



# Oberachern



## Vereinsmitteilungen und Veranstaltungen



### Turnverein Oberachern 1912 e.V.

**„Bewegt in die Woche“ geht es ab dem 10.09.2018 jeden Montagmorgen und Donnerstagabend mit Übungsleiterin Stefanie Lamm und ihrem folgenden Gesundheitssportangebot:**

„Pilates“ jeden Montagmorgen um 08:30 Uhr in der Turn- und Festhalle Oberachern.

Pilates sind funktionelle Übungen aus Gymnastik und Yoga.

Den Pilates Übungen liegen verschiedene Prinzipien wie Atem-Bewegungsfluss, Zentrierung der Körpermitte, Locker- Entspantheit, Schultergürtelorganisation, Bewegungslänge- Weite zugrunde, um eine korrekte Ausführung zu gewährleisten. Die Prinzipien verdeutlichen, es geht hier nicht nur um eine körperliche Ertüchtigung oder gar das Abarbeiten einer bestimmten Wiederholungszahl, viel mehr steht die Qualität vor der Quantität. Bei Pilates ist weniger mehr.

Pilates ist eine sanfte Trainingsmethode aus funktionellen Dehn- und Kräftigungsübungen. Sie betrachtet Körper, Geist und Seele als Einheit. Dieser ganzheitliche Ansatz verbessert die Körperhaltung, Koordination, Ausdauer, Beweglichkeit, kräftigt von innen nach außen auf und baut gleichzeitig Stress ab. Die innere Mitte wird gefunden sowie langfristig Harmonie und Wohlbefinden gesteigert.



**„Nordic-Walking“ jeden Montagmorgen um 09:30 Uhr Start und Ziel hinter den Hallen.**

Nordic-Walking ist gehen mit aktiv geführten Stöcken. Es stellt ein schonendes Ganzkörpertraining dar, bei dem mit guter Technik bis zu 600 Muskeln aktiviert werden und welches ein bis zu 40% effektiveres Gehen wie ohne Stöcke ist. Es ist ein optimales Herzkreislauftraining, bei dem der Bewegungsapparat bis zu 30% entlastet wird.

Nordic-Walking löst Verspannungen im Schulter-Nackebereich, stärkt das Immunsystem, fördert den Abbau von Stresshormonen, bietet Kommunikation in der Gruppe und vieles mehr für Ihre Gesundheit und Ihr Wohlergehen.

Gestartet wird immer montags um 09:30 Uhr hinter der Turn- und Festhalle in Oberachern. Der Weg führt durch den schönen Oberacher Wald, durch die herrlichen Reben und endet wieder bei der Halle, wo mit Dehn- und Lockerungsübungen um ca. 10:45 Uhr der Lauftreff beendet wird.

**„Bodyforming“ jeden Donnerstagabend um 19:30 Uhr in der Turn und Festhalle in Oberachern**

Bodyforming ist ein funktionelles Fitnesstraining, welches den passiven und aktiven Bewegungsapparat kräftigt, dehnt und mobilisiert. Es stellt ein präventives Ganzkörpertraining dar.

Nach einer Aufwärmung durch einfache Aerobicsschritte werden Kräftigungsübungen für Bauch/Beine/Po, Arme/Brust/Rücken, Wirbelsäule und Beckenboden unter Berücksichtigung der Prinzipien von Pilates (Atemfluss, Bewegungslänge - und Weite, entspannter Schultergürtel, Zentrierung der Körpermitte...) durchgeführt. Ganz nebenbei werden auch Koordination, Gleichgewicht, Körperhaltung und Körperwahrnehmung geschult sowie die Figur geformt.

Das Training wird mit Dehn und Lockerungsübungen abgerundet. Bodyforming wird mit Spaß und Freude an der Bewegung auf Musik abgehalten, wobei unterschiedliche Handgeräte für Abwechslung sorgen können.

Auf bekannte und neue Gesichter freut sich Stefanie Lamm, Gesundheitstrainerin und lizenzierte Übungsleiterin mit Präventionsausbildung.

Infos unter stefanie.lamm@tvoberachern.de oder direkt im Training.

Die Gesundheitssportangebote finden über das ganze Jahr statt. Am besten nicht lange zögern, Sportsachen einpacken und mitmachen.



## Sportverein Oberachern

Oberliga Baden-Württemberg

**1.CfR Pforzheim - SV Oberachern**

**Samstag, 25. August 2018 - 14:00 Uhr**

Holzhofstadion, Pforzheim

Landesliga Südbaden

**FV Langenwinkel - SV Oberachern**

**Samstag, 25. August 2018 - 15:30 Uhr**

Sportplatz, Langenwinkel

Oberliga Baden-Württemberg

**SV Oberachern - TSV Ilshofen**

**Samstag, 01. September 2018 - 14:00 Uhr**

Sportplatz am Waldsee, Oberachern

Landesliga Südbaden

**SV Oberachern - TSV Loffenau**

**Sonntag, 02. September 2018 - 15:00 Uhr**

Sportplatz am Waldsee, Oberachern

**SV Oberachern - SV Stuttgarter Kickers**

**3 : 1 (1:1)**

Damit hatte wohl kaum keiner in Oberachern gerechnet, aber SVO-Trainer Mark Lerandy hatte es während der Woche schon angedeutet: „Wenn wir ein wenig hungriger vor dem Tor sind, dann kann uns vor unseren treuen Fans in Oberachern vielleicht eine Überraschung gelingen“. Am Ende hieß es 3:1 für den SV Oberachern, nicht unverdient, denn nur in der Anfangsphase

waren die Gäste aus Stuttgart die spielbestimmende Mannschaft. Lange mussten die ca. 200 mitgereisten Fans aus der Landeshauptstadt nicht auf den ersten Auswärtstreffer Ihrer Mannschaft in der Oberliga warten. Es waren gerade drei Minuten gespielt, als Valentino Stepic nach einem Einwurf und doppelter Kopfballverlängerung von Badiane und Auracher, frei zum Abschluss kam und SVO-Torhüter Pendinger keine Abwehrchance lies. Wie in der vergangenen Woche war es SVO-Schlussmann Pendinger, der mit drei Glanzparaden den knappen Rückstand festhalten konnte. In der 41. Minute dann der Ausgleich für die Hausherren. Nach einem Freistoß von Gabriel Gallus wurde Demarveay Cheron von zwei Stuttgarter Abwehrspielern im Strafraum gefoult. Der gut leitende Schiedsrichter Gerspacher zögerte nicht lange und entschied auf Strafstoß für den SV Oberachern. Diese Chance ließ sich der Toptorschütze der vergangenen Saison Gabriel Gallus nicht nehmen und verwandelte sicher zum 1:1 Ausgleich. Mit diesem Ergebnis ging es dann auch in die Halbzeitpause.

Nach der Pause kam Oberachern besser ins Spiel. Der eingewechselte Amachaibou scheiterte in der Schlussphase der Begegnung zwei Mal am herausragenden SVO Keeper Pendinger und so kam es, wie es im Fußball so oft passiert. „Man macht vorne die Dinger nicht rein und dann fängst du kurz vor dem Ende das Gegentor“, so Kicker Trainer Flitsch nach dem Spiel.

In der 91. Minute tauchte der zuvor eingewechselte Salvatore Muto alleine vor dem Torhüter der Kickers auf und schob zur viel umjubelten Führung für die Hausherren ein. Als drei Minuten später dann noch Demarveay Sheron nach einem 70 Meter Sprint das 3:1 erzielen konnte, gab es kein Halten mehr. Der Schlusspiff von Schiedsrichter Gerspacher ging anschließend im riesigen Jubel von Spielern und Fans des SV Oberachern unter. Die Sensation war perfekt und die erste Oberliga-Niederlagen der Kickers war besiegelt.

In der Oberliga geht es am kommenden Wochenende für den SV Oberachern mit einem Gastspiel beim 1.CfR Pforzheim weiter. Das nächste Heimspiel steigt am 01. September 2018 um 15:30. Zu Gast am Oberacher Waldsee ist dann der Aufsteiger aus Ilshofen.

### SV Oberachern II - SC Hofstetten 2 : 3 (0:1)

Die rund 100 Zuschauer am Oberacher Sportplatz am Waldsee mussten am Samstagabend ihr Kommen nicht bereuen. Besonders im ersten Abschnitt zeigten beide Mannschaften ein rasantes Oberligaspiel mit Chancen auf beiden Seiten. Bereits nach zwei Minuten lag den zahlreich mitgereisten Fans des SC Hofstetten der Torjubel auf der Zunge. Oberacherns Torhüter Schnurr konnte jedoch den Ball vor dem einschussbereiten Hengstler den Ball von der Linie schlagen. In der Nachspielzeit der ersten Halbzeit war es jedoch Arian Steiner, der nach einem Eckball völlig freistehend mit dem Halbzeitpiff die Führung für die Gäste erzielen konnte.

Gleiches Bild auch in Halbzeit zwei, jedoch mit deutlich mehr Torchancen auf Seiten der Gastgeber. Der Knackpunkt des Spiels dann in der 69. Minute. Yasin Tasli, der fünf Minuten zuvor mit Gelb verwarnet worden war, foulte erneut seinen Gegenspieler und sah zurecht die Ampelkarte. Sieben Minuten später nutzten die Gäste dann die Überzahl zum ersten Mal aus. Hengstler konnte sich auf der linken Seite durchsetzen und verwandelte flach zu 2:0-Führung für den SC. Weitere sechs Minuten später war es erneut Hengstler, der mit einer Bogenlampe den chancenlosen SVO-Schlussmann Schnurr überwinden konnte.

Wer nun glaubte, dass sich die jungen Spieler des SVO aufgeben würden sah sich schnell getäuscht. In der 86. Minute war es der eingewechselte Diogo Carolina, der aus 20 Metern den Anschlusstreffer zum 1:3 erzielen konnte. In der Nachspielzeit gelang dann noch dem ebenfalls eingewechselten Daniel Filkovic mit einem Schuss aus 25 Metern der Treffer zum 2:3. Lange mussten die Gäste aus dem Kinzigseental nicht mehr zittern, bis Schiedsrichter Fallner die Begegnung beendete.



## Kameradschaftsbund Oberachern

### Kegeln

Die Kegler des Kameradschaftsbundes, treffen sich am Sonntag, den 26.08.2018 um 10:00 Uhr in Mösbach im Grünen Baum zum Kegeln. Interessenten und Gastkegler sind Herzlich willkommen.



## Sportschützenverein Oberachern

### Sommerferienprogramm im Schützenhaus

Der Sportschützenverein Oberachern begrüßte sechs Jugendliche zum Sommerferienprogramm 2018. Eingeteilt in zwei Gruppen und tatkräftig unterstützt von den Nachwuchsschützen konnten die Feriengäste in die Disziplinen Bogenschießen und Luftgewehrschießen reinschnuppern. Nach den sportlichen Aktivitäten lud der Verein noch zur Grillwurst ein.



## Heimat u. Verschönerungsverein Oberachern

### Mäharbeiten am Waldsee

Am vergangenen Mittwoch war das Arbeitsteam beim Waldsee beschäftigt. Dort musste mal wieder das Gras am Seeufer im Bereich der Sitzbänke gemäht werden. August Schnurr und Werner Lorenz haben diese Arbeit mit der vereinseigenen Mähmaschine erledigt. Zudem wurden Dornenhecken zurückgeschnitten. Eigentlich müsste dies laut Zusage der städtische Bauhof machen, aber wahrscheinlich wurde dies vergessen. Nebenbei waren auch noch zwei Sitzbänke reparaturbedürftig. An der einen mussten nur zwei morsche Latten ausgetauscht werden, die andere ist komplett ersetzt worden, da hier auch die Wangen beschädigt waren.



Stefan Kininger, August Schnurr und Werner Lorenz bei den Mäharbeiten

### Bänke entlang des Waldsees

Da etliche Sitzbänke in Jahre gekommen sind mussten sie vom Arbeitsteam des Heimat- und Verschönerungsverein ausgetauscht werden. Das Herausnehmen der alten Betonwangen, die tief im Waldboden eingegraben, und zudem noch einzementiert waren, gestaltete sich als recht schwierig. Durch geschickten Einsatz des Traktors als "Zugmaschine" wurde aber auch dieser Kraftakt bewältigt. Damit war der Weg frei, die neue Sitzbank an der alten Stelle einzubauen. Die Sitzgelegenheiten stammen noch aus den frühen sechziger Jahren. Unter dem damaligen 1. Vorsitzenden Erwin Panther wurden viele der heute noch erhaltenen angelegt.



Michael Armbruster, Peter Störk und Stefan Kininger beim Einbau der Sitzbankwangen



### Eiskellerdämonen Oberachern

#### Vereinsausflug

Am kommenden Sonntag steht für die Dämonenschar mal wieder ein Ausflug an. Oberzunftmeister Bernd Herr, ließ sich mal wieder etwas tolles einfallen! Am Sonntag geht es für uns nach Hallwangen in einen Barfußpark. Danach werden wir noch eine Stollenbesichtigung erhalten. Im Anschluss treffen wir auf unsere Freunde, die Stollahexen Hallwangen. Gemeinsam werden wir ein tolles Grillfest veranstalten.

Desweiteren möchten wir Euch auch in diesem Jahr, rechtherzlich am 22. September zu unserem Herbstrock in die Fischerhütte Oberachern einladen.

Die Rockband "Ondersd Coverd" konnte für diesen Termin verpflichtet werden und wird dem Publikum richtig einheizen.

Wir freuen uns auf Euer kommen, Eure Eiskellerdämonen



Der VdK OV Oberachern-Mösbach in Verbindung mit dem Kameradschaftsbund Oberachern führt am 15. September 2018 seinen diesjährigen Ausflug nach Alpirsbach im Schwarzwald durch.

Abfahrt ist um 10:00 Uhr am Gasthaus Feldbachstube, Oberachern. Wir besichtigen dabei in einer zweistündigen Führung das Braumuseum des Alpirsbacher Klosterbräu. Der Abschluss findet

ab ca. 18.00 Uhr in der Feldbachstube in Oberachern statt. Kostenbeitrag für Busfahrt und Führung 30 € für Erwachsene und 5 € für Kinder.

Anmeldung durch Einzahlung bis 31. August.

Nähere Informationen erteilt telefonisch Maria Paschke, Telefon 07841 24260.

### Krebskranke Kinder? Wir helfen!

Wir wollen, dass den krebskranken Kindern wirksam geholfen wird und unterstützen daher seit vielen Jahren die Forschung an der Universitäts-Kinderklinik in Freiburg. Und auch unser Elternhaus mit 73 Betten – direkt neben der Uni-Kinderklinik – trägt wesentlich zur besseren Betreuung der kleinen Patienten und den betroffenen Eltern bei.

### Hilfe, die wirklich ankommt!



- Sparkasse Offenburg/Ortenau  
DE61 6645 0050 0006 0848 42 | SOLADES10FG
- Volksbank in der Ortenau  
DE43 6649 0000 0050 5588 00 | GENODE610G1
- Volksbank Lahr  
DE30 6829 0000 0001 3508 03 | GENODE61LAH

### Förderverein für krebskranke Kinder e.V. Freiburg

Mathildenstraße 3 · 79106 Freiburg · Telefon 0761/275242

info@helfen-hilft.de · [www.helfen-hilft.de](http://www.helfen-hilft.de)

Diese Anzeige wird nicht durch Spendenmittel finanziert, sondern erscheint durch freundliche Unterstützung des Verlages.

### Erreichen Sie mit Ihren Prospektbeilagen die Ortenau!

Profitieren Sie mit Ihrer Prospektbeilage von der hohen **Akzeptanz** und **Glaubwürdigkeit** unserer Amtlichen Nachrichtenblätter.

Kontaktieren Sie uns unter:

☎ 07 81/ 504-14 56

☎ 07 81/ 504-14 69

@ anb.anzeigen@reiff.de

 reiff amtliche nachrichtenblätter.