



SGA INFORM

Finde Deinen Sport!

Die Informationszeitung der Sportgemeinschaft Arheilgen 1876/1945 e.V.



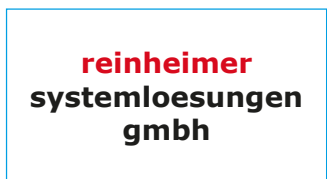
150 JAHRE SGA –
DAS JUBILÄUMSJAHR BISHER



ABTEILUNGEN IM
RÜCKBLICK



AKTUELLES
KURSPROGRAMM



Ein Tag voller Begegnungen, Bewegung und Begeisterung

Manche Tage zeigen besonders eindrucksvoll, was einen Verein ausmacht. Der Tag der offenen Tür im Jubiläumsjahr der Sportgemeinschaft Arheilgen war genau ein solcher Tag. Mit zahlreichen Gästen, vielen engagierten Helferinnen und Helfern und einem abwechslungsreichen Programm feierte die SGA ihr 150-jähriges Bestehen und präsentierte sich als das, was sie seit Generationen ist: ein Ort für Sport, Gemeinschaft und gelebtes Miteinander.

Rund 2.000 Besucherinnen und Besucher strömten am Sonntag, 14. Juni 2026, auf das weitläufige Vereinsgelände am Arheilger Mühlchen. Von 10 bis 17 Uhr herrschte auf dem gesamten Campus reges Treiben. Familien, Vereinsmitglieder, ehemalige Aktive, Freunde der SGA und zahlreiche Gäste aus Darmstadt und der Region nutzten die Gelegenheit, die Vielfalt des größten Breitensportvereins Darmstadts kennenzulernen und selbst aktiv zu werden.

Alle Abteilungen und Einrichtungen der SGA beteiligten sich an diesem besonderen Tag. Fußball, Handball, Tennis, Tischtennis, Bahnengolf, Boule, Rad- und Rollsport, Ringen, Triathlon und Sportkegeln präsentierten sich ebenso wie Tanzsport, Fitness-Studio, Fit & Gesund, Reha-Sport, Rollstuhl-Handball, Sportakrobatik und die vereinseigene Sport- und Ernährungskita. Überall wurde informiert, ausprobiert, gelacht und miteinander ins Gespräch gekommen.

Den offiziellen Auftakt gestalteten Darmstadts Oberbürgermeister Hanno Benz und SGA-Präsident Thomas Stetz in Halle 2 des Merck-SGA-Sportzentrums. Beide würdigten die Bedeutung der SGA für den Stadtteil und

die Stadt Darmstadt. In ihren Ansprachen wurde deutlich, dass die SGA weit mehr ist als ein Sportverein: Sie ist seit 150 Jahren ein Ort der Begegnung, des Ehrenamts und der gesellschaftlichen Verantwortung.

Ein besonderes Bindeglied zwischen den vielen Angeboten war die große Rallye „Spiel, Spaß & Gewinn“. An 14 Stationen konnten Kinder, Jugendliche und Erwachsene ihr Geschick, ihre Koordination und ihre sportlichen Fähigkeiten unter Beweis stellen. Gleichzeitig bot die Rallye die Möglichkeit, die Menschen kennenzulernen, die das Vereinsleben der SGA Tag für Tag gestalten. Viele Familien waren über mehrere Stunden auf dem Gelände unterwegs und entdeckten dabei Sportarten, mit denen sie bislang kaum Berührung hatten.

Großen Zuspruch fanden die Mitmachangebote im Fitness- und Gesundheitsbereich. Die Line-Dance-Einheiten, die Spinning-Kurzsessions in Halle 4 und das generationsübergreifende „Jumping für Jung & Alt“ begeisterten zahlreiche Teilnehmerinnen und Teilnehmer. Auch das 7-Punkte-Boulespiel im Bouleodrom sowie der Showkampf der Ringer sorgten für volle Zuschauerreihen und viel Applaus.

Ein besonderer Höhepunkt des Tages war das inklusive Fußballturnier auf dem Rasenplatz. Gemeinsam mit dem Gehörlosenverein Darmstadt und dem ID-Team des SV Darmstadt 98 setzte die SGA ein starkes Zeichen für gelebte Inklusion im Sport. Mannschaftsnamen wie „Inter Vielfalt“, „SV Inklusion 98“ oder „Atletico Teamgeist“ standen sinnbildlich für den Geist dieses Turniers. Im Mittelpunkt standen nicht Ergebnisse oder

Tabellen, sondern Fairness, Respekt und das gemeinsame Sporterlebnis. Die Siegerehrung übernahm die Schirmfrau des Turniers, Fußball-Weltmeisterin Pia Wunderlich.

Für viele nostalgische Momente sorgte am Nachmittag das Traditionsturnier mit der Traditionsmannschaft des SV Darmstadt 98, den Alten Herren der SGA und der SpVgg Bayern Hof. Zahlreiche Zuschauer verfolgten die Begegnungen und freuten sich über das Wiedersehen mit bekannten Gesichtern und ehemaligen Spielern. Den Turniersieg sicherte sich die Traditionsmannschaft des SV Darmstadt 98 um Christian Beisel, dessen sportliche Wurzeln bei der SGA liegen.

Mindestens ebenso beeindruckend wie die sportlichen Angebote war die Atmosphäre auf dem gesamten Vereinsgelände. Überall wurde deutlich, wie viel Herzblut die Mitglieder in ihren Verein investieren. Viele Besucherinnen und Besucher lobten die Offenheit der Abteilungen, die familiäre Stimmung und die Möglichkeit, unkompliziert miteinander ins Gespräch zu kommen. Der Tag machte erlebbar, was die SGA seit 150 Jahren trägt: Menschen, die sich engagieren, Verantwortung übernehmen und gemeinsam etwas bewegen. Auch für das leibliche Wohl war bestens gesorgt. Zahlreiche Abteilungen boten süße und herzhaftes Speisen sowie Getränke an. Die Erlöse kamen direkt der Vereinsarbeit zugute. Ergänzt wurde das gastronomische Angebot durch die Vereinsrestaurants Shalimar und Pizzeria Luca, die viele Gäste zum Verweilen einluden.

Der große Erfolg des Tages wäre ohne den Einsatz unzähliger Ehrenamtlicher und

hauptamtlicher Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter nicht möglich gewesen. Ihnen allen gilt ein herzlicher Dank. Stellvertretend seien das zentrale Organisationsteam um die Vizepräsidenten Thiemo Gutfried und Mathias Altenburg sowie Sportmanagerin Laura Marziano und Studioleiterin Stefanie Friebe genannt. Gemeinsam mit vielen weiteren Helferinnen und Helfern aus allen Abteilungen haben sie einen Tag ermöglicht, der vielen Gästen noch lange in Erinnerung bleiben wird.

Mit dem Tag der offenen Tür hat die SGA einen weiteren Höhepunkt ihres Jubiläumsjahres gesetzt. Doch die Feierlichkeiten zum 150-jährigen Bestehen gehen weiter. Bereits am 10. September lädt die SGA um 15.30 Uhr zum „SGA Erinnerungscafé“ in das Vereinsrestaurant Shalimar ein. Langjährige Mitglieder erhalten dort die Gelegenheit, gemeinsam in Erinnerungen zu schwelgen, Geschichten auszutauschen und besondere Momente der Vereinsgeschichte noch einmal lebendig werden zu lassen.

Ein weiterer und besonderer Termin folgt am 20. November um 18 Uhr in Halle 5 des Merck-SGA-Sportzentrums. Unter dem Titel „SGA im Wandel der Zeit“ wird die bewegte Geschichte der Sportgemeinschaft Arheilgen vorgestellt und beleuchtet. Beide Veranstaltungen werden von SGA-Ehrenpräsident Alexander Pfeiffer moderiert, der wie kaum ein anderer die Entwicklung des Vereins über Jahrzehnte begleitet und geprägt hat.

Schon heute lädt die SGA alle Mitglieder herzlich ein, diese Termine vorzumerken und gemeinsam das Jubiläumsjahr weiter mit Leben zu füllen.



SGA

Erinnerungs-Café

150 Jahre
1876–2026

*Geschichten, Begegnungen
und ein Stück Vereinsgeschichte*

 **10. September 2026**
15:30 Uhr

 **Restaurant Shalimar**
Im SGA Sportzentrum

 **Kaffee & Kuchen**



Einladung zu Kaffee & Kuchen

**Gemeinsam erinnern.
Geschichten teilen.
Vereinsgeschichte erleben.**

Ein gemütlicher Nachmittag für langjährige und ältere Mitglieder. Wir möchten auch darüber ins Gespräch kommen, ob dieses Beisammensein der Auftakt für weitere Treffen und gemeinsame Aktivitäten sein kann.



SGA-Ehrenpräsident
Alexander Pfeiffer
führt durch den
Nachmittag – 2004
am Ende der
27-jährigen Tätigkeit
als Vorsitzender.

 Es wird um Anmeldung per E-Mail unter sga@sg-arheilgen.de gebeten
oder telefonisch: 06151 / 376330.



SGA

im Wandel DER ZEIT

150 Jahre
1876–2026

— STREIFLICHTER AUS DER VEREINSGESCHICHTE —



1876
Gründung und erste sportliche Wurzeln

1945
Neugründung –
offen, demokratisch, neutral

HEUTE
Ein moderner, breit
aufgestellter Mehrspartenverein

EINLADUNG ZUR VERANSTALTUNG!

 **20. NOVEMBER 2026**
 **18:00 UHR**
 **SGA-SPORTZENTRUM**

 Anmeldung per Mail an:
sga@sg-arheilgen.de

SPORTGEMEINSCHAFT 1876/1945 ARHEILGEN e.V.

Mit dem Rad von Arheilgen nach Brescia

Traditionelle Partnerschaftstour der SGA-Triathlonabteilung führt über die Alpen nach Italien

Bereits seit vielen Jahren gehört die jährliche Radtour der Triathlonabteilung der SG Arheilgen zu den sportlichen Höhepunkten des Vereinskalenders. Dabei steuern die Teilnehmerinnen und Teilnehmer jedes Jahr eine andere Partnerstadt Darmstadts an. In diesem Jahr führte die anspruchsvolle Tour nach Brescia in Norditalien.

Rund 30 Radfahrerinnen und Radfahrer machten sich gemeinsam mit vier Betreuerinnen und Betreuern am 4. Juni auf den Weg. Insgesamt legte die Gruppe in neun Etappen mehr als 1.000 Kilometer und rund 19.000 Höhenmeter zurück.

Die Route führte von Arheilgen über Nagold, Konstanz, Linthal und Andermatt durch die Schweizer Alpen bis nach Brescia.



Gruppenfoto der SGA-Triathlon Radtour 2026

Die Radlerinnen und Radler teilten sich entsprechend ihrer durchschnittlichen Fahrgeschwindigkeit in drei Gruppen ein. Während die Radfahrer täglich ihre Etappen bewältigten, transportierten die Betreuer das Gepäck mit Begleitfahrzeugen von Unterkunft zu Unterkunft. Zwei- bis dreimal täglich richteten sie entlang der Strecke Verpflegungsstationen ein, an denen sich die Gruppen mit Getränken, Obst und Snacks stärken konnten.

Diese zuverlässige Unterstützung trug maßgeblich zum Gelingen der Tour bei.

Zu den sportlichen Höhepunkten zählten die Alpenetappen mit ihren zahlreichen Passstraßen. Besonders anspruchsvoll waren die Abschnitte von Linthal nach Andermatt mit 2.450 Höhenmetern sowie von Bormio nach Edolo mit 2.860 Höhenmetern. Für eine außergewöhnliche Situation sorgte

die Etappe von Maloja nach Bormio. Aufgrund von anhaltendem Regen, niedrigen Temperaturen und schwierigen Wetterbedingungen musste kurzfristig umdisponiert werden. Spontan wurde ein Reisebus organisiert, der den Großteil der Gruppe sicher an das Tagesziel brachte. Lediglich drei besonders wetterfeste Radfahrer entschieden sich, die Strecke dennoch auf einer Alternativroute über den Bernina-Pass mit dem Fahrrad zu bewältigen.

Am Freitag, 12. Juni, erreichte die Gruppe schließlich ihr Ziel Brescia. Der folgende Samstag stand ganz im Zeichen der Städtepartnerschaft: Bei einer Stadtführung konnten die Teilnehmer die Geschichte und Sehenswürdigkeiten der lombardischen Stadt kennenlernen und die erfolgreiche Tour gemeinsam ausklingen lassen.

Am Sonntag trat die Gruppe schließlich die Heimreise mit dem Zug nach Darmstadt an. Trotz der wetterbedingten Herausforderungen blicken alle Beteiligten auf eine

eindrucksvolle Woche voller sportlicher Leistungen, Teamgeist und unvergesslicher Erlebnisse zurück.

Die Vorfreude auf die nächste Partnerschaftstour der SGA ist bereits jetzt groß!



Auch verschneite Pässe durften gemeinsam gemeistert werden

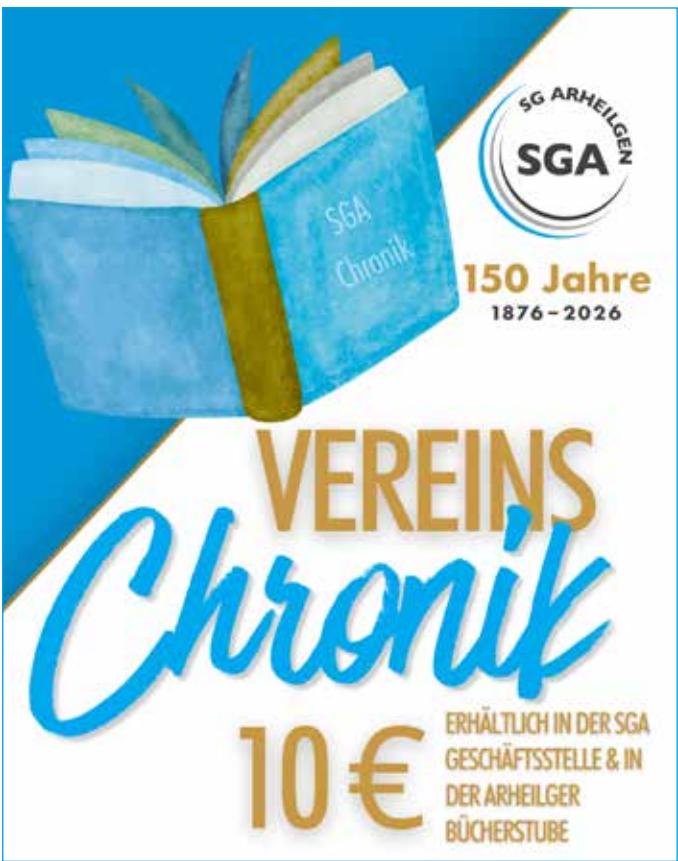
150 Jahre SGA – Vereinsgeschichte auf 180 Seiten

Was macht einen Verein über 150 Jahre hinweg aus? Es sind die Menschen, die Geschichten, die Erfolge, die Herausforderungen und die vielen gemeinsamen Erlebnisse. All dies findet sich in der neuen „Vereinschronik 150 Jahre SGA“, die im Jubiläumsjahr erschienen ist und die bewegte Geschichte unserer Sportgemeinschaft eindrucksvoll dokumentiert.

Auf 180 Seiten nimmt die Chronik die Leserinnen und Leser mit auf eine spannende Reise von den Anfängen der SGA bis in die Gegenwart. Historische Ereignisse, sportliche Entwicklungen und besondere Meilensteine werden ebenso beleuchtet wie die Menschen, die den Verein über Generationen hinweg geprägt haben. Zahlreiche historische und aktuelle Fotografien machen die Entwicklung der Sportgemeinschaft Arheilgen dabei auf anschauliche Weise erlebbar.

Entstanden ist die Chronik durch das außergewöhnliche Engagement unseres Vereinsmitglieds Walter Breidert, der über einen langen Zeitraum hinweg recherchiert, gesammelt, ausgewertet und geschrieben hat. Unterstützt wurde er dabei von seiner Frau Sigrid Breidert. Gemeinsam haben sie ein Werk geschaffen, das die Geschichte der SGA bewahrt und zugleich zeigt, wie lebendig und vielfältig unser Verein bis heute ist.

Die Chronik ist weit mehr als ein Rückblick auf vergangene Zeiten. Sie dokumentiert, wie sich die SGA über eineinhalb Jahrhun-



derte entwickelt hat und wie aus einem Turnverein ein moderner Mehrspartenverein mit einer festen Rolle im gesellschaftlichen Leben Arheilgens und Darmstadts geworden ist. Gleichzeitig erinnert sie an die vielen Ehrenamtlichen, Sportlerinnen und Sportler sowie Unterstützer, die den Verein in den vergangenen 150 Jahren geprägt haben.

Die auf 500 Exemplare limitierte Jubiläumschronik ist zum Preis von 10 Euro in der Geschäftsstelle der SGA sowie in der Arheilger Bücherstube erhältlich.

Wer die Geschichte der SGA entdecken, Erinnerungen auffrischen oder einfach durch 150 Jahre Vereinsleben blättern möchte, sollte sich dieses besondere Jubiläumswerk nicht entgehen lassen.

Claudia Schwinn verstärkt ab August SGAktiv-Team

Ab dem 1. August 2026 wird Claudia Schwinn das Team des SGAktiv-Gesundheitszentrums als festangestellte Trainerin verstärken.

Für viele SGA-Mitglieder ist Claudi längst ein bekanntes Gesicht: Bereits seit 1975 ist sie Mitglied der SGA und engagiert sich seit vielen Jahren als Übungsleiterin und Helferin bei Veranstaltungen und Events. Außerdem leitet sie mit viel Leidenschaft die Kurse Indoor Cycling, Bauch-Beine-Po im regulären Kursprogramm sowie im Premium-Kursprogramm die Tough Class und begeistert dabei regelmäßig ihre Teilnehmerinnen und Teilnehmer.

Auch im SGAktiv-Gesundheitszentrum ist Claudi keine Unbekannte. Bereits seit vielen Jahren ist sie dort als Vertretungstrainerin im Einsatz und hat das Team jederzeit zuverlässig unterstützt. Umso mehr freuen wir uns, dass sie nun dauerhaft Teil unseres Trainerteams wird und mehr Verantwortung übernimmt.

Wir freuen uns sehr, dass Claudi ihre Erfahrung, ihre Kompetenz und ihre langjährige Verbundenheit zur SGA künftig noch intensiver in unser Gesundheitszentrum einbringen wird. Herzlich willkommen im Team!



Willkommen im Team, Claudi

Inklusion ist kein Projekt – sie ist eine Haltung

Gemeinsam Sport erleben. Gemeinsam Zukunft gestalten.

Wer über Inklusion spricht, spricht über Menschen. Über ihre Fähigkeiten, ihre Träume und den Wunsch, selbstverständlich dazuzugehören. Genau darum geht es auch im Sport.

Sport verbindet Menschen unabhängig von Alter, Herkunft, Religion oder körperlichen Voraussetzungen. Er schafft Begegnungen, baut Vorurteile ab und vermittelt Werte wie Respekt, Fairness und gegenseitige Unterstützung. Deshalb ist Inklusion für die Sportgemeinschaft Arheilgen kein Randthema und keine kurzfristige Initiative. Sie gehört zu unserem Selbstverständnis als moderner Breitensportverein.

Unser Ziel ist klar: Jeder Mensch soll die Möglichkeit haben, bei der SGA Sport zu treiben, sich einzubringen und Teil unserer Gemeinschaft zu sein. Dabei geht es nicht alleine um Sportangebote für Menschen mit Behinderungen. Es geht um gleichberechtigte Teilhabe – als Sportlerin oder Sportler, als Übungsleiterin oder Übungsleiter, als Ehrenamtliche oder Ehrenamtlicher oder einfach als Mitglied unserer Vereinsfamilie.

Natürlich wissen wir auch, dass dieses Ziel nicht von heute auf morgen erreicht werden kann. Inklusion verlangt Offenheit, Engagement und oftmals auch Investitionen. Barrierefreiheit entsteht nicht alleine durch Rampen oder Aufzüge. Sie beginnt vor allem in den Köpfen der Menschen. Gerade deshalb wollen wir als Verein Verantwortung übernehmen und unseren Beitrag leisten. Nicht mit großen Worten, sondern mit konkreten Angeboten und gelebter Gemeinschaft.

„Inklusion ist ein Menschenrecht und eine Voraussetzung für die Zukunftsfähigkeit des Sports. Sie darf kein zeitlich begrenztes Projekt bleiben, sondern muss selbstverständlich werden. Unser Anspruch ist, dass Menschen mit und ohne Behinderung gleichberechtigt Sport treiben, Verantwortung übernehmen und sich in unserem Verein zuhause fühlen.“

Thomas Stetz, SGA-Präsident

Die Heiner-Rollis – Wenn Inklusion selbstverständlich wird

Kaum eine Mannschaft verkörpert diesen Gedanken so eindrucksvoll wie die Heiner-Rollis. Hessens erste inklusive Rollstuhlhandball-Mannschaft trainiert seit ihrer Gründung bei der SGA. Hier spielen Menschen mit und ohne Behinderung gemeinsam. Einige sind dauerhaft auf einen Roll-



Gelebte Inklusion bei den Spielen der Heiner-Rollis

„Solange wir noch über Inklusion sprechen müssen, haben wir sie noch nicht vollständig erreicht. Bei den Heiner-Rollis zählt nicht, welche Einschränkung jemand hat. Hier zählt der Mensch. Genau so sollte Sport überall sein.“

Martin Honcu, Gründer und Spielertrainer der Heiner-Rollis, Hessens erster inklusiver Rollstuhlhandball-Mannschaft

stuhl angewiesen, andere leben mit einer Behinderung, benötigen im Alltag aber keinen Rollstuhl. Wieder andere haben keinerlei Einschränkungen. Was sie verbindet, ist die Freude am Handball.

Im Training spielt es keine Rolle, wer welche Voraussetzungen mitbringt. Statt hoher Pässe wird eben häufiger flach gespielt. Man unterstützt sich gegenseitig und freut sich gemeinsam über gelungene Aktionen. Fehler gehören zum Sport – unabhängig davon, ob jemand im Rollstuhl sitzt oder nicht.

Die Mannschaft zeigt eindrucksvoll, dass Inklusion keine Sonderrolle braucht. Sie funktioniert dort am besten, wo Menschen selbstverständlich miteinander Sport treiben.

Die Heiner-Rollis haben aber auch deutlich gemacht, dass Inklusion nicht ohne passende Rahmenbedingungen auskommt. Das Merck-SGA-Sportzentrum war bereits bei seiner Eröffnung Ende der 1970er Jahre vergleichsweise fortschrittlich und verfügt über barrierefreie Zugänge. Dennoch entsprechen einzelne Bereiche heute nicht mehr

den Anforderungen moderner Barrierefreiheit. Gemeinsam mit Vizepräsident Heinz Merlau arbeitet der Verein deshalb daran, die Situation weiter zu verbessern – beispielsweise durch den Umbau von Duschen und Sanitärbereichen.

Auch wenn sich ein Gebäude dieser Generation niemals vollständig an heutige Anforderungen anpassen lässt, bleibt das Ziel klar: Schritt für Schritt Barrieren abbauen und Teilhabe ermöglichen.

Fußball für ALLE – Ein Jubiläum mit Signalwirkung

Wie selbstverständlich Inklusion gelebt werden kann, zeigte auch das große Inklusions-Fußballturnier anlässlich des 150-jährigen Vereinsjubiläums der SGA.

Unter dem Motto „Fußball für ALLE!“ trafen Jugendliche der SGA, der Gehörlosen-Sportverein Darmstadt sowie die Fußball-ID-Mannschaft des SV Darmstadt 98

„Nicht Menschen mit Behinderung sind die Barriere – die Barrieren werden von unserer Gesellschaft geschaffen. Deshalb müssen wir die Voraussetzungen schaffen, damit alle mittendrin statt nur dabei sein können. Fußball ist weit mehr als Gewinnen.“

Kai Schuber-Seel, Theaterpädagoge, Gründer von „Theater für Alles“ und Moderator des Inklusionsformats „Fußball für ALLE!“

aufeinander. Gespielt wurde bewusst ohne Sieger und Tabellen. Im Mittelpunkt standen Begegnung, Fairness und gemeinsames Erleben. Bereits die Teamnamen – von „Inter Vielfalt“ bis „Real Solidaridad“ – machten deutlich, worum es ging: Unterschiede sollten nicht trennen, sondern bereichern.

Ein besonderer Höhepunkt war die Talkrunde mit Vertreterinnen und Vertretern aus Sport und Gesellschaft. Gemeinsam wurde darüber gesprochen, welche Voraussetzungen notwendig sind, damit Inklusion dauerhaft gelingt. Dabei wurde deutlich: Es sind nicht die Menschen mit Behinderung, die Barrieren schaffen. Vielmehr müssen wir als Gesellschaft die Hindernisse abbauen, die Teilhabe erschweren.

Dass sogar eine Gebärdensprachdolmetscherin selbstverständlich zum Veranstaltungskonzept gehörte, unterstrich den Anspruch der Veranstaltung.

Das Turnier war weit mehr als ein Programmpunkt des Jubiläumsjahres. Es war ein sichtbares Zeichen dafür, welche Kraft Sport entfalten kann.

„Wir wollten uns nicht verstecken. Deshalb sind wir mit unserem Turnier bewusst auf die Mathildenhöhe gegangen. Inklusion bedeutet, gemeinsam nach denselben Regeln zu spielen, sichtbar zu sein und Anerkennung für das eigene Tun zu erfahren.“

Reinhold Diehl, Boule-Beauftragter des DemenzForum Darmstadt und Mitorganisator des Bouleturniers „Move for Dementia“

Bewegung verbindet – auch bei Demenz

Inklusion endet nicht bei körperlichen Behinderungen. Auch Menschen mit Demenz sollen möglichst lange aktiv am gesellschaftlichen Leben teilnehmen können. Deshalb engagiert sich die Boule-Abteilung der SGA seit vielen Jahren gemeinsam mit dem DemenzForum Darmstadt beim bundesweiten Aktionstag „Move for Dementia“.

Das jährliche Bouleturnier auf der Darmstädter Mathildenhöhe bringt Menschen mit und ohne Demenz zusammen. Hier entstehen Begegnungen auf Augenhöhe. Gespielt wird nach den offiziellen Regeln – mit Ehrgeiz, aber vor allem mit gegenseitigem Respekt. Gerade Boule eignet sich hervorragend für Menschen mit Demenz. Bewegung, soziale



Inklusives-Fußball-Mixturnier, 14. Juni 2026, mit Kindern und Jugendlichen der SGA, dem Gehörlosen Sportverein Darmstadt e.V. und der Fußball-ID des SV Darmstadt 98

Kontakte und gemeinsame Erfolgserlebnisse fördern Lebensqualität und Teilhabe. Das Turnier zeigt seit vielen Jahren eindrucksvoll, dass Sport Brücken bauen kann.

Inklusion beginnt bereits im Kindesalter

Wie selbstverständlich Vielfalt gelebt werden kann, zeigt auch das inklusive Kinderturnen der SGA. Kinder und Jugendliche mit geistigen oder komplexen Behinderungen entdecken gemeinsam mit ihren Familien Bewegungslandschaften, spielen, klettern, schaukeln oder werfen Bälle. Geschwisterkinder sind ausdrücklich willkommen. Leistungsdruck gibt es nicht. Jeder bewegt

„Die Stärke eines Vereins zeigt sich nicht daran, wie erfolgreich seine besten Mannschaften sind. Sie zeigt sich daran, wie selbstverständlich jeder Mensch dazugehören kann. Daran wollen wir uns als Sportgemeinschaft Arheilgen messen lassen – heute und in Zukunft.“
Thomas Stetz, SGA-Präsident

sich in seinem eigenen Tempo. Entscheidend ist die Freude an der Bewegung und das gemeinsame Erleben. Gerade solche Angebote bauen früh Berührungängste ab und vermitteln Kindern ganz selbstverständlich, dass Vielfalt normal ist.

Das Sportabzeichen kennt keine Grenzen

Auch das Deutsche Sportabzeichen steht bei der SGA allen Menschen offen. Durch angepasste Leistungsanforderungen können Menschen mit Behinderungen entsprechend ihrer individuellen Möglichkeiten die höchste Auszeichnung außerhalb des Wettkampfsports erwerben. Entscheidend ist nicht der Vergleich mit anderen, sondern die persönliche Leistung.

Damit zeigt auch das Sportabzeichen: Sportliche Anerkennung darf keine Frage einer Behinderung sein.

Gemeinsam weitergehen

Die Beispiele zeigen: Inklusion ist keine einzelne Veranstaltung und kein abgeschlos-

nes Projekt. Sie entsteht überall dort, wo Menschen offen aufeinander zugehen und bereit sind, gemeinsam neue Wege zu gehen.

Die SGA hat sich auf diesen Weg gemacht. Mit den Heiner-Rollis, inklusiven Sportangeboten für Kinder, dem Sportabzeichen, dem Bouleturnier „Move for Dementia“ und Veranstaltungen wie „Fußball für ALLE!“ setzen wir konkrete Zeichen.

Wir wissen aber auch: Es bleibt noch viel zu tun. Barrierefreiheit, gesellschaftliche Teilhabe und die stärkere Einbindung von Menschen mit Behinderungen in Ehrenamt und Vereinsleben werden uns auch in Zukunft beschäftigen. Genau darin liegt unsere Verantwortung als großer Breitensportverein. Denn Inklusion ist nicht das Ziel einer einzelnen Abteilung. Sie ist eine gemeinsame Aufgabe des gesamten Vereins.



Gemeinsames Sporttreiben beim Bouleturnier auf der Darmstädter Mathildenhöhe im Rahmen von „Move for Dementia“

Sichtbarer, stärker und zukunftsorientierter denn je

Ein Gespräch mit SGA-Präsident Thomas Stetz über das Jubiläumsjahr, die Entwicklung und die Herausforderungen

Thomas, die Delegiertenversammlung im Juni hat eine sehr positive Bilanz gezogen. Was war für Dich das prägendste Ereignis des vergangenen Jahres?

Das Jubiläumsjahr zum 150-jährigen Bestehen der SGA hat den Verein natürlich besonders geprägt. Der Jubiläumsempfang, der Fastnachtsumzug, unsere umfangreiche Pressearbeit und vor allem der Tag der offenen Tür haben gezeigt, wie lebendig und vielfältig unsere Sportgemeinschaft ist. Besonders gefreut hat mich die große Resonanz aus der Bevölkerung und die Wertschätzung, die unserem Verein entgegengebracht wird.

Du hast bei der Delegiertenversammlung betont, dass die SGA heute deutlich sichtbarer ist als noch vor einigen Jahren. Was meinst Du damit?

Wir sind heute als größter Sportverein Darmstadts mit unseren 14 Abteilungen und unserem riesigen Sportangebot sowie der Sport- und Ernährungs-Kita in der Stadtgesellschaft sehr präsent. Politik, Verwaltung, Sponsoren, andere Vereine und viele Bürgerinnen und Bürger nehmen die SGA als wichtigen Partner wahr. Das ist keine Selbstverständlichkeit, sondern das Ergebnis der Arbeit vieler Ehrenamtlicher und Hauptamtlicher. Darauf können wir gemeinsam stolz sein.

Wie steht die SGA wirtschaftlich da?

Sehr solide. Die Mitgliederzahlen entwickeln sich erfreulich, die Beitragseinnahmen steigen und gleichzeitig können wir unsere Darlehensverbindlichkeiten bald deutlich reduzieren. Das verschafft uns Handlungsspielräume für notwendige Investitionen und gibt uns Sicherheit für die Zukunft. Mein Dank gilt hier insbesondere unserem Vizepräsidenten Verwaltung und Finanzen Felix Klebe, der die finanzielle Entwicklung des Vereins seit vielen Jahren maßgeblich begleitet.

Welche Projekte stehen derzeit im Mittelpunkt?

Unsere Vereinsanlagen müssen kontinuier-



Thomas Stetz

lich gepflegt und modernisiert werden. Deshalb investieren wir unter anderem in die Lüftungstechnik des Sportzentrums, in die Sanierung der Kita-Fassade und in weitere Infrastrukturmaßnahmen. Unser Vizepräsident Bau Heinz Merlau kümmert sich mit großem Engagement gemeinsam mit dem Gebäudemanagement darum, dass die Voraussetzungen für einen modernen und attraktiven Sportbetrieb geschaffen werden.

Welche Zukunftsthemen beschäftigen das Präsidium besonders?

Wir wollen die SGA strategisch weiterentwickeln. Deshalb haben wir mit Kai-Uwe Busch einen Beauftragten für Sportentwicklung berufen. Außerdem wollen wir unsere Mitglieder und die Bürgerinnen und Bürger stärker einbinden und ihre Erwartungen an die SGA abfragen. Gleichzeitig prüfen wir neue Sportangebote wie Padel, um zusätzliche Zielgruppen für den Verein zu gewinnen.

Ein Thema war auch die Ganztagsbetreuung an Schulen. Welche Chancen siehst Du hier für die SGA?

Sehr große Chancen. Mit dem Rechtsanspruch auf Ganztagsbetreuung wird die Zusammenarbeit zwischen Schulen und Sportvereinen immer wichtiger. Unser Vizepräsident Mathias Altenburg beschäftigt sich intensiv mit diesem Thema. Die SGA verfügt über viel Erfahrung in der Kinder- und Jugendarbeit und kann einen wichtigen Beitrag leisten, damit Bewegung, Sport und soziale Kompetenzen fester Bestandteil des Ganztags werden. Das ist eine große gesellschaftliche Aufgabe und zugleich eine Chance für unseren Verein.

Neben dem Sport spielt auch die Kommunikation eine immer größere Rolle. Was hat sich hier verändert?

Wir haben unsere Öffentlichkeitsarbeit in den vergangenen Monaten deutlich ausgebaut. Die neue Homepage, unser Instagram-Kanal, der SGA-Newsletter sowie eine intensive Pressearbeit helfen uns, Mitglieder, Interessierte und die Öffentlichkeit besser über das vielfältige Leben in unserem Verein zu informieren. Besonders freut mich, dass der Newsletter bereits nach kurzer Zeit fast 500 Abonnentinnen und Abonnenten gewonnen hat. Unser Vizepräsident Marketing und Kommunikation, Thiemo Gutfried, hat gemeinsam mit vielen weiteren Mitwirkenden wichtige Impulse gesetzt, um die SGA modern, sichtbarer und kommunikativ stärker aufzustellen. Transparenz und Information sind wichtige Voraussetzungen für ein gutes Miteinander in einem großen Verein.

Welches Jubiläumserlebnis wird Dir besonders in Erinnerung bleiben?

Da gibt es mehrere. Der Jubiläumsempfang im Januar war ein außergewöhnlicher Auftakt in unser Jubiläumsjahr. Besonders bewegend war die Sportlerparade, bei der Vertreterinnen und Vertreter unserer Abteilungen gemeinsam die ganze Vielfalt der SGA sichtbar gemacht haben. Viele Gäste haben mir

anschließend gesagt, wie beeindruckt sie davon waren, auf einen Blick zu erleben, wie breit unser Sportangebot aufgestellt ist und wie viele Menschen sich in unserem Verein engagieren. Der Tag der offenen Tür war ein großer Erfolg und hat diesen Eindruck später noch einmal eindrucksvoll bestätigt.

Ein besonderes Highlight war außerdem das Testspiel unserer Fußballer gegen den SV Darmstadt 98. Es war beeindruckend zu sehen, wie viele Menschen den Weg ans Arheilger Mühlchen gefunden haben und welche Begeisterung dieses Spiel ausgelöst hat. Solche Veranstaltungen stärken nicht nur die Identifikation mit unserem Verein, sondern zeigen auch, welche Strahlkraft die SGA weit über Arheilgen hinaus besitzt.

Zum Abschluss: Was wünschst Du Dir für die Zukunft der SGA?

Dass wir uns unsere Offenheit, unsere Vielfalt und unseren Gemeinschaftssinn bewahren. Die SGA lebt vom Engagement ihrer Mitglieder, Trainerinnen und Trainer, Übungsleitenden, Ehrenamtlichen und Hauptamtlichen. Wenn wir weiterhin gemeinsam an einem Strang ziehen, werden wir auch die kommenden Herausforderungen erfolgreich meistern und die Erfolgsgeschichte unseres Vereins fortschreiben.

Gleichzeitig wünsche ich mir, dass wir neugierig bleiben. Dass wir den Mut haben, Neues auszuprobieren, Bewährtes kritisch zu hinterfragen und offen für Veränderungen zu sein. Die Welt verändert sich ständig – und auch ein Verein muss sich weiterentwickeln, ohne seine Wurzeln zu verlieren. Dazu gehört, Zukunftsszenarien zu entwickeln, Chancen frühzeitig zu erkennen und sie aktiv zu gestalten, statt nur auf Veränderungen zu reagieren. Wenn es uns gelingt, Tradition und Zukunftsorientierung miteinander zu verbinden, dann bin ich überzeugt, dass die SGA auch in den kommenden Jahrzehnten eine starke und lebendige Gemeinschaft bleiben wird.

Saisonrückblick der SGA-Handballer (Aktive)

Vier Aktiven-Teams waren für die SGA auf Punktejagd

In der vergangenen Saison ging die SGA erstmalig mit vier Aktiven-Teams an den Start. Während 1. und 2. Herren nach ihrem Doppelaufstieg in der nächsthöheren Liga antraten, starteten die Damen und 3. Herren in der jeweils untersten Spielklasse.

1. Herren (Oberliga Süd)

Für die 1. Herrenmannschaft startete die Saison mit drei Siegen zunächst vielversprechend, ehe sich das Blatt wendete und einige teils knappe Niederlagen folgten. Zum großen Pech kamen in dieser Abwärtsphase noch zwei langwierige Verletzungen von Schlüsselspielern hinzu, die zumindest temporär die Sorgenfalten auf den Arheilger Gesichtern tiefer werden ließen. Doch die Mannschaft zeigte Moral und erkämpfte sich in den darauffolgenden Spielen gegen Mitaufsteiger Babenhausen und im Derby gegen Griesheim wichtige Siege. Zum Abschluss der Hinrunde standen 12:14 Punkte auf dem Konto, was den neunten Tabellenplatz bedeutete.

Auch die Rückrunde begann mit einem Erfolg. Im Februar und März ging es dann in spannenden Partien extrem eng zu: Gleich viermal in Folge endete ein Spiel mit nur einem Tor Unterschied – leider in drei Fällen als Niederlage für die SGA. Wie schon in der Hinrunde gelang die Trendwende über Siege gegen Babenhausen und im Derby gegen Griesheim. Als wenige Spieltage vor Saisonende aufgrund besonderer Abstiegs-konstellationen in den oberen Ligen plötzlich Abstiegsangst aufkam, zeigte sich das Team unbeeindruckt: Vor heimischem Publikum schlug man unter anderem den bereits feststehenden Oberliga-Meister Rodgau/Nieder-Roden deutlich mit 36:29. In der Abschlusstabelle landete die 1. Herrenmannschaft auf dem soliden 9. Platz.

2. Herren (Bezirksliga)

Zum Start in die neue Saison stotterte der Motor der zweiten Mannschaft noch etwas. Den Auftakt verlor man in Bieberau, es folgte ein klarer 36:25-Sieg gegen Fürth/Krumbach, ehe das dritte Spiel in Rüsselsheim sehr deutlich mit 22:33 abgegeben wur-

de. Was dann folgte, überstieg jedoch alle Erwartungen: Alle weiteren Spiele der Hinrunde wurden gewonnen. Selbst Aufstiegsfavoriten wurden teils deutlich geschlagen. Völlig verdient fand sich das Team zum Ende der Hinrunde auf dem 1. Tabellenplatz wieder und feierte die Herbstmeisterschaft.

Die ersten Träumereien vom Durchmarsch in die Bezirksoberrliga begannen, doch das Team blieb realistisch genug, um zu wissen, dass noch ein langer Weg vor ihm liegen würde. Den Aufsteiger aus Arheilgen unterschätzte nun niemand mehr. So kam es, dass man sich Ende Februar in drei aufeinanderfolgenden Spielen geschlagen geben musste und sich vorerst aus der Spitzengruppe verabschiedete. Der Siegeswille war zwar zu keinem Zeitpunkt abzustreiten, doch fehlte in den verbleibenden Spielen an mancher Stelle das Quäntchen Glück, sodass nur noch knapp die Hälfte der Partien gewonnen wurde. Unterm Strich blieb jedoch ein hervorragender 3. Tabellenplatz – ein großes Ausrufezeichen als Aufsteiger.

Mit der Saison endete auch das Trainerengagement von Flo Abe, der die Mannschaft über viele Jahre hinweg trainiert und coacht hatte. An dieser Stelle nochmals ein herzliches Dankeschön!

Damen (Bezirksliga)

Das neu geformte Team startete fulminant in die Saison und positionierte sich schnell als Aufstiegsfavorit. Nach vier Siegen in Folge musste man sich erstmalig geschlagen geben und verlor nach einem 25:25 in der 50. Minute noch denkbar knapp mit 28:30 gegen Biblis/Gernsheim. Davon unbeeindruckt folgte eine weitere Serie von vier Siegen, ehe man sich der Mannschaft aus Roßdorf geschlagen geben musste. Mehr Niederlagen gab es in der Hinrunde jedoch nicht.

Auch die Rückrunde lief ähnlich erfolgreich: Nur dem späteren Meister Langen (21:22) sowie erneut den Damen aus Roßdorf unterlagen die Oarhelljer Mädcher. Am Ende bedeutete dies die Vizemeisterschaft und den nur knapp verpassten Aufstieg in die Be-



Die 1. Herren feiert den Klassenerhalt und sagt: DANKE!

zirksoberrliga. Mit herausragenden 161 Toren (8,47 Tore pro Spiel) sicherte sich Romina Kappes zudem den ersten Platz in der Torejägerliste.

3. Herren (2. Bezirksklasse)

Aufgrund des enorm großen Kaders der 2. Mannschaft (mehr als 30 Spieler) sollte über die Meldung eines weiteren Teams jeder Akteur die Chance auf Spielzeit bekommen. Und so machte man sich auf ins Abenteuer 2. Bezirksklasse.

Zum Auftakt ging es nach Eberstadt, zum Tabellenletzten der Vorsaison, gegen den prompt mit 28:30 verloren wurde. Die erste Standortbestimmung ließ Schlimmes befürchten. Doch schon im dritten Spiel gelang der erste Sieg gegen Dornheim/Groß-Gerau – der im Nachhinein allerdings am grünen Tisch wegen des Einsatzes eines nicht spielberechtigten Spielers wieder aberkannt wurde. Bis Ende November mussten die Herren 3 warten, ehe der erste echte Punktgewinn gegen Gernsheim eingefahren wurde. Dies blieb der einzige Zähler der Hinrunde.

Doch die Kurve zeigte nach oben und die Arheilger Spieler fanden immer besser zusammen. Dies resultierte in vier Siegen in der Rückrunde. Im letzten Spiel gegen den bereits feststehenden Meister aus Siedelsbrunn konnte man die Partie bis zur 45. Minute offen halten und diesen Aufwärtstrend bestätigen.

Auch wenn sportlich mit dem 10. Tabellenplatz (bei 12 Mannschaften) kein Spitzenresultat erzielt wurde, ist die Saison dennoch

positiv zu bewerten. Viele Spieler sammelten wertvolle Spielpraxis. Der Trend zeigte durchweg nach oben und trotz der Niederlagen kam der Spaß auf und neben dem Platz nie zu kurz.

Fazit und Ausblick

Ohne Aufstieg – aber noch viel wichtiger: ohne Abstieg – geht die Saison für die Arheilger Aktiven-Teams zu Ende. Alle Mannschaften können stolz auf ihre Leistungen sein. In vielen spannenden Spielen wurde toller Sport und beste Unterhaltung geboten. Besonders die Heimspieltage haben sich zu echten Highlights für Spieler und Zuschauer entwickelt. Bei bis zu 300 Fans kochte die Stimmung so manches Mal hoch und peitschte die Jungs und Mädels in Blau zum Sieg. Vielen Dank für diese großartige Unterstützung in der Halle!

Der Dank gilt ebenso allen ehrenamtlich Engagierten: von den Unparteiischen und Zeitnehmenden über die Hallensprechenden bis hin zu den Helfenden in der Küche, im Verkauf und den vielen weiteren Unterstützenden. Ihr seid das Rückgrat unserer Handballabteilung und ermöglicht immer wieder großartige Sternstunden im Arheilger Handball.

Die Vorbereitung für die nächste Saison ist bereits voll im Gange. Während manch einer die Sommerpause für den Urlaub nutzt, schwitzen die Teams schon wieder in den Hallen, um auf den Punkt fit zu sein: Die neue Spielzeit beginnt am 12. September und bereits am 26. September steht der erste große Heimspieltag mit allen vier Teams der SGA an.

Saisonrückblick der SGA-Handball-Jugend

Bereits im März endete die Saison für die Jugendmannschaften der Handballabteilung. Insgesamt gingen elf Teams von der A- bis zur E-Jugend im männlichen und weiblichen Bereich an den Start. Daneben konnten mehrere Mini-Mannschaften gemeldet werden, die an den Minispielfesten teilnahmen. Die Spielerinnen und Spieler des Handballkindergartens, der ab dem Alter von vier Jahren angeboten wird, nehmen hingegen noch nicht am Spielbetrieb teil.

Weibliche B-Jugend Meister der Bezirksliga

Drei Mannschaften aus den älteren Jahrgängen wurden als Spielgemeinschaft gemeinsam mit der TGB Darmstadt gemeldet, alle anderen traten ausschließlich für die SGA an. Mit der weiblichen C-Jugend konnte sich auch ein Team für die BOL qualifizieren und eine erfolgreiche Runde spielen. Zudem erreichten die Spielerinnen der E-weiblich den

zweiten Platz in der höchsten Spielklasse, die B-weiblich wurde immerhin in der Bezirksliga Erste.

Besonders erfreulich ist, dass im Laufe der Saison auch einige A-Jugendliche bereits bei den Aktiven Luft schnuppen und sowohl im Trainings- als auch im Spielbetrieb die ersten Erfahrungen sammeln konnten.

Im Mai und Juni fanden bereits die Qualifikationen für die kommende Saison 2026/27 statt, die bei D-weiblich und B-weiblich erfolgreich abgeschlossen werden konnten. Die neue Saison startet im September mit neun Mannschaften im Jugendbereich zuzüglich der Minis.

Davor steht allerdings noch das traditionelle Jugend-Power-Turnier am letzten August-Wochenende (29. + 30.08.) in der Bürgerparkhalle an, bei dem die Teams gerne angefeuert werden dürfen.



JETZT NEU: DER SGA-NEWSLETTER

Hol Dir alle Updates, Events und Highlights rund um Deine SGA direkt in Dein Postfach – mit unserem Newsletter bleibst Du immer informiert.

[HIER GEHT'S ZUR ANMELDUNG](#)



150 Jahre SGA, 33 Jahre Walking

Im Jahr 1993 wurde die Walkinggruppe der SGA von Monika und Bernhard Künzig als Übungsleitende begründet. Seither hat sie nichts von ihrem Reiz verloren. Alle Teilnehmer freuen sich jede Woche wieder auf die Zeit, die dem Walken vorbehalten bleibt.

Viele von ihnen haben sich durch das Walken kennengelernt und mit der Zeit sind auch wunderbare Freundschaften entstanden.

Walking stärkt als moderates Ausdauertraining das Herz-Kreislauf-System und ist für Einsteiger gut geeignet. Wir gehen flott und mit forciertem Armeinsatz, aber ohne Stöcke wie beim Nordic-Walking.

Im Sommer treffen wir uns am Zeughaus (Bioversum) und laufen durch die herrlichen Wälder rund um das Jagdschloss Kranichstein, das Oberfeld und die Fasanerie. Sechs abwechslungsreiche Strecken stehen hier zur Auswahl.

In den Wintermonaten (Oktober bis März) treffen wir uns am Merck-SGA-Sportzentrum und laufen über beleuchtete Wege. Zu jeder Einheit von einer Stunde gehören ein kurzes Aufwärmprogramm und zum Abschluss sanfte Dehnübungen.

Wir treffen uns: Dienstag 18.00 Uhr und Donnerstag 18.30 Uhr. Weitere Infos bei Monika & Bernhard Künzig (Tel. 376549)



Nicht nur Walking, auch wunderbare Freundschaften

„Merck Mini-Fit“ begeistert Arheilger Kitas

Bewegung, Spiel und gesunde Ernährung als Konzept

Dank der Förderung durch Merck als Premiumsponsor läuft das Förderprogramm „Merck Mini-Fit“ nun bereits im dritten Jahr und hat wieder zahlreiche Kinder in Arheilgen in Bewegung gebracht. Gemeinsam mit der SG Arheilgen konnten verschiedene kostenfreie Angebote direkt in den Kitas oder im Merck-SGA-Sportzentrum umgesetzt werden. Ziel des Programms ist es, Kinder frühzeitig für Bewegung, Sport und eine gesunde Lebensweise zu begeistern – mit viel Spaß und ohne Leistungsdruck.

Merck engagiert sich mit dem Sponsoring des Programms aktiv für die Gesundheitsförderung von Kindern in der Region. Als global tätiges Wissenschafts- und Technologieunternehmen mit Wurzeln in Darmstadt sieht

Merck die Unterstützung lokaler Gemeinschaftsprojekte als wichtigen Bestandteil seiner gesellschaftlichen Verantwortung. Mit „Merck Mini-Fit“ leistet das Unternehmen einen konkreten Beitrag dazu, Kindern in Arheilgen von Beginn an einen aktiven und gesunden Lebensstil zu ermöglichen.

Zum Programm gehört unter anderem die beliebte Laufspielschule, die Ballschule bei den Arheilger Strolchen, abwechslungsreiche Bewegungslandschaften im Merck-SGA-Sportzentrum sowie das Ernährungsabenteuer bei Dahiris, bei dem die Kinder spielerisch an das Thema gesunde Ernährung herangeführt wurden. Jedes Angebot verfolgte dabei einen ganzheitlichen Ansatz: Bewegung, Koordination, Kreativität und gemeinsames Er-

leben standen stets im Mittelpunkt. Die Kombination aus Bewegung, Spiel und Ernährung kam bei den Kindern ebenso gut an wie bei den pädagogischen Fachkräften.

Besonders erfreulich war die hohe Beteiligung der Arheilger Kindertagesstätten. Die Kita Wirbelwind, die Kita Sonnenblume, die Mercksche Kita sowie die SGA-Sport-Kita nutzten die Angebote intensiv und sorgten Woche für Woche für viele bewegungsfreudige und begeisterte Kinder. Gleichzeitig konnten auch weitere Einrichtungen einzelne Programmpunkte wahrnehmen und so ihren Kindern abwechslungsreiche Bewegungsangebote ermöglichen.

Vor allem die Laufspielschule entwickelte sich zu einem echten Highlight. Mit abwechslungsreichen Spielen und altersgerechten Bewegungsaufgaben konnten die Kinder ihre motorischen Fähigkeiten verbessern, Selbstvertrauen gewinnen und die Freude an der Bewegung entdecken. Ebenso großer Beliebtheit erfreute sich das Ernährungsabenteuer bei Dahiris. Hier konnten die Kinder mit allen Sinnen erleben, wie spannend gesunde Ernährung sein kann. Spielerisch lernten sie verschiedene Lebensmittel kennen, probierten Neues aus und erfuhren altersgerecht, warum eine ausgewogene Ernährung wichtig für ihren Körper ist.

Auch die aufgebauten Bewegungslandschaften im Merck-SGA-Sportzentrum waren regelmäßig ein Höhepunkt. Klettern, Balancieren, Springen und Rollen boten den Kindern vielfältige Möglichkeiten, ihren natürlichen Bewegungsdrang auszuleben. Unterschiedliche Geräte und abwechslungsreiche Stationen luden zum Entdecken ein und ermöglichten jedem Kind, eigene Erfolgserlebnisse zu sammeln. So wurden Selbstvertrauen,

Körpergefühl und Bewegungsfreude gleichermaßen gestärkt.

Die Ballschule bei den Arheilger Strolchen ergänzte das Programm mit altersgerechten Übungen rund um Werfen, Fangen, Rollen und Prellen. Spielerisch wurden erste Grundlagen im Umgang mit verschiedenen Bällen vermittelt und gleichzeitig Koordination sowie Auge-Hand-Koordination geschult. Vor allem aber standen die Freude am gemeinsamen Spielen und das Ausprobieren neuer Bewegungsformen im Vordergrund.

Das Programm zeigt eindrucksvoll, wie erfolgreich die Zusammenarbeit zwischen Verein, Kindertagesstätten und regionaler Wirtschaft sein kann. Die SG Arheilgen bedankt sich herzlich bei ihrem Hauptsponsor Merck, der das Förderprogramm „Merck Mini-Fit“ ermöglicht und damit einen wichtigen Beitrag zur Bewegungsförderung und Gesundheitsbildung von Kindern in Arheilgen leistet. Dank dieser Unterstützung können die Angebote für die teilnehmenden Kitas weiterhin kostenfrei durchgeführt werden.

Die vielen positiven Rückmeldungen von Kindern, Erzieherinnen und Erziehern zeigen, wie wertvoll solche Bewegungs- und Gesundheitsangebote für den Kita-Alltag sind. Sie fördern nicht nur Motorik und Gesundheit, sondern vor allem die Freude an gemeinsamer Bewegung, am Ausprobieren neuer Dinge und am Miteinander. Genau diese Erfahrungen schaffen wichtige Grundlagen für eine gesunde Entwicklung – und sind ein eindrucksvolles Beispiel dafür, was möglich wird, wenn ein engagierter Sponsor wie Merck und ein aktiver Sportverein wie die SG Arheilgen gemeinsam Verantwortung für die jüngsten Mitglieder unserer Gemeinschaft übernehmen.

Merck Mini-Fit

Unser Angebot für die Arheilger Kitas

Mittwoch:
11:15-12:15 Uhr
Nutzung der aufgebauten Bewegungslandschaft
Merck-SGA-Sportzentrum Halle 4

Donnerstag:
10:00-11:00 und 11:00-12:00 Uhr
Merck Mini-Fit Ballschule
Kita Arheilger Strolche

Freitag:
09:30-10:30 Uhr oder 11:30-12:30 Uhr
Nutzung der aufgebauten Bewegungslandschaft
Merck-SGA-Sportzentrum Halle 4

nach Absprache:
Laufspielschule und
Ernährungsabenteuer bei Dahiris
in den Kitas vor Ort

Anmeldung & Rückfragen?
06151 376 330
sga@sg-arheilgen.de

Premiumsponsor
MERCK

„Lieber barfuß, als ohne Buch.“

(isländisches Sprichwort)

Öffnungszeiten:
Mo.-Fr.: 9.00 - 13.00 Uhr
und 14.30 - 18.00 Uhr
Sa.: 9.00 - 13.00 Uhr

Frankfurter Landstr. 167 • 64291 Darmstadt Tel.: 0 61 51 / 37 56 46
info@arheilger-buecherstube.de • www.arheilger-buecherstube.de

„Jung bleiben mit Bewegung“

Gudschi bewegt alle beim Sport – Mitglieder berichten vom Seniorensport

„Mit großer Energie und Leidenschaft organisiert und trainiert Gudrun Holl, besser bekannt unter dem Namen Gudschi, ihre Sportangebote bei der SGA. Ihre Freude, den Körper zu bewegen und damit gesund zu halten, überträgt sich von Beginn ihrer Sportstunden bis zum Ende. Ihre Übungen zielen auf den ganzen Körper, vom Kopf bis in die Zehenspitzen. Jedes Angebot bereitet sie mit großem Fachwissen, Können und Engagement vor. Wert legt sie auf vielseitige Bewegungsübungen. Trainiert werden einfühlsam Muskeln und Gelenke. Dabei wechseln Übungen zum Halten des Gleichgewichts mit Sturzprophylaxe einander harmonisch ab. Auch die Reaktionsfähigkeit fördert sie besonders. Mit ausgesuchten Musikstücken schafft sie eine wohltuende Atmosphäre.“

„Mit klaren Ansagen werde ich mit den Übungen gefordert und gefördert. Schon nach kurzer Zeit stellen sich die Erfolge ein. Meine Elastizität nimmt rasch zu und bleibt nachhaltig bestehen. Auf anstrengende Übungen bietet Gudschi einen Entspannungsteil. Einsteigerinnen und Einsteigern genauso wie Fortgeschrittenen bietet sie alle sportlichen Möglichkeiten, sich zu bewegen. Ich freue mich schon auf dem Nachhauseweg auf die nächste Sportstunde. Ihr Herzblut und ihr unermüdlicher ehrenamtlicher Einsatz sowie ihre kompetenten Ideen sind Vorbild und großer Teil dessen, was die SGA prägt. Kurz gesagt: Für mich hat Sport in der SGA einen Namen: Gudschi!“

„Es ist 7.30 Uhr. Der innere Schweinehund sagt: 8.30 Uhr ist zu früh für Sport. Fit für



Neujahrstreffen der Seniorensportgruppe

den Alltag, was für ein Blödsinn. Der letzte Rest Vernunft treibt mich zur Halle. Dort sehe ich viele erwartungsfrohe Gesichter verschiedenen Alters und denke, vielleicht hat der Schweinehund Unrecht. Es können sich nicht alle irren. Dann kommt Gudschi gut gelaunt, zählt ihre Schäfchen, macht die Musik an und bringt dazu Behälter mit Minihanteln. Auch das noch, denke ich und hole mir mittlere Gewichte. Die leichten lege ich zurück, nachdem meine 10 Jahre ältere Mattennachbarin ebenfalls die mittleren genommen hat. Dann geht es los mit toller Musik und Anweisungen: 30 Minuten Bewegung im Stehen danach 30 Minuten auf der Matte mit Entspannung zum Schluss. Der Schweinehund wird immer leiser. Nach Schluss der Stunde ist er still und mein Körper und Rücken fühlen sich wunderbar an. Ich gehe beschwingt in den Tag.“

„Dienstag 8.15 Uhr Die Halle 4 füllt sich mit gut gelaunten, teils plaudernden, teils noch stillen Menschen. 8.25 Uhr, die Halle ist nun gefüllt, hauptsächlich mit der Generation „pünktlich“. Gudschi, wie immer gut gelaunt und engagiert, begrüßt, registriert und nun geht es los. Ab jetzt werden gewiss auch die Müden munter. Mit flotten Schritten wird aufgewärmt, die Koordination gefördert und bei schöner Musik steigt die Laune automatisch immer mehr. Danach geht es mit oder ohne Geräte ans Kräftigen, zum guten Abschluss fehlt auch nicht die Dehnung. Ein großer Beifall bezeugt die Zufriedenheit unter den Teilnehmerinnen und Teilnehmern. Beim Rausgehen hört man oft: Es war wieder so schön.“

„Jede Woche treffen wir uns zur Seniorengymnastik, um gemeinsam etwas für unsere Gesundheit und unser Wohlbefinden zu tun. Dabei steht nicht nur die Bewegung

im Mittelpunkt, sondern auch die Freude am Miteinander. Unter der engagierten Leitung unserer Übungsleiterin verbringen wir abwechslungsreiche Sportstunden mit Gymnastik, Koordinationsübungen, Dehnungen und kleinen Kräftigungsübungen. Jeder macht so gut mit, wie es möglich ist, und genau das macht unsere Gruppe aus: Hier zählt nicht die Leistung, sondern die Freude an der Bewegung. Regelmäßige Bewegung hilft uns, beweglich zu bleiben, die Muskulatur zu stärken und das Gleichgewicht zu verbessern. Gleichzeitig trainieren wir unser Gedächtnis und fördern unsere Gesundheit. Viele Teilnehmerinnen und Teilnehmer stellen fest, dass sie sich nach den Sportstunden fitter und ausgeglichener fühlen.“

„Besonders hervorzuheben ist die freund-schaftliche Atmosphäre in unserer Gruppe. Es wird viel gelacht, miteinander gesprochen und gegenseitig motiviert. Neue Teilnehmerinnen und Teilnehmer werden herzlich aufgenommen und fühlen sich schnell willkommen. Die Seniorengymnastik ist für viele von uns zu einem festen Bestandteil der Woche geworden. Sie zeigt, dass man in jedem Alter aktiv bleiben und gemeinsam Spaß an der Bewegung haben kann. Wir freuen uns auf viele weitere sportliche Stunden und bedanken uns bei unserer Übungsleiterin für ihren unermüdlichen Einsatz, ihre Geduld und natürlich auch für die immer gute Stimmung.“

Die Gruppe trifft sich inzwischen seit fast 15 Jahren dienstags und donnerstags um 8.30 Uhr zum gemeinsamen Sporttreiben. Bei Interesse informiert Euch unter sg-arheiligen.de.

Sportangebot für Long Covid-Betroffene

Die Covid-Pandemie ist uns allen zum einen noch in guter Erinnerung, zum anderen sind wir wieder zur Tagesordnung zurückgekehrt. Das öffentliche Leben ist wieder das „Alte“. Es gibt keine Einschränkungen mehr. Einkaufen, Veranstaltungen, Feste, Feiern, das sportliche Leben – alles ohne Maske und Regeln, keine Abstandsvorschriften und Anzahlenregeln. Der Umgang mit Covid hat seinen Schrecken verloren und gleicht inzwischen für die meisten dem mit einer Erkältung. Getestet wird nur noch selten und Masken sind die Ausnahme.

„Es ist nichts mehr, wie es war, ich möchte mein altes Leben wieder zurück“, „ich kann mich nicht sehr lange konzentrieren“, „ich schaffe die einfachsten Dinge im Haushalt nicht mehr“, „kann ich je wieder arbeiten gehen?“. Diese Sätze stammen von Sportlerinnen und Sportlern aus dem Reha-Kurs „LongCovid/Lunge“ der SGA. Covid ist nicht verschwunden und jede Erkrankung birgt aufs Neue das Risiko an LongCovid zu erkranken, das heißt, die Akuterkrankung geht in eine Dauererkrankung über. Dabei werden die Funktionen verschiedener Organe beeinträchtigt, wie z.B. das Herz nach einer Herzmuskelentzündung als Folgeerkrankung oder die Lungenfunktion, das Nervensystem, einzelne Muskelfunktionen, der Gleichgewichtssinn, die Koordination, das Gedächtnis oder auch Wortzuordnungen. Insgesamt ist die Leistungsfähigkeit der Betroffenen sehr stark eingeschränkt, sodass sie schon ein Einkauf, das Ausräumen der Spülmaschine oder drei Stunden im Betrieb mit Hin- und Rückweg an ihre persönlichen Grenzen bringen kann.

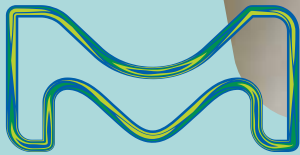
Während der Pandemie war das Sportleben der SGA stark eingeschränkt und es brauchte viel Kreativität, um wenigstens etwas Sport am Laufen zu halten. Der Rahmen war eng gesteckt, zeitweise nur digital möglich. Was sich während der Pandemie schon abzeichnete: Dass einige Sportlerinnen und Sportler durch die Covid-Erkrankung so stark beeinträchtigt sind, dass es besondere Sportangebote braucht, um den Körper auf den unterschiedlichen Ebenen wieder aufzubauen. So entstand eine Reha-Gruppe, die gezielt Covid und später Long-Covid-Betroffene trainiert. Damit gehörte die SGA zu den ersten Vereinen in Hessen, die ein solches Angebot einführen und leistete damit Pioniararbeit. Im Training konnte man auf nichts zurückgreifen, denn es gab noch zu wenig Wissen über die Erkrankung. Bei den Sportstunden stand so das gegenseitige Voneinander-Lernen auf der Tagesordnung. Die Sportlerinnen und Sportler benannten ihre Symptome und Einschränkungen und die Trainerin entwickelte dafür gezielt ein Bewegungsprogramm. Mittlerweile sind Angebote für Covid-Betroffene ein fester Bestandteil der Reha-Angebote des Hessischen Behinderten- und Rehabilitationssportverbandes. Da es inzwischen mehr Wissen über die Erkrankung gibt, konnten nun entsprechende Trainingsprogramme entwickelt werden. Regelmäßige und gezielte Bewegung erhält und erweitert die Beweglichkeit auf allen Ebenen der Betroffenen. Die Teilnehmenden schätzen das gemeinsame Bewegen und den gemeinsamen Austausch. Trainiert wird montags von 10 bis 10.45 Uhr und donnerstags von 10.45 bis 11.30 Uhr in der Halle 4/5 im Merck-SGA-Sportzentrum.



Für eine lebenswerte Region:

GEMEINSAM Mehr schaffen.

Für mehr offene Türen & helfende Hände.*



* Wir engagieren uns für gemeinnützige Einrichtungen und Projekte in unserer Region – und gemeinsam mit unseren Partnern machen wir sie damit herzlicher.
Mehr auf [MERCK.de/nachbarschaft](https://www.merck.de/nachbarschaft)

Ein Fußballfest, das nachwirkt

Der SV Darmstadt 98 beehrte die SGA zum Jubiläumsspiel am Arheilger Mühlchen

Es war einer dieser Sommertage, an die man sich im Verein noch lange erinnern wird: Als der SV Darmstadt 98 zum Jubiläumsspiel an das Arheilger Mühlchen kam, verwandelte sich das Sportgelände der SGA in eine große Fußballbühne. Mehr als 2.300 Zuschauerinnen und Zuschauer sorgten für eine beeindruckende Kulisse und machten das Testspiel zu einem der emotionalen Höhepunkte im Jubiläumsjahr „150 Jahre SGA“.

Schon vor dem Anpfiff war spürbar, dass dieses Spiel weit mehr sein würde als ein sportlicher Vergleich. Gemeinsam begrüßten SGA-Präsident Thomas Stetz und Stadionsprecher Henry Stein die Mannschaften sowie zahlreiche Ehrengäste. Unter ihnen waren Oberbürgermeister und Sportdezernent Hanno Benz, der Präsident des SV Darmstadt 98, Markus Pfitzner, Lilien-Cheftrainer Florian Kohfeldt sowie der Vorsitzende des Sportkreises Darmstadt-Dieburg, Rafael Reißer. Ihre Anwesenheit unterstrich die Bedeutung der SGA als größter Sportverein Darmstadts und die enge Verbundenheit von Spitzen- und Breitensport in der Region.

Auf dem Platz zeigte der Zweitligist seine Klasse und gewann die Partie zwar deutlich,



Faire Zweikämpfe auf beiden Seiten beim Spiel gegen den SV Darmstadt 98



Signiertes Jubiläumsshirt

doch das Ergebnis geriet schnell in den Hintergrund. Viel wichtiger war die besondere Atmosphäre, die Begeisterung auf und neben dem Platz und das außergewöhnliche Engagement der vielen ehrenamtlichen Helferinnen und Helfer. Wochenlang hatten sie den Rasenplatz und das gesamte Vereinsgelände vorbereitet und damit die Grundlage für eine Veranstaltung geschaffen, die von Gästen und Besuchern gleichermaßen gelobt wurde.

Ein solcher Tag wäre allerdings ohne starke Partner nicht möglich gewesen. Ein besonderer Dank gilt deshalb der ENTEGA, die dieses Jubiläumsspiel überhaupt erst ermöglicht hat. Mit ihrer Unterstützung hat sie der Sportgemeinschaft und der gesamten Region ein außergewöhnliches Fußballerlebnis geschenkt und einmal mehr gezeigt, welchen Stellenwert die Förderung des Breitensports für den gesellschaftlichen Zusammenhalt besitzt. Ebenso bedankt sich die SGA bei allen weiteren Sponsoren und

Unterstützern, die zum Gelingen dieser besonderen Veranstaltung beigetragen haben. Dass das Fußballfest weit über den Schlusspfiff hinaus Wirkung entfaltet, freut die SGA besonders. Die Einnahmen aus dem Testspiel fließen vollständig in die Kinder- und Jugendarbeit und leisten einen wichtigen Beitrag zur Finanzierung der geplanten Flutlichtanlage am Rasenplatz. Dadurch entstehen künftig zusätzliche Trainingsmöglichkeiten – insbesondere für die zahlreichen Kinder- und Jugendmannschaften des Vereins.

Bleibende Erinnerung kann ersteigert werden

Wer sich ein Stück dieses besonderen Tages sichern und gleichzeitig die Zukunft der SGA unterstützen möchte, hat dazu ebenfalls die Gelegenheit: Versteigert wird ein offizielles Jubiläums-T-Shirt, das nach dem Spiel von den Spielern der SGA und des SV Darmstadt 98 sowie von Lilien-Cheftrainer

Florian Kohfeldt signiert wurde. Auf der Vorderseite befinden sich die Unterschriften der SGA-Mannschaft, auf der Rückseite haben sich die Spieler des SV Darmstadt 98 verewigt.

Das Mindestgebot beträgt – passend zum 150-jährigen Vereinsjubiläum – 150 Euro. Gebote können bis zum 29. August 2026 bei der Geschäftsstelle der SGA (sga@sg-arheilgen.de) eingereicht werden. Der Erlös kommt ohne Abzüge ebenfalls der Kinder- und Jugendarbeit sowie der Finanzierung der neuen Flutlichtanlage zugute.

So bleibt das Jubiläumsspiel nicht nur als großartiges Fußballfest in Erinnerung. Es steht beispielhaft für das, was die Sportgemeinschaft Arheilgen auszeichnet: ehrenamtliches Engagement, starke Partner, sportliche Begeisterung und den gemeinsamen Willen, aus besonderen Momenten nachhaltige Perspektiven für die nächsten Generationen zu schaffen.



Zahlreiche Besucher konnten die Spieler des Zweitligisten SV Darmstadt 98 hautnah erleben

SGA-Fußballabteilung mit herausragender Saison

Vier Aufstiege und ein hart erkämpfter Klassenerhalt ...



Verdienter Erfolg zum Saisonende: der Aufstieg der Ersten Mannschaft von der Kreisoberliga in die Gruppenliga

... das sind nur fünf Ergebnisse der vielen guten Leistungen der SGA-Fußballabteilung in der Saison 2026/2027.

Als absolutes Highlight ist natürlich der Aufstieg der Ersten Mannschaft von der Kreisoberliga in die Gruppenliga zu sehen. Nach 33 Jahren dürfen die Aktiven damit wieder überregional antreten und sich gegen neue Gegner beweisen. Vor fünf Jahren erfolgte mit neuem Vorstand ein Umbruch bei den Aktiven und man setzte konsequent auf die eigene Jugend und installierte mit Erik Appel einen Trainer mit Stallgeruch. Im Vordergrund stand der Teamgeist, das Bekenntnis zum Verein und eine gute sportliche Entwicklung, doch in den letzten drei Jahren zeigte sich, dass in der Mannschaft Potenzial für Höheres steckt. In der vorletzten Saison scheiterten die Jungs noch in der Relegation und in der letzten Saison stand man sich am vorletzten Spieltag selbst im Weg und verschenkte die erneute Teilnahme an der Relegation. Doch in diesem Jahr war die Qualität in der Mannschaft und der Wille und die Mentalität einfach zu groß. Nachdem man nach der Hinrunde noch mit vier Punkten Rückstand auf Platz zwei stand, begann in der Rückrunde eine Siegesserie, die letztlich einen Vorsprung von sechs Punkten hervorbrachte, den man dann aber wieder verspielte. Doch durch einen Patzer von Konkurrent SV Hahn war man kurz vor Rundenende wieder auf Platz 1 und konnte die Meisterschaft und den damit verbundenen Aufstieg mit einem deutlichen Sieg bei RW Darmstadt am letzten Spieltag vor den zahlreich mitgereisten Fans klar machen. Damit gelang dem jungen Team um Erik Appel und Tim Eifler Historisches, denn letztmals durfte die SGA in der Saison 1992/1993 in der Gruppenliga antreten.

Jugend mit ebenso erfolgreicher Saison

Die A-Jugend um die Trainer Niklas Falke und Mohammed Akhouaji spielte seit Jahren wieder in der Gruppenliga und bewegte sich fast durchgehend in sicheren Tabellen-

regionen, auch wenn man einige Spieltage vor Saisonende noch einmal kurzzeitig nach unten spielen musste. Letztlich wurde der Klassenerhalt dann aber souverän geschafft. Aus dem ausgewogenen Kader rutscht Noah Fehr zu der Ersten Mannschaft und sechs Spieler zu unserer Zweiten Mannschaft. Trainer Niklas Falke verlässt uns nach vielen Jahren guter Arbeit zum SV St. Stephan Griesheim, so dass unsere Freunde aus Griesheim nicht mehr nur auf unsere zahlreichen guten Spieler zurückgreifen können.

Die B1 hatte ebenfalls das klare Ziel aufzusteigen und stellte sich entsprechend auf. Trainer Marius Zeising konnte sich mit seinem Co-Trainer Mustafa Can aus einer großen Auswahl an guten Spielern seinen Kader zusammenstellen und konnte das Ziel „Meisterschaft“ am Ende auch erreichen. In der Hinrunde waren die Leistungen noch etwas durchwachsen, aber in der Rückrunde konnten genügend Punkte eingefahren werden, um die Konkurrenz abzufangen. Dem gesamten Team gebührt für diesen ungemein wichtigen Aufstieg ein großes Lob. Damit kann die B1 endlich in der kommenden Saison in der Gruppenliga antreten und so den eigenen Talenten eine gute Basis bieten und gleichzeitig attraktiv sein für potenzielle Neuzugänge. Dank gebührt Marius Zeising für seine tolle Arbeit in den letzten Jahren. Er wird sich sportlich als Trainer verändern und den Verein verlassen.

Das Aufrücken der B1 aus der Kreisliga konnte die B2 nutzen, um in eben diese aufzusteigen. Das Trainerteam Luis Schwab, Noah Sachs und Timo Karpenstein (alle Spieler der Ersten Mannschaft) formte ein starkes Team, das die ganze Runde über unter den ersten drei Plätzen in der Tabelle stand und am Ende als Tabellenzweiter aufsteigen konnte. Herausragend war der Teamgeist der Mannschaft.

Die C1 um das Trainerteam Christian Pinz und Ben Schlage spielte in der Gruppenliga und musste bis zuletzt um den Klassenerhalt kämpfen, was aber von Anfang an klar

gewesen ist. Zwischendurch stand das Team im gesicherten Mittelfeld, doch im Laufe der Rückrunde verlor man den Drive und konnte erst am letzten Spieltag den Klassenerhalt sichern, nachdem man schon zuvor einige Spiele erst in den Schlussminuten drehen konnte. Ein letztlich toller Erfolg der Mannschaft.

Gute Basis für Jüngere

Der Klassenerhalt war umso wichtiger, da so die C2 um die Trainer Sebastian Clemens und Sebastian Janku aus der Kreisklasse in die Kreisliga aufsteigen konnte. Dies ist für die nachfolgenden jungen Jahrgänge eine gute Basis, um sich mit älteren Spielern messen zu können.

Auch die D- und E-Jugend-Mannschaften zeigten in ihren Ligen gute Leistungen. Die

D1 und E1 konnten souverän die Klasse in der Kreisliga halten, die 2er- und 3er-Mannschaften erreichten gute Platzierungen in den jeweiligen Kreisklassen.

Der Grundstein für diese Erfolge wurde aber in den letzten Jahren im Kleinfeldbereich gelegt. Die Trainer um den Koordinator Mohamed Aboudrar leisten hervorragende Arbeit und bilden die Jungs gut aus. So ist es auch nicht verwunderlich, dass dieses Jahr aus den U9 / U10 Jahrgängen vier Spieler zum SV Darmstadt 98 und ein Spieler zum FSV Mainz wechseln. Eine solche Quote kann wohl kein anderer Verein aus der Umgebung vorweisen.

Allen Trainern in diesen Altersklassen gebührt Dank für ihre Geduld bei der Durchführung von Spielfesten und zahlreichen Turnieren und der guten Entwicklung der Spieler.

volksbanking.de/gewinnsparen

Mit Gewinnsparen viele Chancen nutzen. Für sich und andere!

Erlebnisse gewinnen.

Morgen kann kommen.

Wir machen den Weg frei.

Gewinnen. Sparen. Helfen.
Mit dem Kauf von Gewinnsparglosen haben Sie die Chance auf hochwertige Sach- und Geldpreise. Darüber hinaus unterstützen Sie soziale und gemeinnützige Institutionen und Vereine in unserer Region und sparen einen Teil Ihres Einsatzes.

Volksbank Darmstadt Mainz

GEWINNEN · SPAREN · HELFEN

Impressum

Herausgeber:
Sportgemeinschaft Arheilgen 1876/1945 e.V.
Auf der Hardt 80, 64291 Darmstadt
Telefon 06151 376330 – Telefax 06151 351212
E-Mail sga@sg-arheilgen.de
Verantwortlich: Pavel Noever

Gestaltung: Profilwerkstatt GmbH, 64625 Darmstadt

Druck: printdesign24 GmbH, 64291 Darmstadt

Copyright und Urheberrecht: Nachdruck, auch auszugsweise, nur mit ausdrücklicher Genehmigung des Herausgebers. Alle Urheberrechte vorbehalten.

Anmerkung: Für eingesandte Materialien wird keine Haftung übernommen. Die Redaktion behält sich Kürzungen von Beiträgen vor.

Bildnachweis: Die Bilder entstammen teilweise der Internetplattform stock.adobe.de. Die Lizenzbedingungen sind dort abrufbar. Bei den restlichen Bildern handelt es sich um eigene Fotos.

Anmelde- und Teilnahmebedingungen: An unseren Kursen (Seite 16) kann jede Person ab 18 Jahren teilnehmen. Bei Einwilligung der Eltern ist die Teilnahme von Jugendlichen ab 14 Jahren möglich. Sind Kinder angesprochen, wird dieses in der Kursbeschreibung genannt. Wir setzen eine gesundheitlich uneingeschränkte Belastbarkeit voraus. Sind Sie aufgrund von Vorerkrankungen unsicher, lassen Sie sich von Ihrem Arzt beraten. Sie nehmen auf eigene Gefahr am Programm teil. Die Anmeldung zu Kursen erfolgt online über unsere Website. Sie erhalten daraufhin eine Bestätigung Ihrer Teilnahme. Anmeldungen zum Kursprogramm sind jeweils eine Woche vor Kursbeginn möglich.

Meilenstein für die Heiner-Rollis

Inklusives Rollstuhlhandball-Team schreibt Sportgeschichte in Hessen

Zwei Jahre nach der Gründung des ersten hessischen Rollstuhlhandball-Teams „Heiner-Rollis“ ist es so weit: Die Mannschaft hat die Zulassung für die Rollstuhlhandball-Bundesliga erhalten und erreicht damit einen weiteren Meilenstein ihrer noch jungen Vereinsgeschichte.

In der Saison 2025 kooperierten die Heiner-Rollis mit den „Brucker Panther’n’Roll“ aus Fürstenfeldbruck und unterstützten das Team personell. In dieser Spielgemeinschaft sammelten die Darmstädterinnen und Darmstädter wertvolle Erfahrungen auf Bundesliganiveau und konnten sich mit den besten Mannschaften Deutschlands messen. Die erfolgreiche Saison wurde mit einem hervorragenden dritten Platz abgeschlossen.

Bundesliga-Premiere in Darmstadt

Am 5. September 2026 beginnt für die Heiner-Rollis ein neues Kapitel: Mit ihrem ersten eigenen Team starten sie in ihre Premiersaison in der Rollstuhlhandball-Bundesliga. Gleichzeitig richten sie an diesem Tag in der Hirtengrundhalle in Darmstadt-Eberstadt

ihr erstes Bundesliga-Turnier aus. Damit fällt dort auch der offizielle Startschuss für die Saison 2026/27. Um 10.45 Uhr erfolgt die offizielle Begrüßung, unter anderem durch Oberbürgermeister Hanno Benz. Der Anpfiff zur ersten Begegnung des Spieltages ist um 11 Uhr – und die Heiner-Rollis werden dabei direkt als Gastgeber auf dem Spielfeld stehen. Erwartet werden Mannschaften aus ganz Deutschland, die gemeinsam für spannenden Sport und ein besonderes Erlebnis sorgen werden. Zuschauerinnen und Zuschauer sind herzlich willkommen. Der Eintritt ist frei, und die Mannschaft freut sich über jede Unterstützung von den Rängen. Lautstarke Anfeuerung ausdrücklich erwünscht!

Pionierarbeit für Hessen

Mit dem ersten offiziellen Rollstuhlhandball-Bundesligaspiel auf hessischem Boden schreiben die Heiner-Rollis Sportgeschichte. Noch nie zuvor fand ein offizielles Rollstuhlhandballspiel in Hessen statt. Das Team leistet damit echte Pionierarbeit und trägt entscheidend dazu bei, die inklusive Sportart im Bundesland bekannter zu machen.

Dass sich in Hessen etwas bewegt, zeigt auch die jüngste Entwicklung in Fulda: Dort wurde ebenfalls ein Rollstuhlhandball-Team gegründet, das sich derzeit noch im Aufbau befindet. Die Hoffnung wächst, dass sich in den kommenden Jahren weitere Vereine für diese dynamische und inklusive Sportart begeistern.

Zukunft des Rollstuhlhandballs

Rollstuhlhandball ist eine vergleichsweise junge Sportart und befindet sich bundesweit weiterhin im Aufbau. Beim Deutschen Rollstuhl-Sportverband (DRS), in dessen Zuständigkeitsbereich der Rollstuhlhandball angesiedelt ist, arbeiten verschiedene Fachgruppen an der Weiterentwicklung der Sportart. Die Heiner-Rollis bringen sich dabei aktiv mit ihrer Expertise ein.

Rabea Krätschmer-Hahn engagiert sich in den Bereichen Regelwerk und Schiedsrichterwesen und leitet beide Arbeitsgruppen sogar federführend. Heiko Kunert steht der Arbeitsgruppe Klassifizierung vor, während Luisa Sieck ihre Erfahrungen in die Arbeitsgruppe Spielsystem einbringt. Damit gestalten die

Arheilger Heiner-Rollis die Entwicklung des Rollstuhlhandballs in Deutschland nicht nur aktiv auf dem Spielfeld, sondern auch organisatorisch und fachlich maßgeblich mit.

Benefizkonzert für Heiner-Rollis

Nachdem bereits am 6. September 2025 die „Generalprobe“ ein voller Erfolg war und die Grooving Doctors vor mehreren hundert Musikbegeisterten eindrucksvoll bewiesen haben, dass selbst eine Sporthalle zur Konzertbühne werden kann, wird das Benefizkonzert am Samstag, 17. April 2027, erneut stattfinden.

Auch die Mitglieder der Band waren von der besonderen Atmosphäre begeistert und unterstützen das Engagement der Heiner-Rollis gerne. Während die Einnahmen des Konzerts 2025 für die Anschaffung dringend benötigter Sportrollstühle verwendet wurden, sollen mit den Erlösen der Neuauflage insbesondere die Kosten für Auswärtsspiele finanziert werden.

Wie wichtig diese Unterstützung ist, zeigte sich beispielsweise im April 2026, als elf Mitglieder der Heiner-Rollis an einem Rollstuhlhandball-Turnier in Hamburg teilnahmen. Allein für die Anmietung von Fahrzeugen, Kraftstoff sowie Übernachtungen entstanden Kosten von knapp 3.000 Euro.

Die Heiner-Rollis begleiten

Wer die spannende Entwicklung der Heiner-Rollis verfolgen und das Team unterstützen möchte, findet aktuelle Informationen, Spielberichte und Einblicke hinter die Kulissen auf Facebook, Instagram und YouTube. Die Heiner-Rollis freuen sich über jede Unterstützung – auf der Tribüne, bei Veranstaltungen und in den sozialen Medien. Gemeinsam wird Inklusion im Sport sichtbar und erlebbar gemacht.



Die Heiner-Rollis sind breit aufgestellt – auf dem Mannschaftsfoto sind 11 der insgesamt 15 Spielerinnen und Spieler zu sehen

Radball und Rollkunstlauf – faszinierende Sportarten

Radsport und Rollsport sind weit mehr als nur Radrennen oder Eiskunstlauf.

In den Sporthallen der Welt begeistern zwei weniger bekannte, aber äußerst anspruchsvolle Disziplinen: 2er-Radball und Rollkunstlauf. Beide Sportarten vereinen Athletik, Präzision und ästhetisches Können – und verlangen den Athletinnen und Athleten auf ihre jeweils eigene Weise alles ab. Zwei spannende Sportarten, die bei uns im Verein ausgeübt werden – und die Ihr ganz einfach selbst ausprobieren könnt!

Ab 7 Jahren könnt Ihr beim Radballtraining mitmachen – zweimal wöchentlich könnt Ihr Euer Können auf den speziellen Radballrä-

dern unter Beweis stellen. Beim Radball ist Teamgeist auf zwei Rädern gefordert. Diese Räder unterscheiden sich deutlich von normalen Fahrrädern, denn sie haben spezielle Eigenschaften, die perfekt auf das Radballspiel abgestimmt sind. Während des Trainings werden nicht nur Eure Geschicklichkeit und Ausdauer gefordert, sondern auch Euer Gleichgewicht, Eure Schnelligkeit und vor allem Eure Spielübersicht. Der Verein stellt Euch dafür die Radballräder zur Verfügung. Neben den radballspezifischen Techniken bietet das Training auch ein tolles Ausdauer- und Konditionstraining, das Euch fit hält.

Im Frühjahr startet dann die spannende Meisterschaftssaison, bei der um Medaillen, Pokale und Platzierungen im 2er-Radball gespielt wird. Aber keine Sorge – der Spaß kommt dabei nicht zu kurz!

Wenn Ihr eher der Typ für fließende Bewegungen und elegante Sprünge seid, dann ist vielleicht Rollkunstlauf das Richtige für Euch. Bereits ab 4 Jahren könnt Ihr hier starten! Das Training ist vielfältig: Ihr übt Figuren, Pirouetten und Sprünge und lernt das perfekte Zusammenspiel von Technik und Musik. Und keine Sorge – für die ersten Schritte stellt Euch die Abteilung die Rollschuhe zur Verfügung.



Körperspannung beim Rollkunstlauf

Rollkunstlauf besteht aus zwei Teilen: der Pflicht und der Kür. Während das Pflichtprogramm Eure Technik fordert, könnt Ihr in der Kür Eure Kreativität und Eleganz unter Beweis stellen. Auch hier wird neben der Technik viel Wert auf Disziplin, Ausdauer und Körperkoordination gelegt. Zum Abschluss des Trainings gibt es oft auch Spiele auf Rollen – so bleibt der Spaß nicht auf der Strecke! Wie beim Radball startet auch die Rollkunstlauf-Meisterschaftssaison im Frühjahr. Hier geht es ebenfalls um Medaillen, Pokale und

Urkunden. Die Präsentation von Choreografien und athletischen Sprüngen in Wettbewerben und Showveranstaltungen sorgt für jede Menge Adrenalin und Applaus. Die Erfolge in beiden Sportarten können sich wirklich sehen lassen: Ob Siege und Platzierungen der Radballer und Rollkunstläuferinnen bei nationalen Meisterschaften und Wettbewerben – unsere Sportlerinnen und Sportler zeigen, was in ihnen steckt!

Radball und Rollkunstlauf sind spannende Sportarten. Während Radball dynamisch, kraftvoll und taktisch geprägt ist, glänzt Rollkunstlauf durch Eleganz, Präzision und künstlerischen Ausdruck. Beide Sportarten beeindrucken durch die Leidenschaft, die Athletinnen und Athleten darin ausleben.

Neugierig geworden?

Wenn Ihr jetzt Lust bekommen habt, selbst einmal Radball oder Rollkunstlauf auszuprobieren, dann schaut doch einfach mal bei uns vorbei! Alle weiteren Informationen zum Training sowie Ansprechpartner für die jeweiligen Sportarten findet Ihr auf unserer Homepage: sg-arheilgen.de/sportangebot/rad-und-rollsport. Wir freuen uns auf Euch und hoffen, Euch bald im Training begrüßen zu dürfen!



Volle Konzentration beim Radball

Viel Action und sportliche Highlights im Jubiläumsjahr

SGA Tischtennisabteilung blickt auf lebendige und erfolgreiche Saison zurück

Anfang Juni endete für die Tischtennisabteilung eine arbeitsintensive, aber auch sehr erfolgreiche Saison 2025/2026. Für die Topleistung im sportlichen Bereich sorgte die 1. Herrenmannschaft, die nicht nur Bezirkspokalsieger wurde, sondern sich Ende April 2026 mit 41:3 Zählern auch verdient die ersehnte Meisterschaft in der Bezirksoberliga (Gruppe 1) und damit den Aufstieg in die Verbandsliga sicherte. Am Ende einer langen Saison setzten sie sich mit einem Punkt Vorsprung gegen die Mannschaft vom TSV Höchst durch. Ein Garant für diesen Erfolg war auf jeden Fall die beeindruckende Doppelstärke der Arheilger Jungs. Dominik Tischer/Thomas Benen blieben in allen Doppeln ungeschlagen und führten die Rangliste somit mit 22:0 Siegen an! Auf Platz zwei folgten Fabian Sandig/Markus Schneider mit einer Bilanz von 16:2 Siegen. Zudem belegte Spitzenspieler D. Tischer mit 38:6 Siegen auch noch in der Einzelbilanz den zweiten Rang. Und da auch die Damen – nach ihrem letztjährigen Aufstieg in die Verbandsliga – die Saison 2025/2026 mit einem guten vierten Platz abschlossen, wird es in der nächsten Saison zu einem Novum kommen: Denn die SG Arheilgen wird dann im Tischtenniskreis Darmstadt-Dieburg (mit 49 Vereinen einer der größten in Hessen) tatsächlich der einzige Verein sein, der sowohl im Damen- als auch im Herrenbereich mit einer Mannschaft auf Hessenebene vertreten ist!

Gleichfalls ungeschlagen blieb in der letzten Saison die Jugend 19 – lediglich drei Begegnungen endeten mit einem 5:5 Unentschieden. Somit sicherten sich Dominik Keisner, Linus Frohwein und Moritz Ehrenberg mit 21:3 Punkten ebenso souverän die Meisterschaft in der Bezirksoberliga. Über die gesamte Saison hinweg überzeugten dabei insbesondere D. Keisner und L. Frohwein, die mit ihren Einzelbilanzen von 32:1 bzw. 21:0 die Spielerrangliste überlegen anführten und auch im gemeinsamen Doppel ungeschlagen blieben. Aber auch die Einzelbilanz von 12:15 von Youngster M. Ehrenberg war aller Ehren wert.

Zudem waren im Individualspielbetrieb wieder viele Arheilger Spieler und Spielerinnen bei Kreis-, Bezirks-, Hessen- und sogar Deutschen Meisterschaften nicht nur vertreten, sondern teilweise auch sehr erfolgreich.

Ein Highlight der abgelaufenen Saison waren außerdem die Deutschen Hochschulmeisterschaften im Tischtennis, die wir in Kooperati-



1. Herren Bezirkspokal 2026

on mit der TU und der HS Darmstadt von Do., 4.6. bis So., 7.6.2026 im Merck-SGA-Sportzentrum ausgerichtet haben. Hierbei traten an vier intensiven Wettkampftagen rund 200 Studierende von 43 Hochschulen aus dem gesamten Bundesgebiet in Teamwettbewerben, sowie im Einzel, Doppel und Mixed gegeneinander an.

Am Ende überzeugten die Südhessen bei ihrem Heimspiel auf ganzer Linie: Denn mit insgesamt sechs Medaillen stellte die WG Darmstadt nicht nur die erfolgreichste Delegation, sondern auch die meisten Teilnehmenden des gesamten Turniers. Die hierbei überragende Spielerin des Wochenendes war zudem Victoria Merz von der TU Darmstadt, die zwar beim TTC Weinheim in der Regional- und 3. Bundesliga spielt, aber ebenso bei der SG Arheilgen Mitglied ist und als Jugendtrainerin fungiert. Sie wurde bei den Damen sowohl im Einzel als auch im Doppel Deutsche Hochschulmeisterin und sicherte sich zudem noch im Mixed und im Damenteamwettbewerb jeweils den zweiten Platz! Und auch die SGA Tischtennisabteilung – die im Jahr 2026 übrigens bereits seit 80 Jahren besteht - wurde für die großartigen Rahmenbedingungen und die tolle

storbene verdiente Mitglieder der Abteilung – zu einem zwanglosen Mannschaftsturnier einladen und dabei Spenden für den DKKV („Verein für krebskranke und chronisch kranke Kinder Darmstadt/Rhein-Main-Neckar e.V.“) sammeln. Erfreulicherweise konnte bei der inzwischen 9. Auflage dieses Turniers im Dezember 2025 der Spendenerlös auf die Rekordsumme von 1.000 EUR gesteigert werden. Diese wurden vom Abteilungsvorstand Patrick Wurzel und Christian Witt im Frühjahr 2026 entsprechend an den VKKD übergeben.

Doch auch abseits des Sportgeschehens wurde allen aktiven und passiven Mitgliedern der Tischtennisabteilung im Alter von sechs bis über 80 Jahren in der letzten Saison wieder viel geboten. So wurden z.B. erneut ein Sommerfest, ein Spielevent „Schlag den TT-Star“, sowie das beliebte Schleifchenturnier durchgeführt. All dies zeigt einmal mehr, wie aktiv und engagiert ALLE sind und wie lebendig unser Abteilungsleben ist.

Wer nun Lust bekommen hat, uns näher kennenzulernen und sich auch einmal an der schnellsten Rückschlagsportart der Welt zu probieren, ist herzlich eingeladen, zu unseren Trainingszeiten im Merck-SGA-Sportzentrum vorbeizuschauen.

Unser Nachwuchstraining – mit mehreren lizenzierten und motivierten Trainern und Betreuern – findet mittwochs und freitags von 17.30 bis 19.30 Uhr statt. Danach beginnt das Training für die Erwachsenen. Weitere Infos zur Tischtennisabteilung sind auch auf der Homepage der Sportgemeinschaft Arheilgen (sg-arheilgen.de) zu finden.



Spendenübergabe Helmut-Debus-Turnier 2025



Das Beste für junge Talente: Früh in Führung gehen.

1:0 für die Stars von morgen.

Wir helfen jungen Talenten dabei, groß herauszukommen. In Fußballcamps oder direkt mit Förderung für ihren Verein. Mehr dazu finden Sie unter sparkasse.de



Sparkasse Darmstadt und Dieburg

Weil's um mehr als Geld geht.

Künstliche Intelligenz – Cybergangster rüsten auf!

IT-Betreuung der SG Arheilgen über wachsende Angriffsrisiken durch KI

KI macht Cyberkriminelle noch gefährlicher! „Die Ausnutzung von Schwachstellen“ sei „inzwischen der häufigste Erstzugriffsvektor bei Sicherheitsverletzungen“ in IT-Netzwerken – das stellt der „Data Breach Investigations Report 2026“ (DBIR 2026) des US-Telekommunikationsanbieters „Verizon Business“ fest. Missbrauch von Zugangsdaten wie etwa erbeuteten oder gehackten Passwörtern rangiert nur noch an zweiter Stelle.

Warum ist dieser Befund aus der Studie, die auf mehr als 31.000 Sicherheitsvorfällen in 145 Ländern basiert, so brisant? „Angreifer nutzen KI, um jeden Schritt zu beschleunigen – vom Ausloten von Sicherheitslücken bis zum Entwickeln von Malware“, so die Absender des DBIR 2026. Die Frist für das Finden von Sicherheitslücken und Einfalls-toren könne so von Monaten auf Stunden schrumpfen. Zudem kann KI dann gleich den passenden Code für eine Schadsoftware schreiben, die eine Sicherheitslücke ausnutzen kann. Systemverantwortliche stehen vor steigenden Herausforderungen.

Mehr Angreifer durch Malware as-a-Service im digitalen Untergrund

Raffinierte Angriffstechnologie steht auch EDV-technisch weniger Bewanderten offen. „In der Underground Economy gibt es zahlreiche Marktplätze, auf denen [...] Dienstleistungen zur Begehung von Cyber-Straftaten angeboten werden – man spricht hierbei von Cybercrime-as-a-Service“, informiert das Bundeskriminalamt. Dadurch wächst die Zahl krimineller Akteure und damit potenzieller Angreifer auf digitale Infrastrukturen deutlich!

KI-Automatisierung von Cyber-Angriffswellen

Zu Recht stellen sich Systemverantwortliche heute auch die Frage, wie viele sogenannte „Bots“ schon dabei sind, automatisiert Schwachstellen in IT-Netzwerken zu suchen. Jedenfalls registriert der DBIR 2026 ein wachsendes Auftreten KI-getriebener Internet-Crawler. „AI crawlers and fetchers grew 21% month over month (MoM) across all observed industries“, schreiben die Absender.

Die Insel der Seligen gibt es nicht im Internet!

Niemand sollte sich der Illusion hingeben, dass der Sturm schon an ihm vorüberziehen werde. Das Risiko ungebeter „Gäste“ in der Systemlandschaft steigt für jeden – ob KMU, Praxis, Verein oder NGO!

Warum sind KMU und andere kleineren Organisationen besonderen Angriffsrisiken ausgesetzt?

Weil sie sich anders als Konzerne keine spezialisierte IT-Security-Abteilung leisten können oder wollen. Das wissen auch Cybergangster. Wie gezielt sie nach schwächeren Gliedern in der Kette suchen, offenbart auch eine Studie des IT-Sicherheitsunternehmens Semperis. Danach erfolgen die meisten Ransomware-Angriffe an Wochenenden und Feiertagen sowie im Umfeld von Unternehmens-Events. Weil die Verbrecher dann davon ausgehen, dass die EDV-Sicherheit personell dünner besetzt ist. Gehen Sie davon aus: Irgendwo im World Wide Web lauern tückische Angreifer, die auf menschliche Schwächen bauen und

viele von ihnen kennen. Darüber hinaus sind offenbar KI-unterstützte, automatisiert arbeitende Angreifer 24/7 unterwegs!

Was KMU, Praxen, Vereinen oder NGOs zu raten ist.

Für private und gewerbliche Nutzende gilt: Sorgen Sie für Firewalls und aktuellen Virenschutz, spielen Sie System- und Sicherheits-Updates zeitnah auf. Konsultieren Sie umgehend EDV-Fachleute, wenn Sie ungewöhnliche Aktivitäten auf Ihren Computern bemerken. Gut beraten ist, wer hier schon einen verlässlichen Systembetreuer kennt. Schon in störungsfreien Zeiten sollten Sie Ihre Systemlandschaft über einen Penetrationstest auf Widerstandsfähigkeit gegen Angriffe und illegale Eindringlinge checken lassen. Etablieren Sie Notfallpläne, damit im Fall einer EDV-Katastrophe jeder und jede weiß, was zu tun und wer anzusprechen ist.

Unerlässlich für die Cyber-Resilienz: verlässliche Backups!

Sie haben bereits ein Backup-System? Wissen Sie, ob die Wiederherstellung im Katastrophenfall funktioniert? Nach Erfahrungen des Datensicherungs-Unternehmens Veeam Software Group scheitert gut jeder zweite Wiederherstellungsversuch. Deshalb empfehlen die Systemadministratoren von reinheimer_systemlösungen ihren rund 120 Kundinnen und Kunden in Hessen Backup-Tests!

KI-getriebene Risiken für die IT-Security und der Faktor „Mensch“

„Social Engineering“ nennt man bösartige

Strategien, Menschen zu für sie nachteiligen Handlungen zu verleiten. Auch hier hilft den Kriminellen künstliche Intelligenz bei der Perfektion ihrer Täuschungsmanöver. Immer ähnlicher werden durch AI gefälschte Phishing-Mails optisch und inhaltlich denen realer Absender. Arglose Nutzende geben vertrauliche Login-Informationen preis, holen sich durch Anklicken eingebetteter Links Schadsoftware ins Netzwerk, und bezahlen Fake-Rechnungen, die Zahlungen auf die Konten von Cyberganoven leiten. Die Cyberbetrüger sind auch am Telefon und per SMS unterwegs!

Schattenseiten der wachsenden Möglichkeiten durch KI sind auch Deepfakes: Dabei imitieren Kriminelle reale Menschen täuschend echt, zum Beispiel in vorgetäuschten Videokonferenzen. In Hongkong überwies ein Angestellter eines international aktiven Unternehmens mehr als 23 Millionen Euro an Cyberkriminelle, die seinen Finanzchef (CFO) in einer Videokonferenz täuschend echt gefälscht hatten! Glauben Sie nicht? Den Fall hat die Hongkonger Polizei offiziell bestätigt.

Mitarbeitende für Cybergefahren sensibilisieren

Sensibilisieren Sie Ihre Mitarbeitenden durch Schulungen für den kritischen Umgang mit Phishing und Social Engineering und etablieren Sie ein klares, unmissverständliches Regelwerk für den dienstlichen Umgang mit generativer KI. Denn unkontrollierte Schatten-IT mit KI-Tools birgt große Sicherheitsrisiken, auch für die Vertraulichkeit Ihrer Daten und Prozesse.

reinheimer_systemloesungen gmbh



Persönlicher IT-Service in Zeiten wachsender Bedrohungen

„Cyberkriminelle nutzen KI, um Angriffe schneller, gezielter und professioneller durchzuführen“, warnt das Bundeskriminalamt in seinem jüngsten Bundeslagebild: „Angriffe auf Unternehmen, Behörden und kritische Infrastrukturen nehmen zu.“ Schadensschätzungen durch Cybercrime erreichen ein Niveau von mehr als 200 Milliarden Euro!

IT-Security ist jetzt wichtiger denn je. Doch viele kleinere Unternehmen, Praxen, Vereine oder NGOs können oder wollen sich eine professionelle Systemadministration nicht leisten. Alternative: eine externe, erfahrene EDV-Betreuung für mehr Sicherheit von Daten und Anwendungen.

Wir legen Wert auf persönlichen Kontakt zu unseren Kundinnen und Kunden und sprechen Klartext statt Fachchinesisch. Mehr dazu in unseren Referenzen.

www.systemloesungen.de/referenzen/

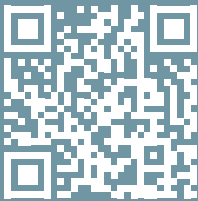
reinheimer_systemloesungen gmbh

Persönlicher EDV-Service aus Hessen – für Hessen.

06151 1595085 | info@systemloesungen.de



Bester Schutz für Sie und Ihre Lieben



Gerne beraten wir Sie:
**Regionaldirektion
Rhein-Main Assekuranz
Eckstein & Weber OHG**
Ober-Ramstädter Str. 80 A
64367 Mühltal
Telefon 06151 667990
rheinmain@zuerich.de



Hessenmeistertitel bleibt in der Mannschaft

Luděk Vildman gewinnt Finale gegen Vereinskollegen

Die hessischen Meisterschaften der Senioren fanden vom 4. bis 7. Juni 2026 bei der Eintracht Frankfurt statt.

Tennistrainer Luděk Vildman von der SG Arheilgen hat sich erneut den Hessenmeistertitel in der Altersklasse 55 gesichert und damit seine beeindruckende Erfolgsserie fortgesetzt. Besonders bemerkenswert: Zahlreiche Mannschaftskollegen der SG Arheilgen gehörten ebenfalls zu den Titelanwärtern und sorgten für ein starkes Vereinergebnis bei den Hessischen Meisterschaften.

Bereits im Achtelfinale zeigten die Arheilger Spieler ihre Klasse. Der an Position 1 gesetzte Markus Demmler (DTB-Rangliste 94) besiegte Oliver Grund vom TC RW Vellmar deutlich mit 6:0, 6:1. Luděk Vildman setzte sich gegen Oliver Heute (292) vom TC Martinsee Heusenstamm mit 6:4, 6:2 durch.

Ebenfalls souverän gewann Jochen Klein (169) gegen Jens Martin vom TV Ober-Eschbach mit 6:2, 6:1. Jochen Bredel (195) ließ Markus Weigand vom TC RW Gießen beim 6:0, 6:2 keine Chance.



Jochen Bredel (links) und Hessenmeister Herren 55 Luděk Vildman

Jochen Klein. Vildman dominierte die Begegnung und gewann klar mit 6:2, 6:1. Im zweiten Halbfinale setzte sich Jochen Bredel gegen Claus Düppe (265) vom Offenbacher TC mit 6:3, 6:2 durch.

Damit kam es im Finale zu einem weiteren vereinsinternen Duell zwischen Luděk Vildman und Jochen Bredel. Die Zuschauer sahen ein spannendes Endspiel auf hohem Niveau. Nach gewonnenem ersten Satz für Vildman (6:4) kämpfte sich Bredel mit einem 6:4 im zweiten Durchgang zurück. Die Entscheidung fiel schließlich im Match-Tiebreak, den Luděk Vildman mit 10:6 für sich entschied.

Die Tennisabteilung der SG Arheilgen gratuliert Luděk Vildman herzlich zum erneuten Gewinn der Hessenmeisterschaft in der Altersklasse 55. Mit seiner sportlichen Klasse, seiner langjährigen Konstanz und seinem Engagement als Trainer ist Luděk seit vielen Jahren ein Aushängeschild des Vereins. Ein besonderer Glückwunsch gilt auch den weiteren Teilnehmern der SG Arheilgen – Markus Demmler, Jochen Klein und Jochen Bredel –, die mit ihren starken Leistungen maßgeblich zum herausragenden Gesamtergebnis beigetragen haben.

Dass gleich vier Spieler der SG Arheilgen das Viertelfinale erreichten und am Ende ein vereinsinternes Finale bestritten wurde, unterstreicht eindrucksvoll die Stärke und den Zusammenhalt der Mannschaft. Die gesamte Tennisabteilung freut sich mit den Spielern und ist stolz auf diesen außergewöhnlichen Erfolg.

Interview mit dem Hessenmeister

Herzlichen Glückwunsch zum erneuten Hessenmeistertitel. Der wievielte Titel ist es? Der 21. Titel in den Kategorien Herren 30, 40, 50 und 55

Im Finale standest Du Deinem eigenen Mannschaftskollegen gegenüber. War das ein besonderes Spiel?

Selbstverständlich, gegen Jochen Bredel ist es immer eine große Herausforderung zu spielen, da er top fit ist und ich muss jeden Punkt hart erkämpfen.

Ist es schwieriger, gegen einen Mannschaftskollegen anzutreten als gegen einen fremden Gegner?

Nein, weil man weiß, dass das Spiel fair verläuft und es gibt keine strittigen Bälle.

Wie hast Du das Finale erlebt?

Es war sehr anstrengend, da Jochen sich sehr gut bewegt und er bringt alle Bälle zurück. Wir hatten sehr lange Ballwechsel, obwohl ich die Ballwechsel kurzhalten wollte, was mir nicht immer gut gelungen ist. Das Spiel hat 2 Stunden 20 Minuten gedauert.

Gab es vor oder nach dem Spiel besondere Momente zwischen Dir und Deinem Mannschaftskollegen?

Wir haben uns vor dem Spiel gemeinsam aufgewärmt und nach dem Spiel obligatorisches Weißbier getrunken, selbstverständlich alkoholfrei.

Kann der Verein besonders stolz darauf sein, dass beide Finalisten aus derselben Mannschaft kommen?

Nicht nur darauf, die SGA hat das ganze Spielfeld der Herren 55 dominiert. Wir waren mit 4 Spielern am Start und im Halbfinale noch zu dritt vertreten.

Hat das Finale gegen einen Mannschaftskollegen den Titelgewinn anders gemacht?

Nicht unbedingt, aber diesmal war der Titel sehr viel umkämpft und das macht ihn wertvoller.

Was war der Schlüssel zu Deinem Erfolg?

Dass ich nach dem verlorenen ersten Satz immer mehr die Initiative übernommen habe und Jochen unter Druck gesetzt habe. Damit konnte ich auch die Bigpoints für mich entscheiden.

Gab es während des Turniers einen besonders schwierigen Moment?

Ja und wie. Gleich in der zweiten Runde durfte ich gegen die Nummer 1. der Setzliste und einen weiteren Mannschaftskollegen, Markus Demmler antreten. Das Spiel habe ich geradeso, nach 2,5 Stunden hartem Kampf, im Match-Tie-Break gewonnen.

Wie schaffst Du den Spagat zwischen Trainer- und Spielerrolle?

Eigentlich gar nicht, da ich für mich sehr selten trainieren kann.

Was bedeutet dieser Titel für Deinen Verein?

Für den Verein ist das gute Werbung nach außen und auch ein Zeichen, dass wir im Verein gute Arbeit auf allen Ebenen machen und nicht nur im Jugendbereich.

Hast Du Dir vor dem Turnier einen weiteren Titel zugetraut?

Als ich die Auslosung gesehen habe, dann eigentlich nicht.

Welche Ziele hast Du als nächstes?

Titel Nummer 22.



EINFACH KLIMAFREUNDLICH FÜR ALLE.

Nachhaltige und bezahlbare Energielösungen. Darüber freuen sich Mensch und Natur.



Hier war kl am Werk.



SHALIMAR
Curry & Tandoori
SINCE 1998

SOMMER Angebot

Gratis 0.3l Bier oder Softdrink
→ pro Tisch vor Ort*

Reservierung unter
06151-665960
shalimar-darmstadt.de

Im SGA Sportzentrum
Auf der Hardt 80
64291 Darmstadt-Arheilgen

*nur solange der Vorrat reicht

Das Kursangebot der SGA auf einen Blick

Voraussetzung für die Teilnahme an den Kursen ist eine Online-Anmeldung unter www.sg-arheiligen.de/kursangebot
Dort sind ebenfalls Informationen zu den Örtlichkeiten und zum Schnuppern für Nichtmitglieder zu finden.



Körper und Geist

Fit im Alltag	Montag	9:00 – 10:00 Uhr	Halle 5
Bauch-Beine-Po	Montag	10:00 – 11:00 Uhr	Halle 3
	Freitag	18:00 – 19:00 Uhr	Halle 4
Beckenbodengymnastik	Montag	11:00 – 12:00 Uhr	Halle 4
Natur Taiji	Montag	16:00 – 17:00 Uhr	Halle 5
	Donnerstag	8:45 – 9:45 Uhr	Halle 5
Body-Complete	Montag	18:00 – 19:00 Uhr	GOS
Bodyshape	Montag	18:00 – 19:00 Uhr	Halle 4
Parkour	Montag	18:00 – 20:00 Uhr	LGG
	Mittwoch	20:00 – 22:00 Uhr	BAS
	Montag	18:00 – 19:00 Uhr	SGA Kita
Power Pilates	Montag	19:00 – 20:00 Uhr	Halle 4
Bauch Weg	Montag	19:00 – 20:00 Uhr	SGA Kita
Power Yoga	Montag	19:00 – 19:45 Uhr	Jugendraum
Faszien-Training	Montag	19:30 – 21:00 Uhr	ALS
Basketball	Mittwoch	20:00 – 21:30 Uhr	Halle 3
	Montag	20:00 – 21:00 Uhr	Halle 4
Hot Iron	Dienstag	9:45 – 10:45 Uhr	Halle 5
Gymnastik & Entspannung	Dienstag	16:00 – 17:00 Uhr	Halle 5
Starke Körpermitte	Dienstag	17:00 – 18:00 Uhr	Halle 5
HIIT	Dienstag	18:30 – 20:00 Uhr	Jugendraum
Feel good Yoga	Dienstag	18:45 – 19:45 Uhr	Halle 4
Pilates	Dienstag	10:00 – 11:30 Uhr	Halle 4
Hatha Yoga	Donnerstag	18:30 – 20:00 Uhr	ALS
	Mittwoch	9:00 – 10:00 Uhr	Halle 4
Wirbelsäulen Qigong	Donnerstag	14:00 – 15:00 Uhr	Halle 5
	Mittwoch	9:00 – 10:00 Uhr	Halle 5
Yoga meets Pilates	Mittwoch	10:00 – 11:00 Uhr	Halle 5
	Mittwoch	18:00 – 19:00 Uhr	Jugendraum
Step Fit	Mittwoch	18:00 – 19:00 Uhr	Halle 4
Fit und Aktiv	Donnerstag	17:00 – 18:00 Uhr	Halle 5
Fit im Alltag 55+	Donnerstag	18:00 – 19:00 Uhr	Halle 5
Power Workout	Donnerstag	18:00 – 19:00 Uhr	SGA Kita
Starker Rücken	Donnerstag	19:00 – 20:00 Uhr	Halle 5
Pump Up Langhantel	Freitag	10:00 – 11:00 Uhr	Halle 5
	Freitag	11:00 – 12:00 Uhr	Halle 5
Classic Pilates			

Indoor Cycling

Indoor Cycling	Montag	18.00 – 19.00 Uhr	Halle 5
	Dienstag	20.00 – 21.00 Uhr	Halle 5
	Mittwoch	19.00 – 20.00 Uhr	Halle 5
	Donnerstag	10.00 – 11.00 Uhr	Halle 5
	Freitag	19.00 – 20.00 Uhr	Halle 5
Cycling & Strength	Montag	19.00 – 19.45 Uhr	Halle 5

Tanz und Bewegung

Zumba	Dienstag	18.00 – 19.00 Uhr	Halle 5
	Mittwoch	19.00 – 20.00 Uhr	Halle 4
	Mittwoch	20.00 – 21.00 Uhr	GOS
Line Dance	Freitag	8.00 – 9.00 Uhr	Halle 4

Seniorensport

Frauengymnastik	Montag	9.30 – 10.30 Uhr	Goldner Löwe
Wohlfühlgymnastik	Montag	13.30 – 14.30 Uhr	Halle 4
	Donnerstag	13.30 – 14.30 Uhr	Halle 4
Golden Ager Gymnastik	Montag	17.00 – 18.00 Uhr	Halle 5
Jung bleiben mit Bewegung	Dienstag	8.30 – 9.30 Uhr	Halle 4
	Donnerstag	8.30 – 9.30 Uhr	Halle 4

Outdoor Sportangebot

Nordic Walking	Montag	9.00 – 10.00 Uhr	Zeughaus
	Dienstag	9.00 – 10.00 Uhr	Zeughaus
	Dienstag	18.00 – 19.00 Uhr	Zeughaus
	Mittwoch	9.00 – 10.00 Uhr	SGA Eingang
Lauftreff	Dienstag	17.00 – 18.00 Uhr	Zeughaus
Walking	Dienstag	18.00 – 19.00 Uhr	Zeughaus
	Donnerstag	18.30 – 19.30 Uhr	Zeughaus
Moms Outdoor Fitness	Donnerstag	9.00 – 10.00 Uhr	SGA Eingang

Rehasport

Rehasport Ortho	Montag	9.00 – 9.45 Uhr	Halle 4
	Montag	10.00 – 10.45 Uhr	Halle 4
	Mittwoch	12.00 – 12.45 Uhr	Halle 5
	Mittwoch	13.00 – 13.45 Uhr	Halle 5
	Freitag	17.00 – 17.45 Uhr	Halle 4
Herzsport	Mittwoch	17.30 – 18.30 Uhr	Halle 3
	Mittwoch	18.30 – 19.30 Uhr	Halle 3
Lungensport + Post-Covid	Montags	10.00 – 10.45 Uhr	Halle 5
	Donnerstag	10.45 – 11.30 Uhr	Halle 4
Medizinisches Aufbautraining	Montag	11.00 – 11.45 Uhr	Halle 5
	Mittwoch	11.00 – 11.45 Uhr	Halle 5

Kindersport

	Eltern-Kind-Turnen		2 –4 J.	Montag	16.00 –17.00 Uhr	Halle 4
			2 –4 J.	Montag	16.00 –17.00 Uhr	GOS
			1 –2 J.	Mittwoch	10.15 –11.15 Uhr	Halle 4
			2 –4 J.	Mittwoch	15.30 –16.30 Uhr	Halle 4
			1 –2 J.	Donnerstag	15.00 –16.00 Uhr	Halle 4
			2 –4 J.	Donnerstag	16.00 –17.00 Uhr	Halle 4
			1 –3 J.	Freitag	10.30 –11.30 Uhr	Halle 4
			2 –4 J.	Freitag	15.45 –16.45 Uhr	BAS
Leichtathletik		8 –10 J.	Montag	16.00 –17.30 Uhr	Rasenplatz	
		5 –7 J.	Mittwoch	16.00 –17.00 Uhr	Rasenplatz	
Purzelturnen		3,5 –6 J.	Montag	17.00 –17.45 Uhr	Halle 4	
		3,5 –6 J.	Montag	17.00 –18.00 Uhr	GOS	
		3,5 –6 J.	Mittwoch	16.30 –17.30 Uhr	Halle 4	
Sportakrobatik Anfänger		ab 3 J.	Montag	16.00 –17.00 Uhr	Halle 3	
Parkour		ab 14 J.	Montag	18.00 –20.00 Uhr	LGG	
		ab 14 J.	Mittwoch	20.00 –22.00 Uhr	BAS	
Leistungsturnen		ab 5 J.	Donnerstag	16.00 –18.00 Uhr	Halle 3/4	
Geschwisterturnen		2 –7 J.	Dienstag	15.30 –16.30 Uhr	Halle 4	
Ballschule		6 –9 J.	Dienstag	16.30 –17.30 Uhr	Halle 4	
		4 –6 J.	Mittwoch	15.30 –16.30 Uhr	Halle 5	
		4 –6 J.	Mittwoch	16.30 –17.30 Uhr	Halle 5	
Jazz Modern Dance		6 –9 J.	Donnerstag	16.00 –17.00 Uhr	Halle 5	
(6 –9 J. = Blossoms)		9 –11 J.	Freitag	16.00 –17.00 Uhr	Halle 4	
(9 –11 J. = Peanuts)		12 –15 J.	Freitag	17.00 –18.00 Uhr	Halle 5	
(12 –15 J. = Dreamer)		> 15 J.	Freitag	18.00 –19.00 Uhr	Jugendraum	
(>15 J. = Smashing Dancer)		> 15 J.	Freitag	19.00 –20.00 Uhr	Halle 4	
Kinderturnen		5 –7 J.	Donnerstag	15.00 –16.00 Uhr	Halle 3	
		8 –10 J.	Donnerstag	16.00 –17.00 Uhr	Halle 3	

Unsere Premium-Angebote – auch für Nichtmitglieder

(Beginn ab 17. August; Anmeldung ab 15. August 12:00 Uhr)

Sling Workout	Montag	17.00 – 18.00 Uhr	SGA-Sportkita
---------------	--------	-------------------	---------------

Dieser Kurs ermöglicht ein komplettes und effektives Ganzkörper-Workout.
Kraft, Koordination, Gleichgewicht, Stabilität und Ausdauer werden gleichzeitig trainiert.

Körpermitte 360°	Montag	17.15 – 18.00 Uhr	Jugendraum
------------------	--------	-------------------	------------

In diesem Kurs schaffen wir eine stabile Basis durch gezielte Übungen, die Beckenboden, tiefe Bauchmuskulatur und das Zwerchfell als ein zusammenhängendes System betrachten.

Body Fusion	Montag	18.00 – 19.00 Uhr	Jugendraum
-------------	--------	-------------------	------------

In diesem Kurs werden die Stärken von Pilates und funktionellem Training zu einem umfassenden Workout kombiniert.

FaszienFit	Montag	19.00 – 20.00 Uhr	GOS
------------	--------	-------------------	-----

In diesem Kurs stehen gezielte Bewegungen und achtsames Faszien-Training im Mittelpunkt. Durch fließende Dehnübungen, federnde Impulse und sanfte Mobilisation werden Verklebungen im Bindegewebe gelöst und die Beweglichkeit verbessert. Ergänzt wird das Training durch Atemübungen und entspannende Elemente, die Stress abbauen und das Körpergefühl stärken.

Tough Class	Dienstag	19.00 – 20.00 Uhr	Halle 5
-------------	----------	-------------------	---------

Die Tough Class ist dynamisch, vielseitig, athletisch, intensiv und richtet sich an alle mit einer gewissen Grundlagenfitness, die gerne mit anderen in einer Gruppe trainieren.

Hockergymnastik	Mittwoch	10.00 – 11.00 Uhr	Goldner Löwe
-----------------	----------	-------------------	--------------

Bewegungsübungen mit fröhlichem Miteinander.

Jumping Fitness	Mittwoch	18.00 – 19.00 Uhr	Halle 5
	Sonntag	10.30 – 11.30 Uhr	Halle 5

Jumping Fitness ist ein innovatives Fitnesskonzept und vereint neben einem unglaublichen Spaßfaktor, Fitness, Wellness und pure Leichtigkeit.

Contemporary Pilates	Mittwoch	19.00 – 20.00 Uhr	Jugendraum
----------------------	----------	-------------------	------------

In diesem Kurs dreht sich alles um die Körpermitte, doch ist das Trainingsprogramm mit modernen Erkenntnissen aus der Biomechanik und Bewegungswissenschaft „gewürzt“.

Schwangerschaftssport	Mittwoch	20.00 – 21.00 Uhr	Halle 5
-----------------------	----------	-------------------	---------

Gemeinsam mit anderen Schwangeren in Bewegung bleiben und den Körper trotz der Veränderungen fit halten. Das Bewegungsprogramm ist auf die Schwangerschaft abgestimmt.

Starke Mitte: Rücken- u. Core-Training	Freitag	18.00 – 19.00 Uhr	Halle 5
--	---------	-------------------	---------

Das funktionelle und effektive Training fördert Deine gesunde Haltung, beugt gleichzeitig Rücken- sowie Nackenschmerzen vor und verbindet Ober- und Unterkörper. Mit verschiedenen Trainingsgeräten trainieren wir zusammen Deine starke Mitte.

Hula Hoop	Freitag	19.00 – 20.00 Uhr	Halle 3
-----------	---------	-------------------	---------

Hula-Hoop-Training ist effektiv, macht Spaß und kurbelt die Fettverbrennung an.

Outdoor-Training	Samstag	10.00 – 11.00 Uhr	Bürgerpark
------------------	---------	-------------------	------------

Draußen an der frischen Luft führen wir ein abwechslungsreiches intensives Ganzkörper-Training durch: Ausdauer-Übungen wechseln sich mit Kraft- und Koordinationsübungen ab. Viel Spaß und super Fettverbrennung sind garantiert und wir stärken gleichzeitig unser Immunsystem.

Fit mit Line Dance	Samstag	11.30 – 12.30 Uhr	Halle 4/5
--------------------	---------	-------------------	-----------

Fit mit Line Dance ist ein modernes, fitnessorientiertes Bewegungsangebot, das vom Deutschen Turnerbund entwickelt wurde. Die Fitnesskomponente und der Spaßfaktor werden bei diesem vorliegenden Angebot besonders groß geschrieben!

Anmeldung auch während der Kurse noch möglich!