

Top Fit

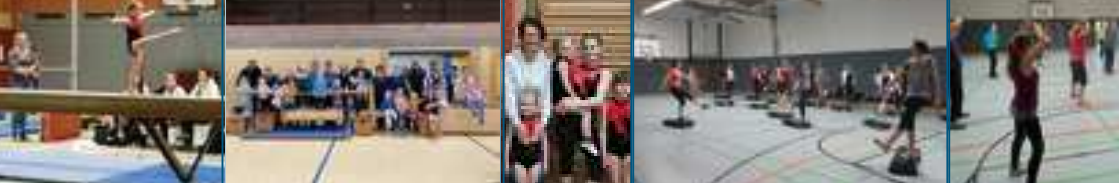


Volleyballer in neuem Trikot

Das haben sie sich auch verdient nach den Erfolgen der letzten Turniere. Am 29.09.2024 trat die Mannschaft in Bad Marienberg mit zwei Gruppen an, einer reinen Jungen- und einer Mixed-Mannschaft. Die Jungen erzielten den 4. Platz und die Mixed den 1. Platz von Insgesamt 11 Mannschaften. Das ist ein toller Erfolg und rechtfertigt ein gemeinsames Trikot. Ihr seht darin super aus.



Fachbetrieb für Gebäudetechnik SALMON ELEKTROTECHNIK GmbH	Salmon Elektrotechnik GmbH Herborner Straße 9 56477 Rennerod Telefon: (0 26 64) 999 635 Telefax: (0 26 64) 999 636 E-Mail: michael@salmon.de
---	--



Schlussspurt bei Run For Fun im Herbst der Rekorde

Zum Ende der Laufsaison 2024 legten sich die Run For Fun-ler noch einmal ordentlich ins Zeug. Ende September war eine 4-er Gruppe von insgesamt 54.280 Läufern beim BMW Berlin-Marathon vertreten. Philipp Gros schaffte die Marathon-Distanz mit einer spektakulären Zielzeit von 02:54:32. Er pulverisierte seinen eigenen Vereinsrekord. Die drei Teamkolleginnen Anne Kallnik, Katharina Klees und Sissy Iden konnten auch mit Bestleistungen über die Marathon-distanz überzeugen. Im Oktober beim Löwenlauf in Hachenburg glänzten fünf RUN FOR FUN'ler auf der 10,5 km Strecke. Es war der Abschlusslauf des Wäller-Lauf-Cups für diese Saison.



Bleibt noch das Highlight des Jahres zu erwähnen. Susan Klimpke hatte sich, wie 16.814 andere Läufer, beim TCS Amsterdam Marathon angemeldet. Die 30 langen Kilometer beendete Susan mit einer traumhaften Zeit von 03:30:11, ihrer persönlichen Bestzeit und damit auch ihren Vereinsrekord. Sie belegte Platz 18 ihrer AK. Der TV Rennerod, aber insbesondere Kathrin und Susan sind mächtig stolz auf ihre RUN FOR FUN-Gruppe. Einen herzlichen Glückwunsch für die tollen erbrachten Leistungen im Jahr 2024.






Der Immobilienprofi in Ihrer Region

Hauptstr. 50 • 56477 Rennerod
0 26 64 / 4 67 97 10 • www.bender-immobilien.de

Bender & Bender *Einen Makler beauftragen,
- Immobilien Gruppe - über 60 Makler arbeiten für*



**PHYSIO-TEAM
RENNEROD**

PRÄVENTION · REHABILITATION · WELLNESS

Christina Stoll
Inhaberin

Hauptstraße 68 · 56477 Rennerod
Telefon: 02664 6380 · Fax: 02664 9111575

info@physioteam-rennerod.de · www.physioteam-rennerod.de

Rücken Fit

Im Winterhalbjahr findet der Rücken Fit-Kurs in Nister-Möhrendorf von 17:30 bis 19:00 Uhr statt. Bitte beachten!

Wer Lust hat mitzumachen, ist gerne eingeladen und kann dreimal kostenlos schnuppern. Schnuppergutscheine gibt es auf der Homepage des Turnvereins Rennerod.



Endlich wieder Karate-Prüfung

Die diesjährige Karateprüfung war ein voller Erfolg! Nach 4 Jahren fand endlich wieder eine Gürtelprüfung in der Turnhalle vier in Rennerod statt. Natürlich war ein Prüfer eingeladen, der mit großer Geduld, besonders die Erstlinge, ermunterte. Es standen insgesamt 33 Prüfungen auf dem Programm. Vom weißen bis zum blauen Gurt war alles dabei. Alle haben erfolgreich bestanden. Einen herzlichen Glückwunsch vom Verein und vielen Dank an die beiden Trainer Rana und Imad.



immer
und
überall

**Sport
Röttger**

Sport-Vertriebs-GmbH
Hauptstraße 32 56477 Rennerod
sport-roettger.de

Steuerbüro Giehl

Steuerbüro Torsten Giehl
Westermöhr Straße 22
56477 Rennerod
Telefon 02664 / 99 77 90
info@steuerbuero-giehl.de
www.steuerbuero-giehl.de



11. Badmintonnacht

AM 09.11.2024 fand die Badmintonnacht zum 11. mal statt. Insgesamt lieferten sich 39 Teams - aus nah und fern - spannende Spiele in zwei getrennten Gruppen in der Vorrunde. Gegen 19:30 Uhr endeten die ersten Vorrundenspiele pünktlich zur eintreffenden Pizza. Nach dieser Stärkung konnte die Finalrunde im K.-o.-System beginnen. Im Damendoppel belegte das Team Irina Richter / Nicola Winkler den 1. Platz, im Mixed landeten Max Burth / Saowakon und Satha Poy, Danny Kramer / Miriam Müller auf dem 2. und 3. Platz. Tolle Erfolge! Herzlichen Glückwunsch!







TUI ReiseCenter

Hauptstraße 63
56477 Rennerod
Tel. 02664/995430
www.tui-reisecenter.de/rennerod1

Neu im Programm TV RenneRoadRockets

Unter diesem Namen hat sich eine Interessengemeinschaft für den Radsport gegründet. Norbert Stickel, Michael Sabel und Larry Kleser sind dabei. Die Drei vom Turnverein feierten mit 3000 Radsportbegeisterten den Dreiländergiro, Die 168 oder 120 Kilometer durch Österreich, Italien und die Schweiz gehören zu den größten Breitensportveranstaltungen Euro-pas. Es war für alle eine große Herausforderung. Schmankerln im Festzelt sowie verschiedene Foodtrucks waren am Ende willkommen. Eine großartige Leistung und Werbung für den Westerwald.

EP:Hering & Steup

Hauptstr. 37 - 56477 Rennerod
heringundsteup@t-online.de - Tel. 02664 1777

www.ep-hs.de **Unser Service**
macht den Unterschied.

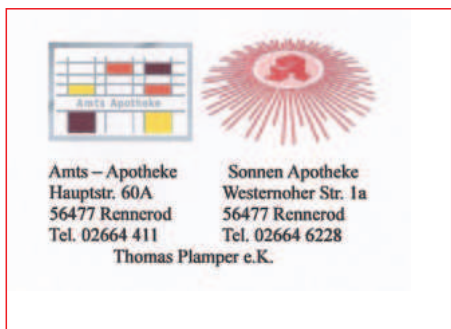
Öffnungszeiten:
Montag: 9-12:30 Uhr und 14-18 Uhr - Sa 9-13 Uhr





Gesundheitsmesse in Rennerod

Natürlich war auch der Turnverein mit einem sportlichen Angebot bei der Gesundheitsmesse vertreten. Die körperliche Fitness, die regelmäßige Bewegung aller Muskeln und die Dehnung der Bänder führen neben den reinen Gesundheitsangeboten wie Herzsport zu einem gesunden Ausgleich zwischen Körper und Geist. Denn ein gesunder Geist kann nur in einem gesunden Körper wohnen.





Die Herzsportler feiern.

Da hat Gerd mit seiner Einladung an verdiente Helfer und Unterstützer der Herzsportgruppe alle überrascht. Im Haus am Alsberg war ein köstliches Mittagessen vorbereitet, wo sich jeder gerne bediente. Aber die Einladung sollte auch allen Möglichkeiten zu netten Gesprächen bieten. Natürlich wurde die Einladung gerne angenommen.

Das war eine tolle Idee, Gerd! Es darf gerne wiederholt werden.



Nun, da sich Weihnachten nähert, trafen sich die Koronarsportler mit ihren Ehepartnern auch zu der obligatorischen Weihnachtsfeier. Viele Geschenke lagen wieder zur Verlosung bereit, Raimund Scharwat und auch Norbert Stickel sorgten neben Gerd für die entsprechenden Wünsche, Willi Simon brachte mit seiner Weihnachtsgeschichte die besinnlichen Momente und Norbert Hering steuerte mit seinem Akkordeon auflockernde Musik bei. Anne hatte Tänzer motiviert, um die Anwesenden zu überraschen. Es war ein besinnlicher und trotzdem sehr fröhlicher Abend. Vielen Dank an alle, die für diese schöne Feier gesorgt haben.





Run For Fun im Weihnachtsmodus

Auch in der Vorweihnachtszeit sind die Läufer bei Run For Fun in Bewegung. Auf der Weihnachtsfeier wurden die neuen Run-For-Fun-Jacken überreicht, die die Fa. Focus gespendet hatte. Dann wurde Schrott gewickelt und ein magisches Getränk für die anstehenden Läufe probiert. In entsprechendem Outfit fanden sich Anne und Katharina beim Argenthaler Adventstrail ein während Stehphan und Inge beim Gießener Advents-Volkslauf dabei waren. Ihr seid immer für eine Überraschung gut! Prima!



Die Erstellung dieses Infoblattes wird von den werbenden Firmen finanziell unterstützt. Wir bedanken uns herzlich.

Datum: Dez. 2024