind. Alles in allem betragen die Kosten unter unserem neuen Pflegekonzept mit der Firma Gottschalk 26.233 €.

# Plan-Ist-Vergleich 2007/08

## Einnahmen EURO

	PLAN	IST	ABWEICH.
Mitgliedsbeiträge	72.000	73.107	1.107
Nicht geleistete Arbeitsstunden	11.000	11.040	40
Spenden/Zusch.	3.000	5.548	2.548
Zinsen	900	1.076	176
Spielbetrieb Jugend	38.000	29.334	-8.666
Spielbetrieb Damen/Herren	6.200	6.467	267
Platzmiete Gäste	1.700	1.814	114
Miete Clubhaus	2.300	2.550	250
Sonstige Einn.	3.500	3.138	-362
Niederhö.Markt	4.500	4.286	-214
Zuschuß Stadt E. Innenraum	20.000	20.000	0
Zuschuß.Stadt E.	11.500	12.323	823
	174.600	170.684	-3.916

## Ausgaben EURO

	PLAN	IST	ABWEICH.
Wartung Plätze/ Außenanlage	26.000	26.223	223
Sanier. Clubhaus	62.000	73.239	11.239
Investitionen/ Sanierung	10.000	10.720	720
Gehälter und Sozialkosten	10.600	5.074	-5.526
Mitgliederverwaltg.	4.500	5.174	674
Versicherungen	3.100	3.225	125
Verbandsbeiträge	4.200	3.604	-596
Spielbetrieb allg.	2.800	1.784	-1.016
Spielbetrieb Jugend	34.000	33.440	-560
Hallenmiete Jugend	13.300	8.759	-4.541
Spielbetrieb Damen/Herren	9.000	11.965	2.965
Hallenmiete Damen/Herren	3.200	3.317	117
Haus- und Bewirt- schaftungskosten	1.400	1.646	246
Veranstaltungen	2.500	1.479	-1.021
Niederhö. Markt	4.000	2.972	-1.028
Energie/Wasser/ Müll	14.000	8.021	-5.979
Sonstige Kosten	100	1	-99
	204.700	200.642	-4.058
Rücklagen	-30.100	-29.959	141
	174.600	170.684	-3.916

⇒ Rund 4.500 € günstiger als veranschlagt ausgefallen sind die Kosten für Hallenmiete Jugend mit 8.759 €. Hier profitieren wir bereits von der Übernahme der Tennishalle durch unseren Verein und tennis 65 eschborn, weil wir die Halle für unsere Jugendarbeit günstiger zur Verfügung stellen können als es mit dem bisherigen Betreiber möglich war.

Die Budgetunterschreitung von fast 6.000 € im Bereich Energie/Wasser/Müll ist leider rein abrechnungsbedingt. Durch den Wechsel des Stromanbieters im ersten Quartal ist es zu starken Verzögerungen bei der Erstellung der Rechnungen seitens des Energieversorgers gekommen. Wir haben die zu erwartenden Nachzahlungen in das Budget 2008/09 aufgenommen.

## Ordentlicher Haushaltsplan 2008/09

Im Haushaltsplan 2008/09 gehen wir mit 71.500 € vorsichtigerweise von leicht sinkenden Mitgliedseinnahmen aus. Da im Zuge der Clubhaussanierung viele Mitglieder kräftig mitgeholfen haben, sind die Einnahmen für nicht geleistete Arbeitsstunden, die immer erst am Anfang des neuen Geschäftsjahres abgerechnet werden, mit rund 8.900 € rund 2.100 € niedriger als im abgelaufenen Geschäftsjahr. Aus dem gleichen Aspekt wurden auch Spenden um etwa 2.000 € niedriger angesetzt als im Vorjahr.

Bei den Einnahmen Spielbetrieb Jugend rechnen wir mit Mehreinnahmen von 13.700 €, die vor allem aufgrund der oben beschriebenen Periodenverschiebung zustande kommen. Da sich die Tennishalle im ersten Geschäftsjahr, das am 30.04.2009 endet, als profitabel erweisen wird, haben wir eine Ergebnisabführung von 5.000 € berücksichtigt. Sehr positiv für unsere Finanzen in 2008/09 wird aber vor allem sein, daß es Günter Nickolay gelungen ist, weitere 24.800 € Zuschüsse für die Clubhaussanierung beim Land Hessen und dem Kreis zu generieren, die im neuen Geschäftsjahr eingehen sollen.

Bei den Ausgaben haben wir nochmals 30.000 € Investitionen/Sanierung geplant. Ein Schwerpunkt ist dabei, daß in der Herrendusche der Boden erneuert werden muß, damit das Wasser richtig abfließen kann. Die Veranstaltungskosten wurden mit 4.500 € deutlich höher kalkuliert als im Vorjahr; da in diesem Jahr kein Niederhöchstädter Markt stattfindet, rechnen wir mit zusätzlichen Kosten für ein Sommerfest. Bei den Energiekosten haben wir auf Grund der zu erwartenden Nachzahlungen ein um rund 6.500 € höheres Budget angesetzt.

Insgesamt sieht das Budget 2008/09 Einnahmen von 187.750 € und Ausgaben von 161.100 € vor. Das bedeutet einen Überschuß

von 26.650 €, der den Verlust, den wir im abgelaufenen Jahr zu verzeichnen hatten, nahezu wieder ausgleichen wird und unseren Kassenbestand dann wieder auf rund 45.000 € steigen läßt.

Damit geht der zweifache finanzielle gut aufgestellt in die nächsten Jahre!

## Finanzstatus 2007/08 gegen Vorjahre

Aktiva	2007/08	2006/07	2005/06	2004/05	2003/04
Kasse	278,58	590,57	241,71	231,90	302,39
Bankguthaben Taunussparkasse	4.310,53	12.533,08	6.276,28	8.435,25	8.245,05
Tagesgeld Taunussp.	11.774,10	5.698,31	25.017,23	10.394,07	2.021,55
SPK-Brief Taunussp.	0,00	30.000,00			
Beteiligung Tennishalle Eschborn	2.500,00				
<b>Summe Aktiva</b>	<b>18.863,21</b>	<b>48.821,96</b>	<b>31.535,22</b>	<b>19.061,22</b>	<b>10.568,99</b>
Verlust	29.958,75	0,00	0,00	0,00	5.487,65
	48.821,96	48.821,96	31.535,22	19.061,22	16.056,64
<b>Passiva</b>					
Saldovortrag Sachkonten	48.821,96	31.535,22	19.061,22	10.568,99	16.056,64
Gewinn	0,00	17.286,96	12.474,00	8.492,23	0,00
<b>Summe Passiva</b>	<b>48.821,96</b>	<b>48.821,96</b>	<b>31.535,22</b>	<b>19.061,22</b>	<b>16.056,64</b>

## Stark engagiert: unser Trainerteam

Das tue aktuell-Interview mit Michael Hasenbank und Harald Müller

*Hallo Michael, hallo Harald, was gibt's Neues für das Jahr 2009?*

Michael: Nicht neu - aber für uns zunächst einmal selbstverständlich - ist es, unseren hohen Ausbildungsstand zu halten und zu verbessern. So nehmen wir regelmäßig zweimal im Jahr an Fortbildungsseminaren teil, in denen die neuesten Kenntnisse und Techniken im Tennissport vermittelt werden. Das, was wir in München und Essen (in Zusammenarbeit mit der Sport-Uni Köln) auch als staatlich geprüfte Tennislehrer noch dazulernen, geben wir unmittelbar an die von uns trainierten Vereinsmitglieder weiter. Dazu gehört jetzt auch Cardio-Tennis.

*Ihr wollt das ja zukünftig anbieten - was versteht man darunter?*

Harald: Cardio-Tennis ist eine Kombination aus Fitness- und Tennis-Training. Dabei steht ein besonderes Bewegungstraining im Vordergrund, nicht unbedingt, einseitig seine Technik zu perfektionieren. Aber natürlich werden viele Bälle geschlagen und mit Spaß und Action Tennis gespielt.

*Cardio-Tennis klingt sehr nach Gesundheitsvorsorge?*

Michael: Stimmt! Es geht darum, die allgemeine Befindlichkeit zu verbessern und das Risiko von Herz-Kreislauferkrankungen zu verringern. Dazu braucht man eigentlich täglich mindestens 30 - besser 60 - Minuten Aktivität, bei der die Herzfrequenz im aeroben Bereich, also bei mittlerer Intensität, liegen soll. Es ist eine neue Form des Fitness-Trainings, kombiniert mit dem Tennissport. Wer genug hat von Fahrradtrainern und Laufbändern, für den ist Cardio-Tennis genau richtig!

*Wie sieht das im einzelnen aus?*

Harald: Zuerst gibt es ein kurzes Aufwärmprogramm. Dann spielt der Trainer einige Bälle zu, danach heißt es Seilspringen, Muskeltraining an den Steps oder auf der Matte, Koordinationsübungen in Form von Trippelschritten über die am Boden liegende „Strickleiter“ und ähnliches. Die Maxime lautet: Immer in Bewegung bleiben! Dabei wird auf die moderate Belastung entsprechend der individuellen Leistungsfähigkeit geachtet.

*Das macht sicher mehr Spaß als ein Training an Maschinen?*

bitte lesen Sie weiter auf Seite 4 ➡



## Tennishalle Eschborn: Ihr Platz für Tennisspaß das ganze Jahr über

Ob bei Regenwetter im Sommer oder im Winterhalbjahr - in der Tennishalle Eschborn ist Ihr Spaß am Tennis immer unter Dach und Fach! Die Halle wurde im Sommer 2008 mit dem denkbar besten Teppichboden ausgestattet. Entsprechend positiv ist das Urteil unserer Kunden: „*besonders gelenkschonend!*“ Auch die Umkleide- und Sanitärräume wurden inzwischen komplett renoviert. Die Tennishalle ist für Kinder, Jugendliche und Erwachsene schnell und gut erreichbar, auch ohne Auto und Bus.

Denken Sie schon jetzt an Ihr Hallen-Abo für die Wintersaison 2009-10! Als zwei-Mitglied kommen Sie in den Genuß von Preisvorteilen und Sie unterstützen durch Ihre Buchung auch unseren Club. Anfragen, Informationen und Platzreservierungen über Telefon 06173-654 11 oder E-Mail [tennishalle-eschborn@arcor.de](mailto:tennishalle-eschborn@arcor.de)

## Tennis tut gut! Studien belegen die positiven Effekte des Tennissports

Tennis macht nicht nur Spaß, sondern stärkt auch Körper und Geist. Das belegen immer wieder wissenschaftliche Studien. So haben Forscher der Southern Connecticut State University die Persönlichkeitseigenschaften von 200 Tennis-Senioren untersucht und mit denen einer Kontrollgruppe verglichen, die nicht Tennis spielt. Dabei zeichneten sich die Tennisspieler durch Vitalität, Optimismus und Selbstwertgefühl aus; dagegen waren negative Emotionen wie Zorn, Angst, Nervosität und depressive Stimmungen schwächer ausgeprägt.

Der Psychologe Dr. Jim Gavin, Professor an der Concordia Universität in Montreal, ist davon überzeugt, daß Tennis positive Auswirkungen auf den Charakter haben kann. Demnach fördert Tennis positive Eigenschaften wie Geselligkeit, Konzentration, Konkurrenzfähigkeit, Spontaneität, Abenteuerlust, Kreativität und Durchsetzungsvermögen stärker als andere Sportarten.

Das „British Journal of Sports Medicine“ hat 2006 eine Studie veröffentlicht, die auf die entspannende Wirkung von Tennis hinweist. Schon eine Stunde auf dem Platz sorgt für einen signifikanten Stressabbau sowie für die Lockerung von Ver- bzw. Anspannungen.

bitte lesen Sie weiter auf Seite 4 ➡

Michael: Genau - es ist Spaß und viel Action in einer kleinen Gruppe, in der Spieler unterschiedlicher Spielstärke gemeinsam Tennis genießen! Das Tennisspiel verbessert sich auf natürlichem Weg, weil die Anzahl der gespielten Bälle und die Wiederholung verschiedener Schläge so groß sind.

*Für wen empfiehlt sich Cardio-Tennis?*

Harald: Für Einsteiger gibt es spezielle Programme, die das Erlernen des Tennisspiels mit einem Cardio-Training kombinieren. Andere Programme sind für erfahrene Spieler konzipiert, bei denen der gesundheitliche Aspekt gemeinsam mit der Optimierung der Tennistechnik im Mittelpunkt steht.

*Ab wann und wo wollt Ihr Cardio-Tennis anbieten und was wird es kosten?*

Michael: Voraussichtlich ab Mai auf unserer Anlage, an einem Wochentag abends ab 18:00 Uhr. Die Kosten werden wohl bei 7–8 € pro Stunde liegen.

## Haben Sie Fragen, Anregungen, Probleme ...? Dies sind Ihre Ansprechpartner im Vorstand:

1. Vorsitzender  
Jörg Dietmann  
Tel. 06173 - 96 62 98

Stellvertr. Vorsitzender  
Dr. Alexander Scheidt  
Tel 06173 - 6 18 93

Schatzmeister  
Jürgen Muth  
Tel. 06173 - 32 04 83

Sportwart  
Christof Rohländer  
Tel. 06173 - 32 16 15

Hallenmanagement  
Günter Nickolay  
Tel. 06196 - 48 22 84

Jugendwartin  
Silke Agartz  
Tel. 06173 - 39 41 56

Anlagenwart  
Roland Künzel  
Tel. 06196 - 40 96 40

Pressewart  
Hans-Peter Lemm  
Tel. 06173 - 6 21 42

Clubsekretariat  
Sabine Sieberer  
Im Sylvaner 13  
65760 Eschborn  
Tel. 06173 - 6 69 30  
Fax 06173 - 32 69 80  
E-Mail: [info@twe-tennis.de](mailto:info@twe-tennis.de)

twe im Internet:  
[www.twe-tennis.de](http://www.twe-tennis.de)

⇒ Eine Untersuchung des US-Fachmagazins „Medicine and Science in Sports and Exercise“ ergab, daß eine Person mit 70 kg Körpergewicht in einer Stunde Tennis 493 Kalorien verbraucht - mehr als mit stationärem Fahrradfahren (387), Gewichtstraining (422), Bergwandern (422), beim Volleyball (281) oder Golf (281).

Eine Langzeitstudie zeigte, daß bei Männern mittleren Alters, die dreimal pro Woche Tennis spielen, das generelle Sterberisiko 50 Prozent geringer war. Wer mindestens drei Stunden pro Woche auf dem Platz steht, hat ein um 41 Prozent reduziertes Risiko, an koronaren Herzkrankheiten zu erkranken.

Bei Senioren sorgt regelmäßiges Tennis für eine enorme Verbesserung der körperlichen Fitness. Eine Studie hat gezeigt, daß Spieler mittleren Alters (31 bis 55 Jahre) über eine überdurchschnittliche Ausdauer, einen niedrigeren Ruhepuls und Blutdruck verfügen als aktive, jedoch nicht Tennis spielende Altersgenossen. Darüber hinaus zeichnen sie sich durch einen signifikant geringeren Körperfettanteil und eine stark verbesserte Reaktionsfähigkeit aus.

Gerade für Senioren bedeutet Tennis mehr als eine verbesserte Fitness. Mehr Kraft in den Beinen und ein verbessertes Gleichgewichtsgefühl hilft älteren Menschen, Stürze zu vermeiden. Das Risiko eines Bruchs ist vergleichsweise geringer, da regelmäßiges Tennisspielen die Knochendichte positiv beeinflusst, haben zwei US-Untersuchungen ergeben.

Bei Jugendlichen und jungen Erwachsenen führt regelmäßiges Tennistraining zu einer Verbesserung der Ausdauerleistung und Reaktionsfähigkeit. Jugendliche Tennisspieler sind grundsätzlich aktiver als ihre Altersgenossen und haben in der Regel einen Körperfettanteil, der Ihrem Alter und Geschlecht entspricht. Das haben verschiedene Untersuchungen in Japan, den USA und Deutschland gezeigt. Tennisspieler im Alter von 18 bis 34 Jahren verfügen über ein bis zu 30 Prozent größeres Herzvolumen und weisen einen bis zu 19 Prozent geringeren Körperfettanteil auf als ihre untrainierten Altersgenossen.

(Auszüge aus einem DTB-Artikel in TOPSPIN, November 2008)

## Jahreshauptversammlung am Freitag, 30. Januar 2009, 20:00 Uhr twe Clubhaus

### Happy birthday!

Der twe gratuliert seinen Mitgliedern mit runden Geburtstagen in den Monaten Januar bis April 2009

12. Januar	Bettina Maurer	Hauptstraße 291a, Eschborn
06. März	Petra Gomez	Königsberger Straße 3a, Eschb.
24. April	Dr. Joachim Wortmann	In den Weingärten 28, Eschborn
28. April	Claudia Rosehalm	Schöne Aussicht 48, Eschborn
28. April	Daniella Habersack	Florstädter Straße 25/27, Frankf.

### twe aktuell

mitglieder-information des twe tennis westerbach eschborn e.v.  
Clubhaus Eichfeldstraße 85 • 65760 Eschborn-Niederhöhnstadt  
Telefon 06173 - 6 51 40

V.i.S.d.P.: Hans-Peter Lemm