

harrymaas@web.de; frisch.winni@t-online.de; wolfgang.eva@t-online.de daraufhin wird Ihnen das Anmeldeformular zugesendet. Außer dem können Sie unter den folgenden Tel. Nr. Kontakt aufnehmen. Maas Gerhard (690422), Frisch Winfried (6221). Bei der Kontaktaufnahme werden Ihnen nähere Details mitgeteilt. Weitere Informationen zu unserem Rad- und Weiherfest finden Sie in den folgenden Mitteilungsblättern unter der Rubrik „Schiffweiler Vereine“. Wir die Zwitscherzugvögel und auch die Gemeinde Schiffweiler würden uns freuen Sie zu unserer Veranstaltung begrüßen zu können und wünschen Ihnen schon jetzt viel Spaß bei unserer Bildersuchfahrt durch die gesamte Gemeinde. Also denken Sie daran am 6. Juli ab 08.30 Itzenplitzer Weiher und es sind noch Startplätze frei.

Motor Sport Club Schiffweiler Informiert

5. SST Warndt Rallye, Völklingen am 07.06.2008

Mit Neun Teams war der MSC Schiffweiler bei der 5. SST ADAC Rallye Warndt vertreten, insgesamt starteten 68 Teams zu der Veranstaltung rund um Völklingen.

Die am stärksten besetzte Klasse war auch am vergangenen Wochenende die Klasse N3, der leicht verbesserten Fahrzeuge bis 2000ccm. Am besten in Szene setzen konnte sich das Team Franco und Patricia Decker aus Schiffweiler. Mit Ihrem BMW 320is konnten sie beim ersten gemeinsamen Einsatz in diesem Jahr ihre Klasse und Gruppe deutlich gewinnen und den 6. Platz in der Gesamtwertung feiern. Serge Straßel / Christian Schneider konnten auf den winkligen Rundkursen das Tempo der Klassenspitze mitgehen auf den schnellen Landstraßen des Warndt müssen sie mit dem VW Golf II 16V noch etwas zulegen, der zwölfte Rang im Gesamt und der vierte Klassenrang war der verdiente Lohn. Franz Reinert und Alex Rath im VW Golf II nahmen den 23. Platz im Gesamt und den 8. Platz in der Klasse F2005 N3 mit nach Hause. Ein Plattfuß auf dem Rundkurs Raffinerie kostete das Team ein paar Sekunden. Christian Kirsch mit Co Marcel Piro hatten auf der WP 3 eine Begegnung mit einem Heuballen, die den Opel Astra an der Front verformte. Von solch kleinen Zwischenfällen lies man sich nicht aus der Ruhe bringen, nichts war so schlimm, als das man es nicht mit Kabelbindern und Tape wieder in einen fahrbaren Zustand versetzen konnte. Bereits am morgen, beim besichtigen der Wertungsprüfungen hatten sie einen platten Reifen und setzten so notgedrungen auf Straßenreifen im Wettbewerb. Trotz dieser Probleme, kamen sie gut ins Ziel und holten den 28. Platz im Gesamt und den 10. Platz in der Klasse F2005. Dirk Fuchs und Co Pilotin Sandra Werry-Briffeuil in dem BMW 320is, hatten einige Anpassungsschwierigkeiten an ihre neuen Reifen. Auf WP fünf hatten sie einen kleinen Lichtblick, sie konnten hier die 14. Beste Zeit setzen. Am Ende reichte es leider nur für den 11. Platz in der Klasse F2005 N3 und dem 33. Platz im Gesamt.

Alexander Gäff / Stefan Später kehrten nach längerer Reparatur Pause wieder auf die Rallyepisten zurück, ihre Devise lautete „nichts riskieren, erst ein mal wieder ans Auto gewöhnen“. Sie steigerten sich über den Tag und konnten so den 7. Platz im Gesamt und der 2. in der Klasse H14 mit nach Hause nehmen. Für Stefan Malter / Conny Maas mit dem Peugeot 306 S16, lief es leider nicht so gut. Nach WP 2 riss der Gaszug ab und machte eine weiterfahrt unmöglich.

Jo Theis und Pascal Maas auf dem Audi S2 Quattro klagten ab der 2. WP über massiven Leistungsverlust. Mehr als der 3. Platz in der Klasse H 16 und der 32. Platz im Gesamt war so nicht drin.

Das „Älteste Team“ vom MSC Schiffweiler, Helmut Heike und Patrik Werry mit dem BMW 2002 touring *wobei das Alter nur auf das Auto bezogen ist. Alles klappte gut, bis auf der WP 7, dort riss der Keilriemen. Sie konnten sich aber noch ins Ziel retten und erreichten den 3. Platz in ihrer Klasse.



Franco und Peggy Decker auf BMW 320is

Heiligenwald Landweiler

FUNK-TAXI

DIETER SCHMITT



40

Großraumtaxi bis 9 Personen
Flughafentransfer



40

Dialysefahrten, Krankenfahrten, Chemofahrten
und Bestrahlungsfahrten

NEU: Rollstuhlfahrten

mit seinem freundlichen, hilfsbereiten Team.
Bitte bleiben Sie mir auch weiterhin treu.



6 88 88

24-Stunden-Service

Schiffweiler Stettweiler



Christian Kirsch / Marcel Piro auf Opel Astra

China - Kampfkunst e.V.

Intensivlehrgang Tui Shou am Standort Schiffweiler

Unter der fachlichen Leitung der Trainer Holger Kartes, Angelika Bus-Kartes und Monika Werth hatten sich 14 Mitglieder aus drei Standorten am Sonntagnachmittag, dem 01. Juni 08, zu einem dreistündigen Intensivlehrgang Tui Shou in der Schulturnhalle der Grundschule Schiffweiler zusammengefunden.

Tui Shou bedeutet wörtlich „Schiebende Hände“. Im Tui Shou wird die korrekte Anwendung der Taiji -Techniken im Kampf trainiert. Damit die Bewegungen ihre volle Wirksamkeit entfalten können, ist es wichtig, alle Aktionen im Einklang mit dem Fluss des Qi auszuführen. Dabei kommt es darauf an, den Impuls des Angriffs ins Leere laufen zu lassen und die Kraft an den Angreifer zurück zu geben. Tui Shou beinhaltet eine Vielzahl von Techniken, wobei jeder Teil des Körpers als Waffe eingesetzt werden kann. Um die komplexe Kunst des Tui Shou zu erlernen, gibt es ein stufenweises Übungsprogramm von Partnerübungen: Tui Shou mit einer Hand, Tui Shou mit beiden Händen und Tui Shou mit Schrittbewegungen.

Im stehenden Tui Shou (Dingbu) wird vor allem die Beweglichkeit im Beckenbereich als Achse der Körperbewegung geschult. Tui Shou mit Schrittbewegungen (Huobu) wird als grundlegende Übung für die Harmonisierung der inneren und äußeren Arbeit sowie der gesamten Bewegungen (zwischen Armen und Beinen) bei Taijiquan angesehen. Hat man Tui Shou erlernt, wird man nicht nur die Form richtig ausführen, sondern auch den inneren Gehalt der Bewegungen, wie z.B. Selbstverteidigung, erfahren.

Da ein Großteil der Teilnehmer noch keine Erfahrungen mit Tui Shou hatten, begannen die Trainer nach dem Aufwärmen und Dehnen zunächst mit einfachen Partnerübungen im Stand. Dabei wurde ein Partner zum Angreifer bestimmt, der Andere war der Verteidiger. Der Angreifer führte nun mit seiner Hand horizontale Bewegungen durch, der Verteidiger, der Kontakt mit der Hand aufgenommen hatte, musste der Hand des Angreifers folgen, ohne den Kontakt zu verlieren. Die Bewegung sollte locker, aber hoch konzentriert und ohne Kraftinsatz geübt werden, was nicht jedem auf Anhieb gelang.

Die zweite Stufe umfasste jetzt auch Bewegungen in vertikaler Richtung; hier wurde eine „liegende Acht“ geübt.