

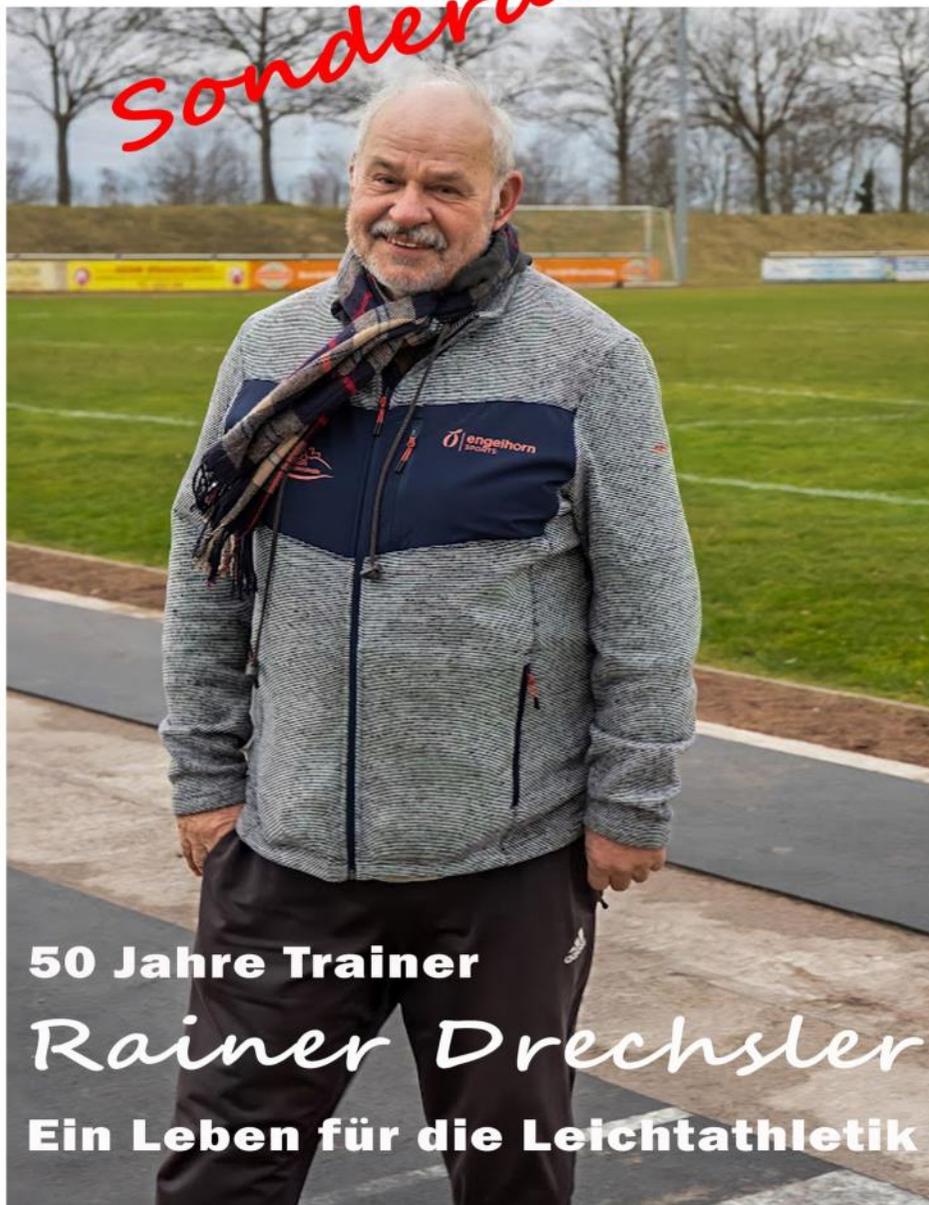
# ZuS

Zentimeter und Sekunden

2022

*Sonderausgabe*

Zeitschrift der TSG Grünstadt - Abteilung Leichtathletik



**50 Jahre Trainer**

*Rainer Drechsler*

**Ein Leben für die Leichtathletik**

[www.tsg-gruenstadt.de](http://www.tsg-gruenstadt.de)

Hallo Leser/innen,

bei der Jahreshauptversammlung der TSG Grünstadt 1990 lernte ich Rainer kennen. In dieser Anfangszeit entstand das spätere ZuS. Seit dieser Zeit kenne ich Rainer als Redakteur der Vereinszeitschrift, Trainer, Abteilungsleiter, Sportwart und als Veranstaltungsleiter. Wir haben alle diese Jahre immer sehr gut zusammengearbeitet, egal in welcher Funktion wir waren.

Um Rainers 50jähriges Lebenswerk als Trainer einmal den Lesern nahe zu bringen, führte ich das folgende Interview.

Besonderen Dank auch an diejenigen, die durch ihre eingefügten Kommentare das Interview bereichert haben.

Gruß Ernst

## Impressum

Herausgeber: Leichtathletik-Abteilung TSG 1861 e. V. Grünstadt  
Asselheimer Straße 191, 67269 Grünstadt

Jahrgang 33, Sonderausgabe Februar 2022

Redaktion: Ernst Dopp  
Oberer Graben 15  
67278 Bockenheim

Anzeigenverwaltung: Ernst Dopp

Titelseite: Gerd Turznik

Text: Rainer Drechsler

Erscheinungsweise: 1x als Sonderausgabe

Die Abteilungszeitschrift wird elektronisch den Mitgliedern zur Verfügung gestellt

Bankverbindung: Sparkasse Rhein-Haardt

IBAN: DE39 5465 1240 0110 1856 00

SWIFT-BIC: MALADE51DKH

Titelseite Rainer Drechsler

## Anlässlich des 50jährigen Trainerjubiläums im April 2021 von Rainer Drechsler führte die Redaktion folgendes Interview

**Rainer stelle Dich einmal kurz vor**

Pfälzer, 72 Jahre, verheiratet, 3 Kinder, 5 Enkel (davon sind 2 in der Leichtathletik aktiv), Scheinentner (durch Training und Sportorganisation bei 2 Vereinen und Vermieter von 3 Ferienwohnungen habe ich eigentlich einen Vollzeitjob). Knochen knirschen gefährlich, deshalb bevorzuge ich im Training einen Trainerstuhl.

**Welche Sportart hast Du als Jugendlicher ausgeführt?**

Zuerst Handball, ab 14 Jahren auch Leichtathletik, mit 20 beendete ich mit der Einberufung zur Bundeswehr meine eigene sportliche Laufbahn.

Handball Pfalzmeister und Pfalzauswahl als Torwart, Leichtathletik bestes Ergebnis ein 3. Platz bei den Jugend-Pfalzmeisterschaften über 4 x 100 m (45,2 sek).



Handball-Pfalzmeister Schüler-A, im Tor Rainer

**Was veranlasste Dich, Trainer zu werden?**

Zufall. Ein Vorgesetzter bei der Bundeswehr war Abteilungsleiter bei der LG Bienwald. Er suchte einen Trainer, erfuhr dass ich Leichtathlet war und machte mir folgendes Angebot: 3mal die Woche Training, dafür kein abendli-

cher Nachtappell. Meine Dienste waren hauptsächlich Bereitschaft sonntags, die ich dann auf dem Sportplatz verbrachte. Da konnte ich nicht nein sagen.

Während meiner Bundeswehrzeit löste sich meine Trainingsgruppe in Freinsheim auf, daher rannte ich immer alleine auf dem Platz herum.

Parallel bemerkte ich eine Gruppe kleinerer Mädchen, die immer vergebens auf ihren Trainer warteten. Nach nicht langer Zeit hatte ich wieder eine Gruppe. Leider konnte ich nie jemanden im Stich lassen, so blieb ich bei meinem Trainerjob auch in sol-

chen Zeiten, wo es keinen Spaß mehr machte. Man sagt dazu Verantwortungsgefühl. Heute bin ich froh darum, denn im Rückblick habe ich eine wunderschöne Zeit mit „meinen“ Kids gehabt.



Mannschaftsbild  
TSV Freinsheim

**Du hast viele Generationen trainiert. Erzähl mal, wie Du die verschiedenen Zeiten erlebt hast**

Eine Rundbahn in Schaidt, direkt daneben Waldwege für Ausdauer und längere Tempoläufe, beste Bedingungen. Tolle Dorfgemeinschaft, in die ich auch sofort einbezogen wurde. Die Kids (hauptsächlich die Mädchen) vergötterten ihren 21jährigen Trainer, schmückten, wenn ich ausnahmsweise mit dem Auto kam, das Auto während dem Training mit Feldblumen (jede Ritze wurde

genutzt), luden mich zu Parties ein usw. Normalerweise brachte mich ein Bundeswehrfeldweibel zum Training, zurück brachten mich die Eltern. Unter anderem ein Metzgermeister, bei dem ich mir vor jeder Heimfahrt in seiner Metzgerei den Bauch vollschlagen musste. Musste heißt, vorher fuhr er mich wirklich nicht heim! Nach der Bundeswehrentlassung fand ich in Freinsheim nur eine alte 100 m-Bahn mit schwarzem Belag vor, die allerdings seltsamerweise 2 Tage nach einem Regen sehr schnell wurde. Die geselligste Zeit meiner Trainerlauf-

bahn begann. Wandertage, Nachtwanderungen, Grillfeste, Sportlerehrungen im großen Rahmen. Einmal im Monat traf sich

die Gruppe (bis zu 20 Kids) zum Spielenachmittag in der Turnhalle.



Spielenachmittag

Die Mädchen belegten Brötchen, Getränke wurden dazu gekauft. Das Geld hierfür stammte aus Altpapiersammlungen in Freinsheim. Eltern fuhren Kleintransporter, 2 - 3 große Container konnten wir füllen. Mit dem Erlös wurden auch Trikots und einheitliche Kapuzenpullis gekauft. Einmal machten wir auch eine Käschteaktion. Ein Auto fuhr morgens in den Wald, 5 Leute sammelten Käschten (Kastanien)

und nachmittags verkauften andere Kids diese in Freinsheim. Über 300 kg konnten wir verkaufen.

Wir beteiligten uns aktiv an Weihnachtsfeiern mit Theatervorträgen, Gospel-Darbietungen usw. Den Sport selbst kann man in der Anfangszeit als Breitensport betreiben.

Als Junggeselle hatte ich viel Zeit für meine Kids.

**Andrea Wagner, 1972 - 1979 bei Rainer, Erfolge auf Pfalzebene hauptsächlich mit der Mannschaft, viel Arrangement für die Gemeinschaft**

*wie könnte es anders sein, auf dem TSV Sportplatz. Du trainierst alleine, aber trotzdem akribisch, keine Spur von fehlender Motivation durch fehlende Trainingspartner. Unsere Trainingsgruppe war begeistert von deinem Trainingsprogramm.*

*Die erste Begegnung mit Rainer hatte ich mit damals, natürlich,*

Später, als unser Trainer, war kein Sportbegeisterter vor dir sicher. Deine Adleraugen erspähten jedes Talent von weitem. Schlummerte ein Rohdiamant an der Weitsprunganlage, oder handelte es sich um einen hoffnungslosen Fall.

Aber nicht nur der TSV war dein Wohnzimmer. Die komplette Umgebung wurde zu Trainingszwecken unsicher gemacht, quasi umgewandelt in ein Athletikgebiet. Einfallsreichtum war schon immer deine Stärke. Improvisieren, und mit wenig Mitteln auskommen, das kanntest du vom TSV ja auch schon zur Genüge. So gab es regelmäßige Waldläufe über Eis und Schnee. Der Trimm-Dich-Pfad an der Weilach war natürlich ein gefundenes Fressen, ebenso der Weg zum Teufelsstein. Wir durften ihn nicht gemächlich hochjoggen, nein, Skipings mussten es sein. Viel anstrengender und effektiver, so

wie du es gerne gesehen hast. Du hast die Grundlagen für meine späteren sportlichen Aktivitäten mit deiner hervorragenden Trainertätigkeit gelegt.

Rainer, du warst aber auch gesellig. Schöne Erinnerungen kommen auf, wenn ich an Weihnachtsfeiern und Ausflüge denke, mit Wettspielen, Spaßprogramm, Quiz und schönen Gesängen aus der Mundorgel.

Sportfeste waren wie Großausflüge, auch mit Unterstützung der ganzen Familie. So stand nicht immer nur der Sport im Vordergrund. Auch dein VW-Käfer musste oft voll beladen werden; für uns damals ein Riesenspaß.

Dreiundzwanzig Jahre später konntest du auch meinen Sohn Timo vom Leichtathletiktraining begeistern. Er trainierte ehrgeizig auf dem TSV-Sportgelände für die Bundesjugendspiele. Dort hattest du ihn mit deinen Techniktipps und motivierenden Ansagen überzeugt.

Du warst und bist bis heute mit Herz und Hingabe bei deinem geliebten Sport.

Vielen Dank für die schöne Leichtathletikzeit.

**Andrea Wagner**



Wanderungen gehörten auch zum Programm. Andrea läuft ganz links

Ende der 70er Jahre erwarb ich meine erste Trainerlizenz und die Lehrgänge zeigten mir, was ich bisher alles falsch machte. Die ersten größeren Erfolge kamen, erste Pfalztitel und Teilnahme bei den Deutschen. Das gesellige Programm, die Altpapiersammlungen gingen weiter. Einigen Sportler verhalfen wir zu zusätzli-

**Thorsten Schmidt, Pfalzmeister 80 m-Hürden, aktive Vereinsrekorde beim TSV, später Jugendtrainer bei der TSG. Von 1978 bis 1986 bei Rainer. Heute Jugendtrainer beim TV Gimmeldingen**

Meine LA Karriere fing eigentlich in der Gruppe von Rudi Flatter an. Doch der ging kurz nach meinem Einstieg in das Leichtathletik Universum in Trainer-Rente. Also blieb mir gar nichts anderes übrig als zu Rainer zu wechseln, in der bereits meine beiden älteren Schwestern Petra und Claudia waren. Leider konnte ich da nicht mehr so den Kasper spielen, denn Rainer führte ein strafferes Regiment – mit Straf-Liegestützen, Sonderübungen, und und und.

Sehr schnell hat Rainer meine Leidenschaft für den Hürdenlauf erkannt und gefördert. (Ist übrigens immer noch die beste Disziplin ever!!!)

Ich erinnere mich dann an eine Baustelle auf dem Sportplatz und einen großen Sandhügel, auf dem Rainer bei improvisiertem Flutlicht (er fuhr seinen VW-Käfer auf den Sportplatz und machte das Fernlicht an) die neue Lauftechnik beim Weitsprung trainiert hat.

Mein kleiner Bruder Karsten kam irgendwann auch noch dazu.

chem Taschengeld - als Erntehelfer bei den Obstplantagen der Schwiegereltern. Das waren immer lustige Nachmittage.

Beim Training improvisierten wir viel, z. B. fuhr ich meinen VW-Käfer im Herbst auf die Aschenbahn, damit die Sportler abends im Scheinwerferlicht trainieren konnten.

Auf Wettkämpfe gingen wir gefühlt JEDES Wochenende und wir hatten den Spaß unseres Lebens. Treffpunkt war immer vor dem alten Feuerwehrgerätehaus (heute vor der Verbandsgemeinde) und dann alle Kids in Rainers Auto – passte immer!

Es gab jedes Jahr ein Faschings Training mit Verkleidung und nicht zu vergessen die Vereinsfeiern der Abteilung, bei denen die Sportabzeichen verliehen und die Besten geehrt wurden, sogar mit Pokalen.

Nur so nebenbei: die habe ich incl. Urkunden alle noch und neulich meiner Jüngsten - Nele (14) gezeigt – sie hat sich fast tot gelacht. Sie ist übrigens auch eine begeisterte Leichtathletin.

Im Amtsblatt berichtete Rainer regelmäßig über die Leistungen der einzelnen Sportler.

1983 wurde unsere Trainingsgruppe von der neuen Abteilungsleiterin und einem Teil der Vorstandschaft massiv gemobbt. Als Konsequenz wechselte die ganze Gruppe – über 15 Sportler – mit Rainer zur TSG Grünstadt.

Bis auf den Namen auf unseren Trikots hatte sich nichts geändert. Wir waren eine lustige Truppe und unternahmen auch außerhalb des Sports sehr viel gemeinsam. Dann kam mein Einstieg in das Berufsleben und leider für mich das Aus. Nach einer

10 jährigen Pause freute ich mich über einen Wiedereinstieg in den Sport. Doch dieses Mal hauptsächlich als Übungsleiter der Kids mit Rainer (wieder) beim TSV Freinsheim. Gemeinsam mit dem Förderverein wurde auf dem Sportplatz eine Kunststoffbahn ermöglicht, was die Trainingsbedingungen enorm verbesserte. Seit meinem Umzug nach Neustadt engagiere ich mich als Trainer beim TV-Gimmeldingen und so war es auch nur eine Frage der Zeit, bis wir uns nach vielen Jahren bei einem Wettkampf endlich wieder trafen. Die Freude

war auf beiden Seiten groß. Ich könnte stundenlang Geschichten von früher erzählen, aber das sprengt den Rahmen. Auf jeden Fall denke ich sehr oft an die schöne Zeit zurück, auch weil ich viel von Rainer gelernt habe, und dies auch meinen Leichtathletik Kids weitergebe. Ich wünsche Rainer noch viele schöne und gesunde Jahre auf der Leichtathletik-Bühne. Rainer, bleib so wie du bist und Danke für die tolle Zeit mit dir!

**Thorsten Schmidt**



Mitte Thorsten Schmidt

Ein fließender Generationswechsel begann, bald waren die Jungs in der Überzahl. Leider wurde unsere Trainingsgruppe von Vereinsvertreter derart gemobbt,

dass wir 1984 mit rund 20 Jugendlichen zwischen 14 und 19 Jahren zur TSG Grünstadt wechselten.

**Matthias Weber, vordere Platzierungen bei Pfalzmeisterschaften, einige aktuelle Vereinsrekorde beim TSV, Jugendtrainer bei der TSG, heute Bürgermeister von Freinsheim. Von 1982 – 1989 bei Rainer**

Als ich mit ungefähr 8 Jahren zur Kinderleichtathletik kam, war Rainer Drechsler der Trainer der Großen – für mich als Kind bedeutete dies automatisch, dass er ein großer Trainer war. Wie wahr diese Einschätzung war, wurde mir erst später bewusst.

Mit ungefähr 10 Jahren kam ich zum ersten Mal in eine von ihm angeleitete Trainingsgruppe. Wir waren eine Hand voll Jungs im gleichen Alter und wenn wir uns nicht gegenseitig zu immer neuen Bestleistungen anstachelten, wurden wir von „Herrn Drechsler“ angefeuert.

Als wir dann mit ungefähr 12 Jahren A-Schüler wurden, durften

wir „Rainer“ und „Du“ sagen – der nächste Schritt war erreicht. Jetzt wurde es für mich richtig spannend! Es war das Jahr 1983. Nach einem Wachstumsschub Anfang des Jahres überholte ich mit einer Körpergröße von 1,83m die meines Trainers, blieb mit 60 kg jedoch deutlich unter seinem Gewicht. Nun machte ich mich an das nächste Ziel: Den legendären Vereinsrekord von Rainer Drechsler im Kugelstoßen wollte ich unbedingt übertreffen. Einige Ältere hatten sich schon daran versucht und die von Rainer ausgelobte Pizza beim „Schlabbe“ war noch zu gewinnen. Dank der von ihm organisierten Wurftrainerin habe ich es tatsächlich geschafft – 12,32 m stehen heute noch in der Vereinsrekordliste und ich freue mich schon darauf, wenn ich irgendwann mal einem jungen Sportler eine Pizza spendieren kann dafür, dass er diesen Uraltvereinsrekord einstellt.



Matthias Weber marschiert vorne weg

Rainer Drechsler hat mich immer wieder angespornt, in neue Sphären vorzudringen – bezogen auf die sportliche Leistung und auch auf die Persönlichkeitsentwicklung. Insbesondere habe ich gelernt, dass die richtige Technik oft viel entscheidender ist als die rohe Kraft. Auch musste ich lernen hinzunehmen, dass andere anfangs besser sind und sich manche Erfolge erst im Lauf der Zeit nach ausreichendem Training einstellen. Wie er mich unterstützte, seinen eigenen Vereinsrekord zu übertreffen, habe ich beschrieben. Später regte er mich an, selbst als Trainer in seinem Team tätig zu werden. Was ich insbesondere in der Übungsleiterausbildung gelernt habe,

konnte ich in vielen Situationen in meinem Leben nutzen. Und ich konnte noch ein Ziel erreichen, das ich als jugendlicher Athlet leider knapp verfehlte: Als Trainer konnte ich mit einer Nachwuchssportlerin zu den deutschen Jugendmeisterschaften im Berliner Olympiastadion fahren. Rainer Drechsler war in der zweiten Dekade meines Lebens der Mensch außerhalb der eigenen Familie, mit dem ich am meisten zu tun hatte. Seine positive Ausstrahlung, seine Zielstrebigkeit und sein langer Atem sind wichtige Bausteine seines Erfolgs und haben mich in einer wichtigen Phase meines Lebens geprägt.

**Matthias Weber**

In Grünstadt trafen wir auf eine Aktivengruppe, einige waren extrem trainingsfleißig, andere liebten den Sport auslaufen. Gemeinsame Wanderungen, Grillfeste schweißten die beiden Gruppen aus Freinsheim und Grünstadt schnell zusammen. Bald erfolgte ein Generationenwechsel, studien- bzw. berufsbedingt musste sich der Großteil der Erwachsenen vom Sport verabschieden. Eine Schülerabteilung gab es nicht, so dass ich diese neu aufbauen musste. Sie sollte ein paar Jahre später

enorm erfolgreich werden. Inzwischen verheiratet mit 2 Kinder reduzierte ich mein Engagement, andere organisierten Spielfeste, Ausflüge, Weihnachtsfeiern usw. Ich möchte besonders Fritz und Renate Biehlmaier, Susanne Gasen und Angela Petersen in diesem Zusammenhang erwähnen. Sportlich erwarb ich die B-Trainerscheine Wurf und Sprung. Inzwischen war ich Abteilungsleiter. Ein sehr engagiertes und professionelles vielköpfiges Trainerteam wurde aufgebaut, die bis zu 120 Kids betreuten.

**Markus Scholler, unzählige Rheinland-Pfalz-Titel über die Hürden, mehrfach Teilnehmer an den „Deutschen“ (Halbfinale), zwischendurch Rheinland-Pfalz-Rekord über 80 m-Hürden, nach Karriereende als Trainer beim TSV tätig, von 1985 – 2004 bei Rainer.**

Wie alles begann:

Im Jahr 1985 lernte ich Rainer kennen. Ich schaute mir mit meinem Vater damals das Training in Grünstadt an und danach entschied ich mich mit der Leichtathletik zu starten. Das daraus dann mit kurzen Unterbrechungen gemeinsame 19 Jahre werden sollten hätte ich damals nicht

gedacht. Noch heute, nach über 36 Jahren haben wir immer noch privaten Kontakt und unternehmen mit unseren Ehefrauen noch gemeinsame Aktivitäten.

Wer ist Rainer?

Rainer lebt für die Leichtathletik. Ihm macht es Spaß mit jungen Menschen zu arbeiten, Athleten besser zu machen und diese immer weiterzuentwickeln. Training und Wettkämpfe sind sein Metier und seine Leidenschaft. Neben all dem Sport hat Rainer aber auch viel Interesse an anderen Themen. Reisen, Besuch von kulturellen Veranstaltungen und auch mal gut essen gehen gehören bei ihm zu einem guten Leben dazu. Für mich war Rainer in dieser langen Zeit neben dem Sport auch immer ein Ansprechpartner für andere Themen. Er hat immer ein offenes Ohr und man fühlt sich bei ihm und in seiner Umgebung sehr wohl. Er kümmert sich

um seine Athleten und ihm sind diese nicht nur als Sportler wichtig, sondern vor allem als Mensch. Er hat seine feste Meinung die er vertritt, dass kann auch mal zu einer längeren Diskussion führen ;-), aber am Ende findet man eine Lösung und geht dann gemeinsam die nächsten Schritte an. Ich habe Rainer nie wütend und aufbrausend erlebt, immer in sich ruhend und besonnen. Unter anderem dies macht ihn zu einem sehr angenehmen Menschen.

Wie ist Rainer als Trainer und sein Training?

Rainer gestaltet das Training sehr abwechslungsreich, Langeweile entsteht dadurch nie. Er bildet sich immer weiter, probiert neue Dinge aus, die oft den Athleten auf den ersten Blick nicht gefallen (... „was ist das nun schon wieder für ein Mist, wohl wieder auf einem Lehrgang gewesen“...).



Mit Markus Scholler

Davon lässt er sich aber nicht beirren und der Erfolg gibt ihm an Ende recht. Bei allem Ehrgeiz zur Verbesserung von Leistungen darf aber auch nie der Spaß und die Freude bei ihm im Training fehlen.

So ging ich immer sehr gern ins Training und trotz mehrfachem Trainings in der Woche fiel mir dies nicht schwer. Er schaffte es zudem, aus dem Individualsport Leichtathletik durch die tolle Trainingsgruppe eine Art Team sport zu erzeugen. Das war und ist ihm persönlich wichtig.

*Besondere Ereignisse:*

Rainer organisierte bei den Wettkämpfen immer das „rundumsorglos-Paket“. Fahrten zu den Wettkämpfen mit Rahmenprogramm und Trainingslager mit Freizeitaktivitäten waren stets perfekt organisiert. Auf diesen Reisen erlebte man die eine oder andere Geschichte.

Auf einer Fahrt zur Deutschen Jugendmeisterschaft nach Hanau fanden wir das Stadion nicht. Ja, in den 90-igern gab es noch kein Navi. Rainer gab dann den Tipp, dass dort ein Auto fahre, welche HU auf dem Nummernschild habe, dieser bestimmt aus Husum komme und auch auf die Meister-

schaft wolle. So fuhren wir diesem Auto hinterher bis ich irgendwann anmerkte, dass anscheinend sehr viele Husumer an dem Wettkampf teilnehmen, da alle Autos HU auf dem Nummernschild hätten. HU stand nämlich für Hanau und nicht für Husum. Nach großem Lachen fanden wir am Ende dann auch noch das Stadion.

In einem Trainingslager schiefen ein Kollege und meine Person gerne etwas länger und ließen dann auch mal das Frühstück ausfallen. An Ostern gab es dann die Rache und unsere Ostereier wurden von den lieben Teamkollegen auf den Bäumen im Umkreis der Jugendherberge versteckt. So waren wir unvermittelt ein lustiger Programmpunkt geworden, als wir dann auf den Bäumen herumkletterten und unsere Ostereier suchen mussten. Natürlich von der ganzen Mannschaft beobachtet und mit „schlau“ Kommentaren unterlegt. Rainer filmte das Geschehen zudem noch als Beweismittel.

Danke für die gemeinsame gute Zeit über die letzten 36 Jahre.

**Markus Scholler**

Reihenweise wurden Landesmeisterschaften gewonnen. Fahrten zu den Deutschen wurden zur Routine, mehrfach im Jahr. Erstmals gab es Trainingslager, bei denen übrigens alle Sportler

**Anna Marie Weyer, vielfache Palzmeisterin, mehrfach Teilnehmerin bei den Deutschen, viele Vereinsrekorde bei der TSG, einige Jahre Nachwuchstrainerin, von 1991 bis 1998 bei Rainer**

der Trainingsgruppe teilnahmen. Immer wieder werde ich heute noch darauf angesprochen, es waren immer ganz tolle Erlebnisse.

Also, was ich noch weiß ist, dass ich durch dich sehr viel gelernt habe. Vor allem was die Technik betrifft. Du hast dich immer sehr belesen und wir/ ich haben sehr profitiert davon. Du wolltest Neues immer direkt ausprobieren bzw. umsetzen.

Dein Training war früher „härter“, was nicht negativ gemeint ist. Mir hat das gefallen, ich glaube, ich habe das auch gebraucht. Du hast mehr durchgegriffen, hast auch mal jemand aus dem Training „rausgeschmissen“, wenn er/es gestört hat. Ich denke da z.B. an Michael, das weiß ich komischerweise noch! Ich glaube, du machst das mittlerweile schon so lange, dass du bisschen weicher geworden bist und über Manches hinweg siehst. Die Mädels haben dich da schon im Griff. Vielleicht täusche ich mich auch. Eigentlich haben wir uns immer verstanden, ich kann mich an

keinen Streit mit dir erinnern. Auch glaube ich, dass ich mich immer gut mit deiner Frau/Familie verstanden habe.

Die Trainingslager waren auch immer gut organisiert und haben mir immer sehr viel Spaß gemacht.

Meine Mutter meinte, du hättest mich auch mal aus dem Training freigestellt, wobei wir beide nicht mehr den Grund wissen.

Ich glaube, du hast damals schon Alles richtig gemacht was mich betrifft, sonst hätte ich das nicht so lange gemacht.

**Anna Marie Weyer-Bickel**



Siebenkampf: Anna-Marie oben Mitte

Mitte der 90er-Jahre brach die Leichtathletik in Freinsheim zusammen und ich wurde gebeten, dort wieder anzufangen. Als Abteilungsleiter organisierte ich eine Schülergruppe und nahm die we-

nigen verbliebenen größeren Mädels mit nach Grünstadt zum Training, die Trainingsgemeinschaft Team Grünstadt-Freinsheim war geboren.

**Kristin Pfarr (Mädchenname), Breitensportlerin mit Erfolgen auf Verbandsebene mit Mannschaft und Staffel. Heute als Trainerin in der Kinderleichtathletik in der Nähe von Wiesbaden. Von 1995 – 2000 bei Rainer**

Die Liebe zur Leichtathletik scheint in unserer Familie zu liegen. Bereits mein Vater, Werner Pfarr, war ein leidenschaftlicher Leichtathlet und Trainer und so fand ich die Geschichte, dass Rainer Drechsler von ihm trainiert wurde, schon immer besonders. Mit ca. 8 Jahren begann mein Training beim TSV Freinsheim. Zunächst wurden wir noch von einem anderen Trainer trainiert. Als Rainer zu uns kam, wusste ich, das wird ein Training nach

meinem Geschmack. Hier war alles dabei – Spaß, Freude, Ernst, Leistung, Geselligkeit, Freundschaften, Erfolge, Niederlagen, Wettkämpfe. Ich mochte seine heitere Art von Anfang an, aber auch die Strenge, die er zeigte, wenn wir in der Montagsgruppe mal wieder zu verquatscht waren. Ja, dann wurde es mitunter auch mal sehr anstrengend. Aber das war okay für uns. Gerne erinnere ich mich an sein Lauf-ABC, das mir persönlich immer viel Freude gemacht hat. Wir konnten viel zusammen lachen. In seinem Training habe ich viel gelernt, dass ich auch heute noch gerne im Sportunterricht bzw. auf dem Sportplatz anwende. Vor drei Jahren habe ich mich dazu entschlossen, meinen Kinderleichtathletik-Trainerschein zu

machen. Momentan begleite ich die Trainingsgruppe meines Sohnes, der nun mit 9 Jahren ebenfalls die Liebe zur Leichtathletik entdeckt hat. Gerne erinnere ich mich an Rainers Lauf-ABC, das mir persönlich immer viel Freude gemacht hat.

**Kristin Pfarr**



TSV Trainingsgruppe mittlere Reihe zweite von links Kristin

1998 beendete ich meine Tätigkeit in Grünstadt, ich konnte mich mit der neuen Strategie, sich auf den Hochleistungssport zu konzentrieren und die Breitensportler aus der Gruppe zu nehmen, nicht anfreunden. Für mich steht der Spaß am Training an erster Stelle und wenn ein Breitensportler Spaß am gemeinsamen Training mit dem Leistungsträger hat, finde ich es ganz toll. Dies ging auch ganz böse in die

Hosen, denn meine Jugendgruppe und die Gruppe U-16 löste sich schnell auf. Einige meiner Athleten gingen mit mir nach Freinsheim, die Mehrzahl vor allem der U-16 schloss sich ABC Ludwigshafen an. Die Trainingsbedingungen waren in Freinsheim zwar viel schlechter, dennoch hatte ich weiterhin Teilnehmer und Platzierte bei deutschen und süddeutschen Meisterschaften.

**Sandra Flory, Breitensportlerin mit viel sozialem Gefühl, sorgte für die gute Stimmung in der Trainingsgruppe. Von 2004 bis 2010 bei Rainer**

An das Training mit Rainer denke ich immer wieder gerne zurück. Das waren Stunden mit viel Gekicher und guter Stimmung, in denen wir aber auch viel Puste und Kraft verbraucht haben. Wir hatten immer unseren Spaß (Rainer hoffentlich auch :-)) im Training, im Trainingslager, beim jährli-

chen Pizzaessen, auf den Wettkämpfen und den zugehörigen Autofahrten. Gleichzeitig wusste er auch immer uns zu motivieren und neben dem Spaß auch Leistung aus uns, unseren Ärmchen und unseren Beinchen rauszuholen. Danke, lieber Rainer, dass du meine Begeisterung an der Leichtathletik geweckt hast, der ich noch Jahre später als Hobbyläuferin treugeblieben bin.

**Sandra Flory**



TSV Freinsheim Sandra zweite Reihe von unten ganz links

Irgendwie ging in dieser Zeit auch die Geselligkeit verloren, die elektronischen Geräte hielten langsam ihren Einzug. Man merkte dass die Welt, auch die kleine Welt mobiler wurde. Bei den Veranstaltungen blieben viele fern, hatten keine Zeit und Lust mehr. 2003 rief mich Ernst Dopp an. In Grünstadt war nix mehr los, der bisherige Abteilungsleiter war nicht mehr im Amt. Also begann ich wieder in Grünstadt mit einem Neuaufbau, anfangs mit Kids, die von den Eltern geschickt wurden und keine Lust hatten.

**Hanna Sandmann, von 2013 bis heute bei Rainer, viele Meisterschaftserfolge auf Rheinland-Pfalz und Pfalz-Ebene, Platzierungen bei Süddeutschen, seit 2020 etwa kürzer tretend**

Als ich 2013 als 10-jährige in die Trainingsgruppe von Rainer wechselte, war das ein großer Schritt für mich. Ich kam aus der Kindergruppe und hatte nun das Privileg von Rainer Drechsler trainiert zu werden, einem Trainer, der schon Sportler zur Deutschen Meisterschaft gebracht hatte. Ich kam mit viel Respekt und einem mulmigen Gefühl im Bauch zum ersten Training und traf auf einen Trainer, von dem ich herzlich aufgenommen wurde und der mich so in die Trainingsgruppe integrierte, dass das mulmige Gefühl schnell der großen Freude am Training wich. Durch ihn habe ich schließlich die Freude und die Leidenschaft zum Leistungssport entdeckt.

Sein Training ist sehr struktu-

Das Ansehen der Abteilung hatte stark nachgelassen. Die Trainingsgemeinschaft Grünstadt-Freinsheim wurde wieder aufgenommen, anfangs mit sehr erfolgreichen Freinsheimer Athleten. Es dauerte ein paar Jahre, bis der frühere Leistungsstand in Grünstadt erreicht wurde. Ab etwa 2008 kamen mit einer Langlaufgruppe die Erfolge zurück, ab 2013 begann dann eine neue starke Zeit. Die Jahrgänge 1999 - 2003 wechselten in meine Trainingsgruppe und prägten meine letzten Jahre.

*riert, aber dennoch abwechslungsreich und kreativ gestaltet. Es ist jedes Mal eine Freude zu trainieren, da es nicht langweilig wird. Dies liegt auch an Rainers lustiger Art, die immer die ganze Trainingsgruppe freudig stimmt.*

*Rainer war in den folgenden Jahren nicht nur Trainer, sondern auch freundschaftlich verbundener Wegbegleiter durch die Höhen und Tiefen, die der Sport nun mal mit sich bringt. Sei es ein Wettkampf bei dem nichts klappt oder ein Wettkampf, bei dem ich mein gesamtes Potential zeigen kann. Rainer war immer dabei und hat sich mit mir gefreut oder mich wieder aufgebaut.*

*Rückblickend auf die vergangenen 8 Jahre kann ich sagen, dass Rainer als Trainer, aber auch als Mensch einen großen Anteil an meinen sportlichen Erfolgen hat. Dafür bin ich Rainer sehr, sehr dankbar und wünsche ihm für die Zukunft alles erdenklich Gute.*

**Hanna Sandmann**



Hanna beim Lieblingswettkampf in Brey

Seit meiner Pensionierung habe ich mich mehr mit Trainingsmethoden befasst. Die Lehrgänge meiner Kaderathleten bei Bundestrainern, bei denen ich teilnehmen durfte, brachten mich auf ein ganz neues Leistungsni-

veau. Das Resultat ist eine unglaublich erfolgreiche Zeit. Meine Athleten zeigten Leistungen und erzielten Titel, von denen ich nicht einmal geträumt habe. Ein wunderschöner Herbst meiner Trainerlaufbahn.

***Elina Kaiser, Breitensportlerin mit wenig Wettkämpfen, von 2016 – 2020 bei Rainer, zur Zeit betreut sie beim TSG eine Schülergruppe***

*Das Training bei Rainer war immer sehr abwechslungsreich und lustig. Auch wenn man nicht sehr leistungsorientiert war, wurde man herzlichst in der Gruppe aufgenommen. Im Training haben wir unsere persönlichen Grenzen kennengelernt und haben gelernt unsere Schwächen und Stärken zu akzeptieren und mit ihnen umzugehen. Die Aufwärmspiele am*

*Anfang sind mir sehr in Erinnerung geblieben, da dies der Zeitpunkt war, indem die ganze Gruppe miteinander trainiert hat. Rainer war immer ein sehr witziger Trainer, der einem zugehört hat und geholfen hat Lösungen für Probleme zu finden. Hierbei erinnere ich mich vor allem an die ganzen Scherze und Gespräche mit der Gruppe beim Dehnen oder der Koordination. Alles in allem war es immer ein sehr schönes und vielseitiges Training.*

***Elina Kaiser***

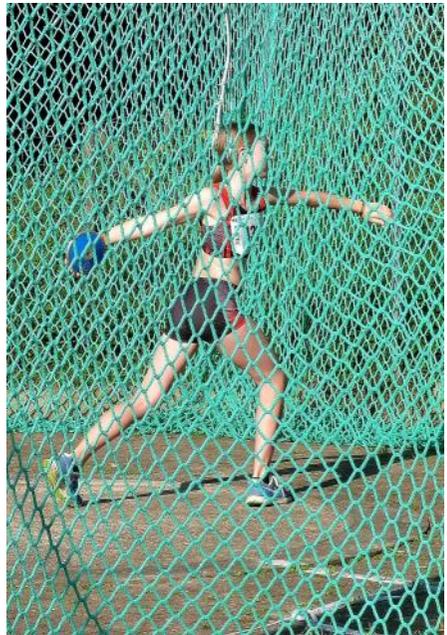


Elina Kaiser in der Bildmitte

Zur Zeit bin ich in Freinsheim Abteilungsleiter. Die Trainingsgemeinschaft Grünstadt-Freinsheim ist wieder im Umbruch, wobei die Corona-Maßnahmen auch eine Rolle spielen. Eine neue Generation wird in die Gruppe eingebaut, 1 – 2 Jahren früher als von mir geplant. Allerdings fügen sich die Kids ab 12 Jahren hervorragend in die Gruppe ein.

**Hast Du eine Lieblingsdisziplin oder konzentrierst Du Dich auf wenige Disziplinen?**

Es war mir immer eine Herzensangelegenheit, alle Athleten in ihrer Lieblingsdisziplin zu fördern. Im Training werden Gruppen gebildet, die gleichzeitig an verschiedenen Disziplinen arbeiten. Für einen Trainer sehr anstrengend, machen auch nur die Wenigsten.



Fine, mehrfache Rheinland-Pfalz-Meisterin im Diskus, Teilnahme an "Deutschen" beim Mehrkampf

**Merle Brammert-Schröder, Pfalzmeisterin im Weitsprung, Kugelstoßen und verschiedenen Staffeln, aktiv bei der TSG, Schülertrainerin beim TSV, mehrere Vereinsrekorde beim TSV, seit 2016 bei Rainer**

*Rainer - Trainer mit viel Herz  
Seit ungefähr fünf Jahren trainiere ich bei Rainer. Zuerst war ich mit zwölf Jahren die Jüngste in der Trainingsgruppe. Das war schon herausfordernd, weil Rainer im Training viel Wert auf Technik legt und ich Respekt vor ihm hatte. Aber mit der Zeit wurde es immer besser, ich bin immer mehr aufgetaut und wir haben viel Spaß im Training. Auch wenn Rainer uns gelegentlich zur Ernsthaftigkeit ermahnen muss. Das Training ist abwechslungsreich, und ich schätze es sehr,*

*dass er mir persönliche Trainingspläne schreibt, damit ich weitertrainieren kann, wenn ich mit meinen Eltern in den Ferien in Norddeutschland bin.*

*Die Betreuung auf den Wettkämpfen ist toll. Er hat immer ein offenes Ohr und findet im Wettkampf die richtigen Worte, egal, ob es gut läuft oder es nicht so klappt wie im Training. Wir haben tolle Wettkämpfe gehabt mit einer tollen Trainingsgruppe. Gut erinnern kann ich mich noch an meine ersten Wettkämpfe mit Rainer als Trainer, zum Beispiel die Rheinland-Pfalz-Meisterschaften der U14 in Schweich. Einmalig war auch das Trainingslager 2019 in Wolfsstein. Da haben wir Rainer und seine Frau Ute von einer anderen Seite kennengelernt, nicht nur als strengen Trainer.*



Merle bei der Bewegungsanalyse

*Leider musste das schon geplante Trainingslager in diesem Sommer durch Corona ausfallen. Zum Glück hat uns Corona, im Winter, nur eingeschränkt im Trainingsbetrieb und nicht komplett einen Strich durch die Rechnung gemacht. Dank Rainer konnten wir einzeln im Freiem trainieren und haben viele Fortschritte gemacht. Dies hat sich auch in meinen Leistungen auf den Wettkämpfen*

*widergespiegelt, denn ich habe z.B. endlich die 10m Marke im Kugelstoßen in einem Wettkampf geknackt.*

*Das vielseitige Training bringt mir viel, ich hoffe, dass ich noch lange bei Rainer trainieren kann und wir viele Erfolge zusammen feiern können.*

### **Merle Brammert-Schröder**

Wenn ich eine herausragende Begabung erkenne, bilde ich mich in dieser Disziplin weiter. In meiner Laufbahn war die erste Spezialisierung der Hochsprung (Kai Venturini, Heike Siener, Michael Späth), danach folgte Hürdenlauf (Markus Scholler). Wurflastig wurde das Training mit Anna Marie Weyer, Sylvia Reddig und Debora Kreis), danach befasste ich mich mehr mit Langlauf (Felix

Schilling, Nico Hesse, Felix Schneider, David Mahnke). Plötzlich hatte ich hervorragende Weit- und Dreispringer (Imran Ahmed, Jan Bieler, Hanna Sandmann) und zu guter Letzt arbeitete ich mich in den Sprint ein (Julian Schlepütz, Hanna und Sarah Jalloh). Dies war nur eine Auswahl von Sportler, die besonders erfolgreich in ihrer Disziplin waren.



Links Sarah und Hanna Sprintasse der TSG

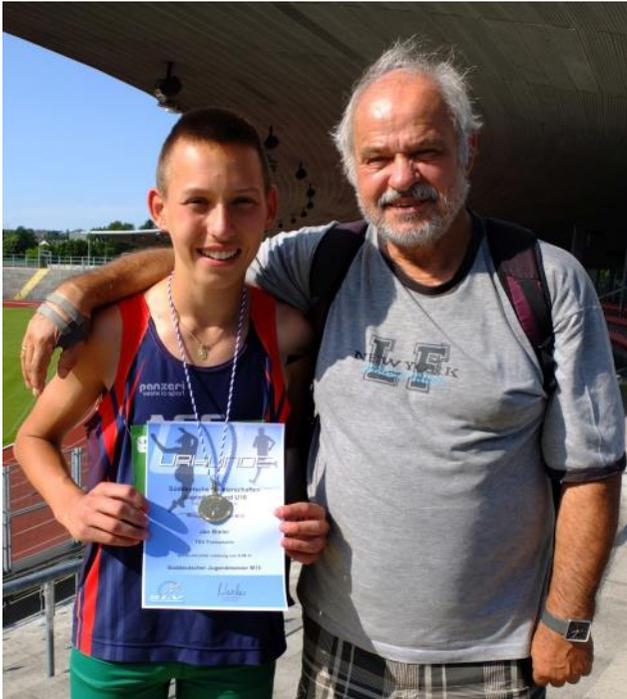
## Wie haben sich die Trainingsbedingungen geändert?

Konnte man in den 60er Jahren des letzten Jahrhunderts in Grünstadt von einem zeitgemäßen Stadion sprechen, ist heute das Training in Grünstadt als bewusst in Kauf genommener Wettkampf-nachteil zu bezeichnen. Zu vergleichen mit einer Fußballmannschaft, die nur auf Asche trainiert und am Wochenende auf Rasen spielen muss.

Normale Trainingsbedingungen im Rudolf-Harbig-Stadion gibt es nur beim Kugelstoßen und vielleicht beim Langlauf.

Schlechte Bedingungen sind beim Sprint und Speerwurf, unmögliche Bedingungen beim Weitsprung, Hürdenlauf. Und gar nicht trainieren kann man Hochsprung und Diskuswurf.

Aber da soll ja Abhilfe geschaffen werden, ich hoffe ich profitiere noch davon.



Jan Bieler beim Sieg der Süddeutschen Meisterschaften

In Freinsheim kann man sehr gut Sprint, Weitsprung und Diskus trainieren, daher finden die meis-

ten Trainingseinheiten in Freinsheim statt. Aber auch erst seit rund 10 Jahren.

## Was hat sich in den 50 Jahren am Training und bei den Wettkämpfen verändert?

Die Gemeinschaft. Vor 50 Jahren waren immer alle beim Training, Wettkampf und Freizeit. Das änderte sich langsam aber stetig. Mit zunehmender Mobilität und später mit der Elektronik hatte man „etwas anderes“ vor, die Freizeitveranstaltungen einschließlich Trainingslager wurden mäßig besucht. Bei den Wettkämpfen wird noch zum eigenen Start gefahren und direkt nach der Siegerehrung abgereist (manche blieben nicht mal dazu da). Früher war man den ganzen Tag zusammen. Das hängt auch damit zusam-

men, dass alle Eltern den Wettkampf ihrer Sprößlinge miterleben wollen (was ja grundsätzlich gut ist) aber so wenig Zeit wie möglich unterwegs sein wollen. Am Training selbst hat sich nicht viel verändert. Der Trainingsbesuch ist gut, die Laune gut (manchmal zu gut), Beispiel in diesem Jahr kamen mit einer Ausnahme vor Weihnachten bei minus 2,9 Grad und an Sylvester alle ins Training. Auf meine Frage, ob sie an Sylvester nicht was besseres als Training zu tun hätten, bekam ich die Antwort: „nö, Training macht doch Spaß“. Also, an der Trainingsmotivation hat sich in den 50 Jahren nichts geändert.



Zweiter von links: Christian Schäfer beim zweiten Platz bei den Rheinland-Pfalzmeisterschaften

Was auffallend ist. Ab einem gewissen Alter waren früher allgemein die Trainingsgruppen (und Wettkampffelder) größer. Durch

die gewonnene Mobilität sind die Freizeitmöglichkeiten größer, ein regelmäßiges Training stört nur.

### **Erfolge und Misserfolge?**

Misserfolge vergesse ich sofort. Werden auch nicht im Training aufgearbeitet, Fehler nur beim Wettkampf gibt es nicht. Was man beim Training gelernt hat, kann man auch im Wettkampf umsetzen – irgendwann. Und das führt uns dann zum Erfolg.

Erfolge? Ich glaube mein größter Erfolg ist, dass ich im Laufe der vielen Jahre viele Jugendliche für die Leichtathletik begeistern

konnte. Und auch heute noch, 60 Jahre älter als meine jüngsten Kids, kann ich sie begeistern, Spaß vermitteln. Wenn sie lernen, Respekt ohne Neid vor den besseren zu haben, aber gleichzeitig weiter an ihrem Erfolg zu arbeiten, wenn ich diese Werte vermitteln kann, dann war ich erfolgreich.

Ich freue mich immer, wenn meine Sportler mit Konkurrenten anderer Vereine neidlose Freundschaften schließen.



Mannschaftskampf TSG 2018

Auch auf die sportlichen Erfolge bin ich stolz, denn jeden meiner Ausnahmeathleten habe ich persönlich über Jahre ausgebildet.

### **Gut, wie aber sieht Deine sportliche Bilanz nun aus?**

Muss ich nachlesen:

Deutsche Meisterschaften:  
3 deutsche Jugendmeistertitel  
1 zweiter Platz  
1 dritter Platz  
1 vierter Platz  
2 x fünfter Platz  
6 x Platz 6 - 8

**Jan Bieler, 2. der „Deutschen“ mit Quali für die Weltmeisterschaft, mehrfach süddeutscher und Rheinland-Pfalz-Meister, rollte die Vereinsrekordliste beim TSV ab M-11 bis U-20 auf. Von 2011 bis 2018 bei Rainer.**

*Rainer und ich – das hat vom ersten Tag an gepasst! Deshalb habe ich nie an einen Wechsel gedacht. Rainer hat die einmalige Gabe zu erkennen, was bei einem Athleten geht und was nicht. Und das sogar an jedem einzelnen Wettkampftag. Während andere Trainer ihre Schützlinge mit Tipps überschüttet und ihre eigene Nervosität weitergegeben haben,*

### **Höhen und Tiefen?**

Wenn ich zurückblicke, kann ich nur von Höhen reden. Sobald sich eine „Tiefe“ anbahnte traf ich eine gute Entscheidung und es wurde nicht schlechter. Mein Spaß blieb mir erhalten.

### **Welche besonders emotionale Situationen hast Du erlebt?**

Ich hatte nie einen fertigen Athleten aus einem anderen Verein in meiner Bilanz.

Weltmeisterqualifikation Weitsprung mit Jan Bieler

21 Athleten schafften Qualifikation zur „Deutschen“  
4 x Süddeutscher Meister  
68 x Rheinland-Pfalz-Meister  
304 x Pfalzmeister  
19 Pfalzrekorde

*wusste er ganz genau, wieviel Anweisung ich an diesem aktuellen Tag überhaupt umsetzen kann. Außerdem finde ich die Vielseitigkeit beeindruckend. Rainer drängt die Kinder nicht in seine Lieblingsdisziplinen. Es ist andersherum. Sobald er eine Talent in was auch immer für einer Disziplin erkennt, arbeitet er sich so tief ein, dass er unweigerlich zum Experten wird. Ein ganz toller Mensch, dem ich auf ewig dankbar bin! Wir haben viel Zeit miteinander verbracht und ich erinnere mich sehr gerne daran zurück.*

**Jan Bieler**

Mindestens eine im Jahr, also 50 und mehr.

Ich will mal nachdenken: Zuerst die Ergriffenheit, als meine Kids von der LG Bienwald mein Auto erstmals mit Feldblumen schmückten.

Als mir Debbi zum Abschied ein selbstgebasteltes Fotoalbum schenkte, mit Bildern und lustigen Kommentaren aus 10 Jahren

gemeinsamen Training, Wettkampf und Wettkampfreisen. Als ich die Einschätzung zu diesem Artikel von Markus las. Er beschrieb mich so, wie ich eigentlich werden wollte. Ganz gelang mir das wohl doch nicht. Einige Disziplinen trieben bei mir den Puls in gefährliche Höhen. So immer die Staffeln, da kann ja so viel passieren. Oder die Hürdensprints von Markus Scholler und die Hochsprungduelle von

Heike Siener. Beides in höchstem Niveau, kleinste Fehler waren entscheidend und ich war innerlich immer ein Nervenbündel. Die Weitsprungdramen mit Jan Bieler, der grundsätzlich beim letzten Sprung das Feld von hinten aufrollte. Immer bei süddeutschen und deutschen Meisterschaften. Bei den letzten Wettkämpfen von ihm fehlte bei mir die Spannung, ich wusste ja, der letzte Sprung.



Jan Bieler beim letzten Sprung

Die sogenannte „Wettkampfvorbereitung“ von Hanna. Beim Einspringen klappte es nie, sie motzte und meckerte an mir rum „Ich springe gar nicht“ oder „Es klappt ja doch nichts“. Ich ließ alles an mir mit stoischer Ruhe abprallen. Und die Wettkämpfe waren fast immer gut. Ja, diese

emotionalen Ausbrüche von Hanna fehlten mir in den letzten 2 Jahren! Im letzten Jahr sprang sie aus dem trainingsmäßigen Nichts Bestleistung von 5,62 m, was auch heftige Emotionen bei mir auslöste.



Immer gut gelaut:  
von links  
Hanna Sandmann,  
Anna Gehrmann  
und Rainer

Julian, Hanna und Sarah mit 200 m- Läufen. Jetzt wusste ich, ich hatte auch für den 200 m-Sprint die richtigen Trainingsideen. Vor etwa 7 Jahren, als meine jüngsten Mädels (damals 12 Jah-

re), die ich mit „Küken“ anredete, plötzlich mit einem „Küken-T-Shirt“ ins Training kamen. Abbildung ein Küken, der Aufdruck war irgendetwas mit „Küken“ und TSG-Grünstadt.



Neue Anlage in Freinsheim mit Bürgermeister Oberholz

Unvergesslich auch der 5,11 m-Sprung von Anna Gehrmann. Jahrelang war sie nahe daran, die 5 m zu knacken. Die Beine konnten es, der Kopf wollte nicht. Dann dieser Wettkampf in Neustadt, bei dem sie vom Speerwurf zum Weitsprung gerufen wurde. Keine Zeit zum Nachdenken, sie musste sofort anlaufen und

sprang endlich über 5 m. Selten habe ich mich über eine Bestleistung so sehr gefreut. Ich drückte Anna wahrscheinlich so sehr, dass es ihr weh tat. Und es gab noch ungezählte, die ich erzählen könnte. Vielleicht sollten wir eine Fortsetzungsserie starten, dann spare ich mir die Biographie (Ha,ha,ha).

**Welche Sportler/innen waren in dieser Zeit besonders zu erwähnen?**

Ach, da gab es so viele. Ich bitte um Verständnis, wenn ich nicht alle erwähnen kann. Ich verzichte mal auf die Erwähnung aktuell aktiver Sportler. Da sind einige dabei, mit denen ich viel Spaß habe und die mir unvergesslich

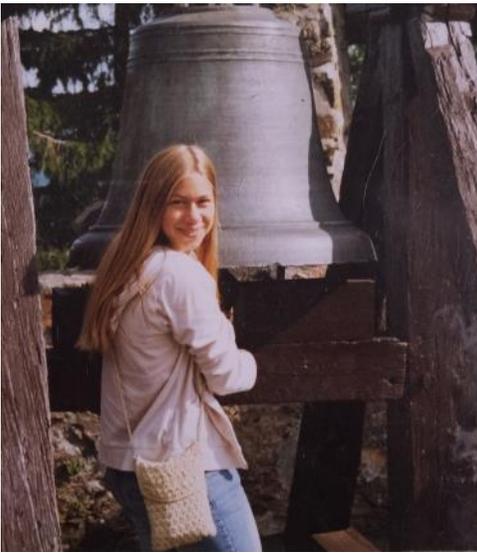
bleiben werden. Von den ehemaligen ist einmal Debbi zu nennen. Etwa 10 Jahre trainierten wir zusammen, wir waren so ein eingespieltes Team, dass manche Kampfrichter sie für meine Tochter hielten. Unzählige sind unsere spaßigen Abenteuer auf Wettkampffahrten, vor allem bei der An- und Abreise.



Auch ein Dreamteam Debbi und Rainer

Da ist Markus zu erwähnen, er war 18 Jahre bei mir im Training. Heute noch besteht enger Kontakt. Auch mit ihm hatten wir viele schöne Ausflüge bei Wett-

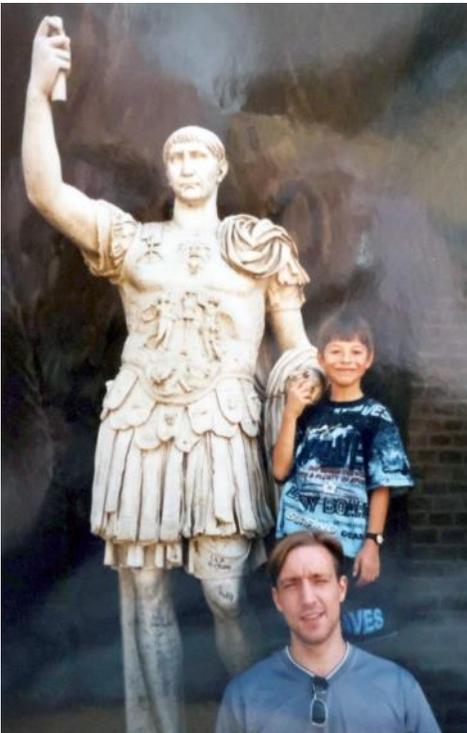
kampffahrten, auch manches Abenteuer. Rührend, wie er sich bei diesen Fahrten um meinen Sohn gekümmert hat.



Debbi nervte beim Glockenläuten auf Burg Greifenstein ein ganzes Dorf

Matthias und Thorsten spielten mehrfach in unserem Haus den Weihnachtsmann. Meine Kinder hatten voll den Respekt. Thorsten hat eine richtig gute soziale Ader,

machte viel für die Gemeinschaft. Anna Marie, sie ist eine Seele von einem Menschen. Zwar immer zu einem Schabernack bereit, aber herzensgut, ehrlich und anhänglich, hat eine sehr liebe Art.



Kurz nach dem Wechsel zur TSG Grünstadt begann wir mit dem Bau unseres Hauses. Und hier halfen meine Sportler Klaus Weil, Stefan Wamser, Jörg Oberkirsch, Thomas Weishaar und Thorsten Schmidt in vielen, vielen Wochenenden beim Roh- und Innenausbau. Lohn war Speis und Trank. Dafür kann ich nicht genug danken sagen, auch diese Arbeitsstunden waren unvergesslich und teilweise sehr lustig.

Wettkampfausflug nach Xanthen mit Dennis Drechsler und Markus Scholler

Jan Bieler, der seine Freude immer zuerst mit mir teilte. Allein seine Siege feiern konnte er nicht, er rannte immer sofort zu mir.  
Eine sollte man nicht vergessen. Elina, keine Leistungssportlerin

aber enorm wichtig für die Trainingsgruppe. Immer wenn ich nicht besonders gut drauf war, hat sie mich solange bearbeitet, bis ich lachen musste. Und das war für die ganze Gruppe gut.



Die Küken Klara, Anna und Elina

**Die Trainingsfreizeiten wurden immer sehr gut angenommen, sind in 2022 wieder Freizeiten geplant**

Mal sehen, Pandemie abwarten. Die Gruppenzusammensetzung ist im Wandel, im Schnitt jünger

und wieder größer. Momentan sieht es so aus, dass sie wieder gut zusammenwächst. Vielleicht ergibt sich in den Sommerferien eine Gelegenheit. Anbei Bilder von der letzten Freizeit in Wolfstein.

## Trainingslager in Wolfstein



Julian mit Extra-  
Mini-Golf-Bahn



von Links Merle  
Anna und Rainer  
auf der Draisine



Hanna wurde  
Rommé Königin  
mit der guten Fee  
Ute

## **Die Trainingsmöglichkeiten im Rudolf-Harbig-Stadion sind mehr als schlecht. Wie organisierst Du das Training unter diesen Bedingungen**

Wie schon erwähnt, Aufteilung in Freinsheim und Grünstadt. In Freinsheim Weitsprung, Hürdenlauf, Sprint und Diskus, in Grünstadt nutze ich viel das Gelände um möglichst abwechslungsreich zu trainieren. Dort kann ich Sprintausdauer, Kugelstoßen und bedingt Sprünge machen. Für Hochsprung und Speerwurf müsste ich mir eine weitere Trainingsstätte suchen. Diese Disziplinen bleiben leider auf der Strecke.

## **Wie läuft das Training in der Pandemiezeit ab**

Wir trainierten, was erlaubt war. Anfangs jeder einzeln nach Trainingsplan, danach waren erst

Kleingruppen, dann normales Training möglich. Ab November 2020 nur noch partnerweise im Freien. Die Sportler hatten 3 Einheiten in der Woche an 5 Tagen und kamen in Schichten. Alle 2 Stunden ein anderes Paar.

Ab März wieder in Kleingruppen bis 5 Sportler und zur Zeit ist wieder ein normales Training möglich. Ende November gingen wir wieder mit der ganzen Gruppe komplett ins Freilufttraining, die Trainingsbeteiligung ging dabei noch höher! Aktuell sind wir mit der Gruppe in Halle und Freiluft, bis auf 2 Ausnahmen sind alle geimpft und teilweise schon geboostert.

**Vielen Dank Rainer für Deine Ausführungen. Wir wünschen Dir viel Gesundheit noch viele Jahre als Trainer bei der TSG Grünstadt**

## **Dankeschön!**

Ich möchte mich an dieser Stelle bei den vielen Dutzend lieben Menschen bedanken, die mich immer unterstützten: als Trainer, in der Jugend- und Freizeitarbeit, als "Taxies" zu den Wettkämpfen, in der Vereinsorganisation und, und, und. Erst ihre Hilfe ermöglichten mir die vielen schönen Stunden rund um den Sport.

Und natürlich bei meinen Sportlern, die mir ans Herz gewachsen sind und mir meinen Job leicht gemacht haben.

**Euer Rainer**



STROM



ERDGAS



WASSER



ENERGIEDIENSTLEISTUNGEN

www.Afmedia.de



**ENERGIE die gut ankommt ...**  
in Grünstadt und im Leiningerland

Zuverlässig – persönlich – direkt vor Ort!



Stadtwerke Grünstadt GmbH  
[www.swen-gruenstadt.de](http://www.swen-gruenstadt.de)

SWEN Service-Center  
06359 954-252 | Poststr. 1 | 67269 Grünstadt



# BRÜCKMANN

## IMMOBILIEN

### Setzen Sie auf Kompetenz

...wenn es um Immobilien geht.

- langjährige Berufserfahrung
- professionelle Vermarktung
- marktgerechte Wertermittlung
- maßgeschneiderte Finanzierung

Helfried Brückmann · Mozartstraße 6 · 67269 Grünstadt  
06359 / 82054 · h.brueckmannimmobilien@t-online.de



Ihre **Moderne Metzgerei**

- **Pfälzer Spezialitäten** ...so wie ich sie mag
- **Fleisch- und Wurst-Spezialitäten**  
... aus eigener Produktion
- **Party-Service** ... entdecke den Genuß
- **Delikate Frischsalate**



67269 Grünstadt – Obersülzer Str. 35a  
Telefon: 06359/2045 Fax: 84386 Internet: [www.wiva-online.de](http://www.wiva-online.de)

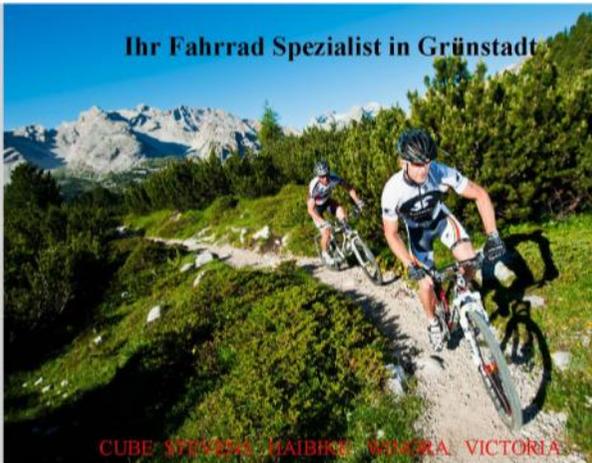
DER  
**RAD**  
LADEN  


**DRAHTESEL**

tel. 0 63 59 - 8 12 50  
www.drahtesel.com

**Kirchheimer Str. 50  
67269 Grünstadt**

Ihr Fahrrad Spezialist in Grünstadt



CUBE STYRIA HAIBER NEMORA VICTORIA

MTB Rennrad Trekkingrad Crossrad  
Cityrad Kinderrad Elektrorad

**Berücksichtigen auch Sie bei  
Ihren Einkäufen und Vergabe von  
Arbeiten unsere Inserenten**

Bad

Wellness

Gastro

Events

# 'MAL DAMPF ABLASSEN

1000 m<sup>2</sup> Saunalandschaft mit 5 Saunen, Dampfbäder,  
Erlebnisduschen, Saunagarten & Panoramaterrasse uvm.



**CabaLela**  
Cabriobad Leiningerland



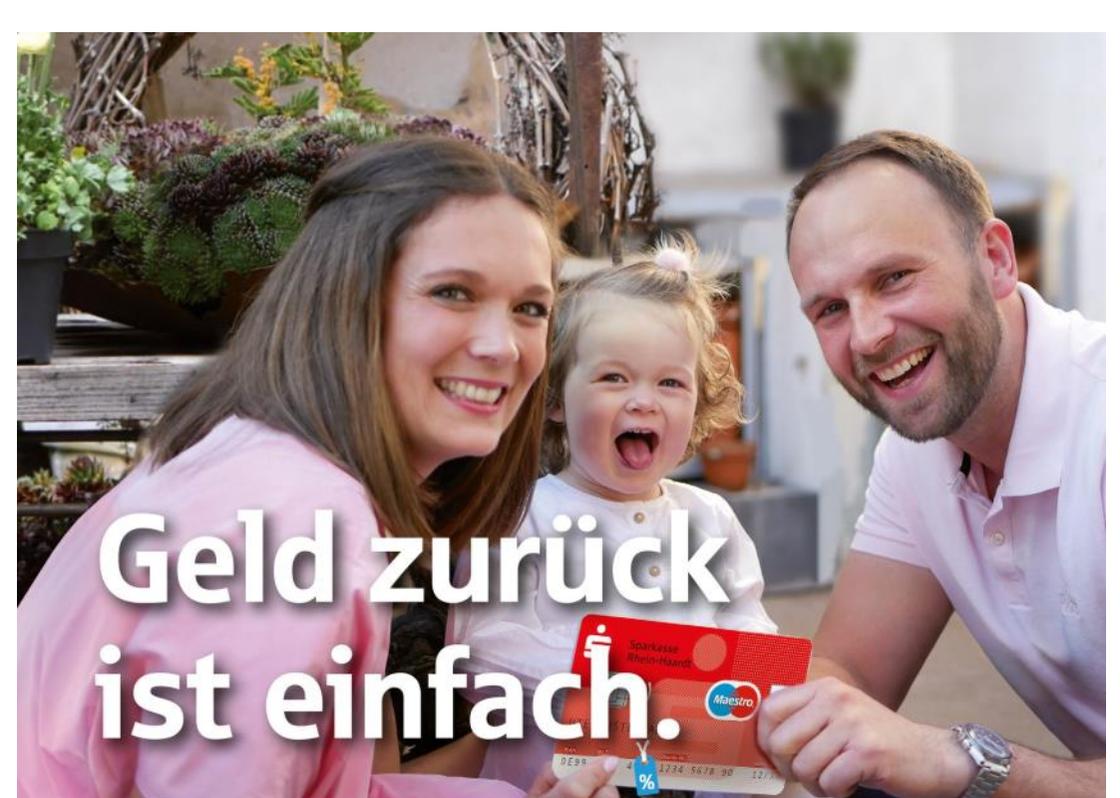
**SaunaPremium**

DEUTSCHER SAUNA-BUND

[www.CabaLela.de](http://www.CabaLela.de)



Büchelhaube 11 | 67269 Grünstadt



**Geld zurück  
ist einfach.**



**Kaufen Sie bei mehr als  
280 regionalen Partnern  
der Sparkassen-Vorteilswelt  
mit Ihrer Sparkassen-Card  
(Debitkarte) ein und erhalten  
Sie für jeden Einkauf Geld  
zurück.**

Fair. Menschlich. Nah.

 **Sparkasse  
Rhein-Haardt**

[www.sparkasse-rhein-haardt.de/vorteilswelt](http://www.sparkasse-rhein-haardt.de/vorteilswelt)