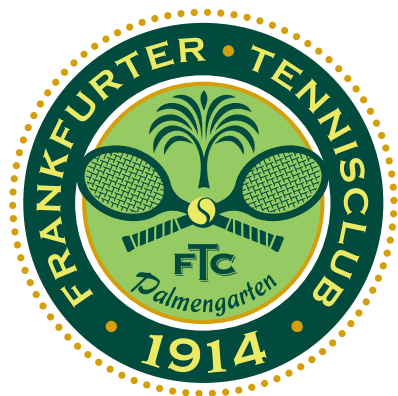


Frankfurter Tennisclub 1914  
Palmengarten e.V.

# centrecourt



MEMBER OF THE  
LEADING TENNIS CLUBS OF GERMANY  
CENTENARY TENNIS CLUBS

## HIGHLIGHTS

in dieser Ausgabe / in this edition



100 JAHRE / YEARS FTC  
Eine Reihe an festlichen Tagen  
*A series of celebrations*



DAMEN / LADIES 40  
Hessische Mannschaftsmeister  
*Hessen team champions*



WORLD CLASS MEETS FTC  
Camps, Kids und Legenden  
*Camps, Kids und Legenden*

Außerdem / also:

## SPORTPSYCHOLOGIE SPORTS PSYCHOLOGY

Gedanken von Eva Pfaff  
*Thoughts of Eva Pfaff*

## EVENTS

Primeur, Jazz & durchtanzte Nächte  
*Primeur, jazz & dancing the night away*





**Liebe Clubmitglieder,  
liebe Gäste, Kooperationspartner und Sponsoren,**

2015 – das 101. Jahr unseres Vereins. Nach einem tollen Geburtstagsjahr 2014 und einem erfolgreichen „Tag der offenen Tür“ liegt nun die Sommersaison 2015 vor uns. Die Feierlichkeiten zum 100-jährigen Bestehen begannen am 4. Juli 2014 im Frankfurter Römer mit Oberbürgermeister Peter Feldmann. Durch das Festprogramm am 11. und 12. Juli mit Abendgala, Jazzbrunch und hochkarätigem Schaukampf blickten wir auch in sportlicher Hinsicht auf ein erfolgreiches Jahr 2014 zurück. Unsere Jugend zeigte einmal mehr, wie stark sie sich auf Landes- und Bezirksebene behaupten konnte. Die Damen 40 entschieden die hessische Mannschaftsmeisterschaft für sich und feierten den Aufstieg in die Regionalliga Süd-West. Glückwunsch zu diesen herausragenden Erfolgen! Was kommt 2015 auf unseren Verein zu? 53 gemeldete Mannschaften werden an der Medenrunde regional und überregional teilnehmen. Und: noch nie zuvor traten so viele Clubmitglieder für unseren Verein an wie dieses Jahr – ein Melderekord. Wir freuen uns auf interessante Mannschaftsspiele der Herren I in der Hessenliga im August. Viele internationale Spieler werden hochklassiges Tennis bieten und auch von den Damen I erwarten wir hochkarätige und spannende Spiele in der Verbandsliga.

**Dear Club Members,  
Dear Guests, Partners and Sponsors,**


■ 2015 – the 101st year of our club’s existence. After a great anniversary year in 2014 and a successful “open day”, the 2015 summer season now awaits us. The celebrations for our 100th anniversary began on 4 July 2014 in Frankfurt’s Römer building together with Lord Mayor Peter Feldmann. With our programme of festivities on 11 and 12 July with a gala, jazz brunch and high-quality show match, we also looked back on sporting successes in 2014. Our juniors once again demonstrated their abilities at the state and district level. Our Ladies 40 team won the Hessen Team Championships and celebrated their ascension to the Region League South-West. Congratulations on these outstanding successes! What awaits our club in 2015? 53 registered teams will participate in the Meden round. And what’s more: never before have so many members played for our club – this year is a record one in terms of the number of registrations. We look forward to the interesting team games played by the First Men’s team in the Hessen League in August. Many international players will be playing high-class tennis. We can also expect high-quality and exciting matches from the First Ladies’ team in the Verbands League.

2015 gehen wir mit 27 Jugendmannschaften an den Start! Auch das ist Rekord und zeugt von der sehr guten Jugendarbeit im FTC 1914 Palmengarten! Neben dem Training wollen wir in diesem Jahr auch das Clubleben der Kinder verstärken. Denn die Kinder und Jugendlichen sollen bei uns trainieren und sich wohlfühlen – beides zusammen wird sie stark machen: als Tennisspieler und als selbstbewusste, fröhliche junge Menschen! Und noch ein Höhepunkt: am 5./6. September werden auf unserer Anlage unter der Schirmherrschaft des Internationalen Tennisclubs (IC) von Deutschland 8 Jugendteams von allen Leading Clubs of Germany um die IC Ehrentrophy spielen. Außerdem wird der IC Indien am 5./6. Oktober mit seinen Spitzenspielern auf unserer Anlage zu Gast sein. Und nicht zu vergessen: Über die Leadings Tennis Club of Germany und die Aufnahme in die Centenary Tennis Clubs ist unser Verein sowohl deutschlandweit als auch international in ein Netzwerk der traditionsreichsten und schönsten Tennisclubs weltweit eingebunden, das Sie für Ihren Sport nutzen können. Alles in allem ein guter Start in das neue Jahrhundert unseres Vereins: Bleiben Sie am Ball – wir tun es auch!

  
Ihr Dr. Ingo Mantzke

im Namen des Vorstandes

In 2015, we will be fielding 27 junior teams! This is another record and is proof of the excellent youth work being performed at FTC 1914 Palmengarten! Alongside training, we also want to improve club life for the children this year. We want children and young people to train and feel comfortable here – the two things taken together will make them strong: as tennis players and as confident, happy young people! And another highlight: on 5/6 September, our facilities will be used for the matches played by eight German junior teams from all the Leading Clubs of Germany, who will be competing for the IC Trophy sponsored by the International Tennis Club of Germany (IC). The IC India and its top players will also be guests at our club on 5/6 October. And please don’t forget: through our membership in the Leading Tennis Clubs of Germany and our acceptance by the Centenary Tennis Clubs, our club is now incorporated at the national and international level in a network of the world’s most tradition-rich and beautiful tennis clubs. This is something you and your tennis can benefit from. All in all, it’s a great start to our club’s second century. Stay on the ball, and we’ll do the same!

  
Your Dr. Ingo Mantzke

On behalf of the Board

## TITELTHEMA / LEAD ARTICLE

Eine Reihe von festlichen Tagen / A series of celebrations .....	44
--	----

## SPORT

Team Tennis 2014 .....	6
Vielfalt im Club: Tennis für jede Altersklasse / Diversity in our club: Tennis for every age group.....	11
Jugend Highlights/ Youth Highlights .....	25
IC Deutschland: News und save the date / IC Germany: News and save the date .....	52
Soft Tennis: Jugendarbeit für japanischen Nachwuchs / Youth work on behalf of japanese juniors .....	55
Rückblick: Turniere / Review Tournaments .....	57
Leading Tennis Clubs of Germany: ETUF Essen.....	60
Gedanken von Eva Pfaff / Thoughts of Eva Pfaff .....	62

## SOCIAL LIFE

Rückblick / Review: Parties & more .....	64
Veranstaltungskalender / Event Calendar .....	68

## CLUB

Weltklasse meets FTC 1914 Palmengarten: Camps, Kids & Legenden	
World class talent meets FTC 1914 Palmengarten: Camps, Kids & Legenden .....	74

## IMPRESSUM / IMPRINT

### HERAUSGEBER / Publisher

Frankfurter Tennisclub 1914 Palmengarten e.V.  
Berkersheimer Weg 106 . 60433 Frankfurt

info@tennisclub-palmengarten.de . www.tennisclub-palmengarten.de

Dr. Ingo Mantzke, Präsident . Jürgen Hackauff, Geschäftsführer

### REDAKTIONSLEITUNG / Managing Editor

Jürgen Hackauff . hackauff@ftc1914.de

### GESTALTUNG UND UMSETZUNG / Design and Realisation

Gaby Zimmermann . DREIFACH Agentur für Kommunikation

info@dreifach-kommunikation.de . www.dreifach-kommunikation.de

### ANZEIGEN / Advertisements

Dr. Ingo Mantzke, Jürgen Hackauff

### MITARBEIT REDAKTION . TEXT . ÜBERSETZUNG / Editorial Support . Photography . Translation

Jürgen Hackauff, Sonja und Dr. Felix Höpfner, Brigitte Kräll, Maximilian Gräber, Gaby Zimmermann, Wortwelt

### FOTOS / Photographie

Uwe Dettmar, Martin Joppen, FTC 1914 Palmengarten, shutterstock (Artikel Gesundheit)

WIR DANKEN ALLEN TRAINERN UND CLUBMITGLIEDERN,  
DIE TATKRÄFTIG BEI DER UMSETZUNG DIESER AUSGABE GEHOLFEN HABEN.

## VON U8 BIS HERREN 70

### DER FTC 1914 PALMENGARTEN WAR 2014 PERFEKT AUFGESTELLT

In der Saison 2014 trat der FTC 1914 Palmengarten e.V. mit 48 Teams bei den Medenspielen an. Von U8 bis Herren 70 waren wir wieder in allen Altersklassen gut vertreten.

Am erfolgreichsten waren 2014 unsere Damen 40: Sie entschieden die Hessenmeisterschaft für sich und erreichten so den Aufstieg in die Regionalliga Süd-West. Die 1. Herren konnten sich im ersten Drittel der Hessenliga platzieren, unsere 1. Damen verteidigten ihren Platz im Mittelfeld der Verbandsliga. Im Jugendbereich zeigte sich einmal mehr, die Stärke unseres Nachwuchses. Die Junioren U18, U12 und U8 gewannen die Hessische Vizemeisterschaft, auf Bezirksebene spielten unsere Junioren U14, U12 und U8 und unsere Juniorinnen U10 sehr erfolgreich. Herzlichen Glückwunsch zu diesen Erfolgen und Dank an viele Clubmitglieder, die unsere Mannschaften tatkräftig unterstützt haben.

### FROM U8 TO MEN 70

### FTC 1914 PALMENGARTEN WAS PERFECTLY POSITIONED IN 2014

*For the 2014 season, the FTC Palmengarten 1914 started with 48 teams registered for the Meden Games. We are once again well represented from U8 up to Men 70 in all age categories.*

*The greatest success in 2014 was enjoyed by our Ladies 40 team: they won the Hessen Championship and thus managed to advance to the Region League South-West. The First Men's team was able to come in the top third of the Hessen League; our First Ladies' team defended their middle position in the Verbands League. At the junior level, we once again saw the strength of our young players shine out. The U18, U12 and U8 Boys Juniors won the Hessen Vice-Championship; at the district level, our U14, U12 and U89 Boys Juniors and U10 Girls Juniors played with great success. Congratulations on these successes, and thank you to our many club members who actively supported our teams.*

#### I. DAMEN

2014 starteten die Damen 1 motiviert in die Saison. Vorab legten sie ein Trainingslager in der Nähe von Tübingen ein und begannen den Sommer direkt mit einem Auftaktsieg. Die beiden Spielerinnen Nina Killi und Varsenia Stoyanova integrierten sich nicht nur auf, sondern auch neben dem Platz sehr gut ins Team, sammelten fleißig Punkte und genossen den Sommer und gemeinsame Aktivitäten. Mit Steffi Witting, Feli Baratta, Hannah Wich und Dragana Brankovic als weitere Kernspielerinnen sowie den bewährten Stammspielerinnen Silke Buksik, Kathrin Lanz, Carina Cibeira-Alvarez und Bettina Bauer, erreichten die Damen einen guten Mittelplatz. Katha Becker verletzte sich leider direkt am Anfang der Saison, konnte aber am Ende der Saison wieder spielen.

Mit vier deutlichen Siegen und drei Niederlagen – wobei zwei sehr unglücklich und knapp waren – wurde trotz aller Verletzungssorgen und Ausfälle ein guter 4. Platz erreicht.

Besonders schön waren in diesem Jahr wieder der rege Austausch und das Zusammenwachsen der

Damenmannschaften. Damen 1, 2 und 3 sowie Damen 30 halfen sich gegenseitig mit Spielerinnen aus, organisierten gemeinsame Freizeitaktivitäten und legten damit den Grundstein für einen wachsenden Damenbereich. Ein gemeinsames Sommergrillfest ließ den Sommer gemütlich ausklingen und schürte auch Neugier auf die kommende Saison.

Trainer Aike Garlichs, Jürgen Hackauff und Brigitte Kräll unterstützten und motivierten das Team vom Spielfeldrand zusammen mit Katrin Schwarz, die sich in Babypause befand.

Die Mannschaft der kommenden Saison zeigt Veränderungen: Einige Spielerinnen wechseln zu den Damen 30, andere haben aufgrund von privaten oder beruflichen Gründen den Verein gewechselt. Erfreulicherweise konnten wir im Winter neue Spielerinnen von anderen Clubs, aber auch aus der eigenen Damen 2 Mannschaft akquirieren.

Wir freuen uns auf die Saison 2015 und hoffen auf rege Unterstützung unserer kleinen und großen Clubmitglieder.



HINTEN / BEHIND : BETTINA BAUER, KATHARINA BECKER, KATHRIN LANZ, SILKE BUKSIK, FELICIA BARATTA  
 VORNE / IN FRONT: CARINA CIBEIRA-ALVAREZ, VARSENIA STOYANOVA, NINA KILLI, DR. KATRIN SCHWARZ, HANNAH WICH

### FISRT LADIES TEAM

■ The First Ladies' team entered the 2014 season with determination. They first attended a training camp near Tübingen and got the summer underway with an immediate opening victory. The two players Nina Killi and Varsenia Stoyanova integrated well into the team both on and off court, earned plenty of points, and enjoyed the summer and joint activities. With Steffi Witting, Feli Baratta, Hannah Wich and Dragana Brankovic as additional core players, along with the established main players Silke Buksik, Kathrin Lanz, Carina Cibeira-Alvarez and Bettina Bauer, the ladies achieved a good middle position. Katha Becker was unfortunately injured right at the start of the season, but was able to play again by the end of it.

With four clear victories and three defeats – of which two were unlucky and very closely fought – the team achieved a good 4th place despite all injury concerns.

The lively conversations among, and the growing-together of, the ladies' teams was once again very

enjoyable this year. The First, Second and Third Ladies' teams as well as the Ladies 30 helped each other out with players, organised joint leisure activities and together laid the foundations for the growing representation of ladies' tennis within the club. A joint barbecue party provided a gentle end to the summer and generated excitement for the coming season.

Together with Katrin Schwarz, who was on maternity leave, coaches Aike Garlich, Jürgen Hackauff and Brigitte Kräll supported and motivated the team from the side lines.

The team for the coming season features some changes: some of the players are swapping to the Ladies 30 team, others have changed clubs due to private or professional reasons. Luckily we have been able to acquire new players from other clubs, but also from our own Second Ladies' team.

We look forward to the 2015 season and hope for the lively support of our little and grown-up club members.

## 1. HERREN - HESSENLIGA

### Versöhnlicher Abschluss

8:1 war das Ergebnis am Abschlussspieltag gegen den TC Lorsch. Durch diesen Sieg hat unser Team nach hervorragender Leistung den 4. Tabellenplatz erreicht.

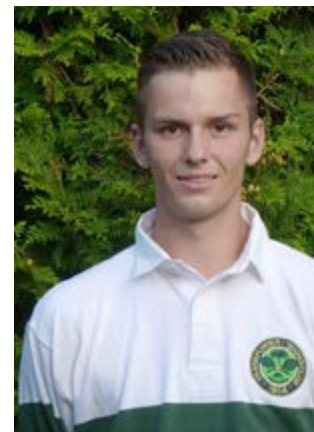
Insgesamt waren alle Begegnungen sehr ausgeglichen und zeigten hochklassiges Tennis. Wir gratulieren dem TC Kronberg zur Meisterschaft und bedanken uns bei allen Mitgliedern und all denen, die uns bei den Spielen unterstützt haben. Wir freuen uns schon auf die nächste Saison in der Hessenliga 2015.

## FIRST MEN'S TEAM – HESSEN LEAGUE

### A conciliatory final

■ 8:1 was the result of the final day of play against TC Lorsch. With this victory following an outstanding performance, we have reached 4th place in the league table.

Overall, all matches were very balanced and presented high-class tennis. We congratulate TC Kronberg on the championship and thank all our members and everyone who supported us during the matches. We are already looking forward to the next season in the 2015 Hessen League.



STEHEND / STANDING (V.L.N.R.): ANDIS JUSKA, JANNIS KÖKE, CONSTANTIN CHRIST, MAXI ABEL, TEAMCHEF JÜRGEN HACKAUFF, , VORNE / IN THE FRONT: RUBEN GREINER, MARTIN FAFL. RECHTS OBEN: "MR. HESSENLIGA" JANNIS KÖKE, RECHTS UNTEN: NIKLAS ZIELEN UND MAGNUS MÜLLER.



# RIALTO CAPITAL AG

## DAMEN II - GRUPPENLIGA

**„Wir haben keine Chance – also nutzen wir sie.“**

Getreu diesem Motto fing die Saison der 2. Damen an. Denn nach Umzügen und langwierigen Verletzungen sah der Kader mager aus. So, als ob es anfangs nur darum ginge, für die Saison 2014 eine vollständige Mannschaft auf die Beine zu stellen. Und das Spiel für Spiel. Aber der FTC 1914 Palmengarten hat einen Ruf zu verteidigen. Deshalb vereinten sich die Stammspielerinnen und zeigten nicht nur ein unglaubliches Commitment, sondern auch einen Willen der Berge versetzt. Von Anfang an ging es nicht nur darum, 6 Spielerinnen an Board zu haben, oder den Klassenerhalt zu erzielen, sondern darum, vorne mitzuspielen. Mit diesem Geheimrezept – Optimismus fern jeglicher Realität – erreichten die 2. Damen einen souveränen Mittelplatz unter 8 spielstarken Teams in der Gruppenliga. Und da war noch Luft nach oben.

Gekämpft haben: Riccarda Körner, Jacqueline Jungmann, Stefanie Dörr, Patricia Greissl, Ruth Linz, Julia Rauser, Lena und Nina Etzensperger, Gisela Bienfait, Sabine Petersen, Sabrina Kulenkamp und Jessica Kurucz. Besonderer Dank gilt den Sondereinsätzen durch: Katharina Becker, Dragana Brankovic, Bettina Bauer und Varsenia Stoyanova.

Und 2015? Wer säht, wird ernten. Das Team der 2. Damen umfasst nun 16 Spielerinnen. Und das Wort „Team“ trifft den Spirit dieser Mannschaft. Denn uns wurde der Erfolg



V.L.N.R.: STEFANIE DÖRR, RICCARDA KÖRNER, LENA ETZENSBERGER, NINA ETZENSBERGER, JESSICA KURUCZ, SABINE PETERSEN, JACQUELINE JUNGSMANN, RUTH LINZ, SABRINA KULENKAMP

nicht in die Wiege gelegt, wir durften ihn uns erarbeiten.

In der Startaufstellung für 2015 stehen: Stefanie Dörr, Ruth Linz, Liv Regensburger, Julia Rauser, Samira Brühl, Jacqueline Jungmann, Patricia Greissl, Cornelia Rückle, Marie Erlen, Gisela Bienfait, Lena Etzensperger, Jessica Kurucz, Sabine Petersen, Nina Etzensperger, Monika Jahn, Sabrina Kulenkamp.

Das Ziel für 2015 ist ganz klar ein vorderer Tabellenplatz. Mehr denn je auch, dass dieses Team weiter wächst. Die 2. Damen können endlich wieder ihrer Verantwortung gerecht werden, junge Spielerinnen aus der Jugend an das Damentennis heranzuführen und für die 1. Damemannschaft vorzubereiten. Zudem bilden wir den Kader, aus dem die 1. Damen und die Damen 30 wertvolle Joker ziehen können. Und last but not least ist es unser Ziel, dass sich unser Team auf dem Tennisplatz in lebenslange Freundschaften festigt. Wir sind auf einem guten Weg.

## LADIES' SECOND TEAM - GROUP LEAGUE

**“We have no chance – so we’ll use it.”**

True to this maxim, our Second Ladies’ team got their season underway. After house moves, slow-healing injuries, the team was thin on the ground. It was almost as if the initial challenge was just to get together a complete team for the 2014 season – match by match. But FTC 1914 Palmengarten has a reputation to maintain. So the main players came together and demonstrated not only unbelievable commitment but also a will that could move mountains. From the very beginning, it was not just about fielding six players, but also managing to maintain the team’s league position. With this secret recipe, namely an optimism which was far removed from reality, the Second Ladies’ team achieved a confident middle position among the eight strong teams in the Group League. And there was still room for improvement.

The players were: Riccarda Körner, Jacqueline Jungmann, Stefanie Dörr, Patricia Greissl, Ruth Linz, Julia Rauser, Lena and Nina Etzensperger, Gisela Bienfait, Sabine Petersen, Sabrina Kulenkamp and Jessica Kurucz. Many thanks for their on-court support goes

to: Katharina Becker, Dragana Brankovic, Bettina Bauer and Varsenia Stoyanova.

And for 2015? Whoever sows shall reap. The Second Ladies’ team now has 16 players. And the word “team” encapsulates the spirit of this squad. That’s because we’ve had to fight hard for our successes. Our starting line-up for 2015 is as follows: Stefanie Dörr, Ruth Linz, Liv Regensburger, Julia Rauser, Samira Brühl, Jacqueline Jungmann, Patricia Greissl, Cornelia Rückle, Marie Erlen, Gisela Bienfait, Lena Etzensperger, Jessica Kurucz, Sabine Petersen, Nina Etzensperger, Monika Jahn and Sabrina Kulenkamp.

The aim for 2015 is clearly a leading position in the league table. But more than ever, we also want to further grow the team. The Second Women’s team can finally once more meet its responsibilities in bringing young players from the junior league into ladies’ tennis and prepare them for the First Ladies’ team. We also form the squad from which the First Ladies’ and Ladies 30 teams can pick valuable wild cards. And last but not least, our aim is that our team forms lifelong friendships on the tennis court. We are moving in the right direction.

### HERREN III

Saisonziel war ein vorderer Tabellenplatz. Die III. Herrenmannschaft hat in der Saison 2014 in der Bezirksoberriga gespielt und hat früh einen gesicherten Tabellenplatz erreicht. Allerdings konnte die Mannschaft, bedingt durch Verletzungen und Krankheiten, ersatzgeschwächt leider nicht um den Aufstieg mitspielen.

Im Verlauf der Saison wurden insgesamt 11 Spieler eingesetzt: Maxi Sinn, David Thomas, Christoph Haug, Dennis Linden, Iro Vuorinnen, Eemeli Jämsen, Louis Ostheimer, Konstantin Molinari, Ralph Freund (MF), Tim Ostheimer, Moritz Petersen.

2015 wird die Mannschaft durch leistungsstarke Neuzugänge und ggf. von Spielern aus dem erweiterten Kreis der II. Herrenmannschaft verstärkt. Deshalb heißt das Saisonziel: Mitspielen um den Aufstieg in die Gruppenliga.

### MEN'S THIRD TEAM

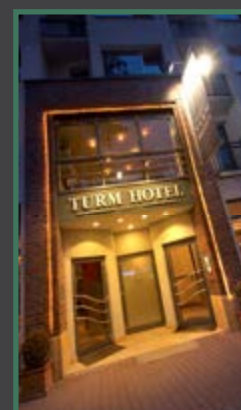
■ The aim for the season was a place in the league table. The Men's Third team played in the District League during the 2014 season, and achieved a secure league-table place early on. Unfortunately, however, due to injuries, illnesses and a lack of backup players, the team was unable to secure its ascension.

A total of 11 players went on court during the season: Maxi Sinn, David Thomas, Christoph Haug, Dennis Linden, Iro Vuorinnen, Eemeli Jämsen, Louis Ostheimer, Konstantin Molinari, Ralph Freund (MF), Tim Ostheimer and Moritz Petersen.

For 2015, the team will be reinforced with high-calibre new players and, when necessary, by players from the wider circle of the Second team. The season's objective is therefore to play for the ascension to the Group League.



Mal schick,  
mal hip,  
mal klassisch.



*Finden Sie Raum für Ruhe und Entspannung nach ihren Spielen in* **TURM HOTEL**



MIT VIEL LIEBE FÜRS  
*Detail*

IST JEDER BEREICH  
UNSERES 3 \* \* \*

SUPERIOR HOTELS  
*individuell*

GESTALTET

ZIMMERKATEGORIE „LITTLE GYM“



# VIELFALT IM CLUB

## TENNIS FÜR JEDE ALTERSKLASSE

Damit Turniertennis bis ins hohe Alter möglich ist, hat Seniorentennis – Damen und Herren ab 30 – im FTC 1914 Palmengarten e.V. schon immer einen sehr hohen Stellenwert. Mit 48 Teams konnte der Club in der Saison 2014 antreten: 7 Damen- und Herrenmannschaften, 24 Jugendmannschaften und beachtlichen 17 Mannschaften in den Altersklassen Damen 30-60 und Herren 30-70.

## DIVERSITY IN OUR CLUB

TENNIS FOR EVERY AGE GROUP

At FTC 1914 Palmengarten e.V., senior tennis – men and women aged 30 and over – has always played an important role so as to allow people to participate in tournament tennis into old age. The club was able to start the 2014 season with 48 teams: seven ladies' and men's teams, 24 junior teams and an impressive 17 teams in the age classes Ladies 30-60 and Men's 30-70.



(V.L.N.R.):  
CARINA CIBEIRA-ALVAREZ,  
KERSTIN ENGENHARDT, JAN COLLINS,  
KATJA BRÜCKNER, DR. KATRIN SCHWARZ,  
LAURA GANZER, SONJA HÖPFNER:  
EIN TEIL DER DAMEN 30-MANNSCHAFT 2014.

### Damen 30: Aufstieg souverän gemeistert

126:27 Sätze. 61:11 Matches. 8:0 Siege. Aufstieg ganz souverän gemeistert. So lautet das Fazit nach der ersten Saison der Damen 30-Mannschaft als 6er Team. Es spielten: Silke Buksik, Kathrin Lanz, Katrin Schwarz, Laura Ganzer, Kerstin Engenhardt, Sonja Höpfner, Carina Cibeira-Alvarez, Ute Nickel, Katja Brückner, Jan Collins, Jessica Kurusz, Monika Jahn und Sabrina Kuhlenkamp. Eine Menge Damen sind das – aber für eine 6er Mannschaft in diesem Alterssegment, in dem Beruf und Familie bei allen neben dem Tennis doch eine große Rolle spielen, benötigt man einfach so viele Spielerinnen! Diese Mannschaft ist im vergangenen Jahr also hervorragend zusammen gestartet – und in diesem Jahr wollen wir den Erfolg am liebsten direkt fortsetzen. SH

### Ladies 30 team: a confident ascension

■ 126:27 sets. 61:11 matches. 8:0 wins. A superlatively confident ascension. That's the summary of the first season of the Ladies 30 squad as a team of six. The players were: Silke Buksik, Kathrin Lanz, Katrin Schwarz, Laura Ganzer, Kerstin Engenhardt, Sonja Höpfner, Carina Cibeira-Alvarez, Ute Nickel, Katja Brückner, Jan Collins, Jessica Kurusz, Monika Jahn and Sabrina Kuhlenkamp. That's a lot of ladies – yet it simply takes this many players for a team of six in this age category, where work and family also play a major role alongside tennis. This team therefore got off to a fantastic start together last year – and our hope is to immediately continue that success this year. SH



DIE HESSISCHEN MEISTERINNEN / THE HESSEN TEAM CHAMPIONS: CHANTAL WINTER, BARBARA DEGENFELD-SCHONBURG, BEATE HACKAUFF, JUTTA LABENSKI, SABINE BECKER, IZABELA LISTOWSKA

**Hessische Mannschaftsmeister: Damen 40**

Den größten Erfolg konnten 2014 die Damen 40 verzeichnen: Sie wurden Dank viel Einsatz und vor allem Spaß Hessischer Mannschaftsmeister und steigen nun in die Südwestliga Nord auf. Alle Achtung und herzlichen Glückwunsch an die Damen 40.

**Aufgestiegen und Position verteidigt**

In die Regionalliga-Südwest aufgestiegen und im Jubiläumsjahr die Position verteidigt: Die Damen 60 I. Trotz mehrfacher Verletzungsprobleme haben sie sich mit viel Kampfgeist und Engagement toll behauptet und einen mittleren Tabellenplatz gesichert.



**Hessen team champions: the Ladies 40 team**

■ fun, they became Hessen team champions and now ascend to the South-West League North. Our admiration and congratulations go to the Ladies 40 team.

**A successful ascension and defence of position**

■ During the jubilee year, they ascended to the Region League South-West: the Ladies 60 II team. Despite several problems with injury, they asserted themselves with great fighting spirit and commitment, and secured a middle position in the league table.

**An outstanding third place for the Men 65 I team**

■ Congratulations to the Men 65 I team, who rounded off their season with a fantastic third-place position in the South-West League North. Keep up the good work, gentlemen.

**All-round success**

■ The Ladies 50 I, Ladies 60 II, Men 50 I and Men 70 I teams playing in the Hessen Leagues were able to confidently retain their standing. We look forward to the coming season..

**Success in the group leagues**

■ The teams of the Men 40 I, Ladies 50, Ladies 60 III and Men 70 II were able to maintain their league position. The Men 65 II team were unfortunately unable to maintain their league position. The Men 50 II team celebrated their ascension in the District League. Congratulations!

**Represented in the District Leagues**

■ FTC Palmengarten is also represented in the District Leagues with the Ladies 50 III, Men 30 and Men 50 III teams..



DAMEN 60 I UND 60 II V.L.N.R: BRIGITTE DÖRR, CHRISTA WEIL-BUCHHOLZ, PETRA BRESSER, IRMGARD TRABANDT, RENATE GRÖBER, KARIN BÖCKLING, BRIGITTE KRÄLL, BÄRBEL PÜLLEN

### Durchweg erfolgreich

Die in den Hessenligen spielenden Damen 50 I, Damen 60 II, Herren 50 I und Herren 70 I konnten souverän die Klasse erhalten. Wir freuen uns auf die kommende Saison.

### Hervorragender Platz 3 für die Herren 65 I

Eine herzliche Gratulation geht an die Herren 65 I, die mit einem guten 3. Platz in der Südwestliga-Nord die Saison abschlossen. Weiter so, meine Herren.



DAMEN 50 III - V.L.N.R: DR. JULIA WULF, MONIQUE VON DUNGEN, VANDA FRÜHAUF, KARIN KRETSCHMER, BARBARA MEHRL, HUGUETTE MORIN-HAUSER



HERREN 50 (V.L.N.R.): PÄR SVENSSON, DR. INGO MANTZKE, ARNOLD KAPRAL, DETLEF BRAUN, ARNE STAMM, CHRISTIAN MARTEN. ES FEHLEN: PROF. DR. STEFAN ZIELEN, DR. TOBIAS BUSCH, CHRISTOPHER SCHWEER, STEFAN KAUL, DR. FELIX HÖPFNER



HERREN 65 I - V.L.N.R.: ULI KRÄLL, REIMUND BUCHER, HANS DIETER BAUER, JOSEF GAMPERL, IBRAHIM MARZOUK, GÜNTER REINHARDT

### Erfolgreich in den Gruppenligen

Die Mannschaften der Herren 40 I, Damen 50, Damen 60 III und Herren 70 II konnten sich über einen Klassenerhalt freuen. Die Herren 65 II konnten die Klasse leider nicht halten und die Herren 50 II feierten in der Bezirksoberliga den Aufstieg. Gratulation!

### Auch vertreten in den Bezirksklassen

mit den Damen 50 III, Herren 30 und den Herren 50 III ist der FTC 1914 Palmengarten auch in den Bezirksklassen vertreten.



HERREN 70 I - V.L.N.R.: REIMUND BUCHER, UWE TRENKNER, MIKE WARLER, ANDREAS WASKE



HERREN 70 II - V.L.N.R.: KLAUS UNGLAUBE, D. KLAUS LEYENDECKER, JÜRGEN HÖFNER, HERBERT WEISKOPF



**Günter Wagner:** Ernährungswissenschaftler und Mitglied des Vorstandes im Institut für Sporternährung e.V. in der Sportklinik Bad Nauheim. **Dr. med. Johannes M. Peil:** Facharzt für Orthopädie, Präsident des Zentralverbandes für Ambulante Therapie ZAT Deutschland e.V., leitender Arzt der Sportklinik Bad Nauheim

## DIE ERFOLGSFORMEL IM TENNIS

### DAS WISSEN UM WASSER

Die Maschine Mensch arbeitet relativ uneffizient, schon beim Ruhestoffwechsel werden etwa 75 % der Energie als Wärme freigesetzt. Bei intensiver sportlicher Aktivität, wie Tennis im Sommer, Mannschaftskämpfen oder Turniere mit mehreren Spielen in kurzer Zeit, kann dieses zu einer hohen Belastung für den Körper führen. Dem Körper droht Überhitzung. Er muss effektiv Wärme durch die Verdunstung von Körperflüssigkeiten (Schweiß) abführen. Der Körper kann jedoch lediglich pro Liter Schweiß rund 580 kcal an Energie abführen bzw. abkühlen.

Bei intensiven Spielen im Sommer oder auch bei Freizeit-Turnieren mit mehreren Einsätzen am Tag sind Schweißverluste von mehr als 2-3 Litern keine Seltenheit.

Werden Wasser-/Schweißverluste nicht rechtzeitig ausgeglichen, wird viel Flüssigkeit aus dem Blut entzogen. Die Folge: das Blut dickt ein, die Fließeigenschaften verschlechtern sich. Dadurch wird die Versorgung der Muskelzellen mit Sauerstoff und Nährstoffen verzögert, und Stoffwechselvorgänge laufen verlangsamt ab. Der Körper versucht die Wasserverluste zu minimieren und drosselt die Schweißproduktion. Als Folge davon „läuft der Sportler heiß“, Schwindel, Erbrechen, Muskelkrämpfe und Kreislaufversagen können die Folge sein.

Unausgeglichene Flüssigkeitsverluste ab ca. 2 % des Körpergewichts führen in jeder Sportart zu Einbußen der physischen Leistungsfähigkeit. Im Tennissport, mit

---

**Günter Wagner:** Nutritionist and member of the executive board at the Institute for Sports Nutrition at the Bad Nauheim Sports Clinic. **Dr. med. Johannes M. Peil:** Orthopaedic specialist, president of the Zentralverband für Ambulante Therapie ZAT Deutschland e.V. (Central German Association for Outpatient Therapy), head physician at the Bad Nauheim Sports Clinic

### THE RECIPE FOR SUCCESS IN TENNIS WHAT YOU NEED TO KNOW ABOUT WATER

■ The human organism works relatively inefficiently; even the resting metabolism releases 75 % of energy as heat. When engaging in intense sport, such as playing tennis in summer, team games or tournaments with several games within a short period of time, this can lead to great physical demands on the body. There is a danger of overheating. The body must efficiently dissipate heat through the evaporation of bodily fluids (sweat). Yet the body can only discharge / cool down 580 calories of energy per litre of sweat.

During intensive summer play or even during leisure tournaments with several playing sessions per day, it's no rare occurrence to lose more than 2-3 litres of sweat.

If water/sweat loss is not compensated for in good time, a lot of liquid is taken from the blood. This results in a thickening of the blood, making it flow less smoothly. This causes delays in the transport of oxygen and nutrients to the cells, causing metabolic processes to slow down. The body tries to



### **Gut hydriert – besser drauf**

Im Rahmen der Rosbacher Trinkstudien konnte jetzt erstmalig nachgewiesen werden, dass selbst kurzfristige, sogenannte temporäre Flüssigkeitsdefizite, die Leistungsfähigkeit beim Tennis minimieren. Diese Erkenntnis hat eine hohe Relevanz, treten doch bereits im Alltag häufig suboptimale Flüssigkeitsversorgungen auf. Dieses ist z.B. der Fall, wenn Tätigkeiten direkt ohne Frühstück oder Getränkekonsum begonnen werden. Die Defizite verstärken sich, wenn Gelegenheiten fehlen oder nicht wahrgenommen werden, den Flüssigkeitsmangel in den Folgestunden auszugleichen, z.B. in Schule, Studium, Beruf oder Sport.

### **Der Schweiß – ein mineralstoffreiches Wasser**

Schweiß ist mehr als nur H<sub>2</sub>O. Mit jedem Tropfen Schweiß verliert der Sportler auch wichtige Elektrolyte

### **Das Mineralwasser für Sportler: auf die inneren Werte kommt es an**

Da mit dem Schweiß nicht nur Wasser, sondern ebenfalls Mineralstoffe und Spurenelemente ausgeschieden werden, ist eine mineralstoffarme oder -freie Wasserzufuhr die falsche Wahl. Sind nicht genügend Mineralstoffe im Getränk vorhanden, kann weniger Wasser im Körper gebunden werden. In Ruhe kommt es zu einer zusätzlichen Wasserausscheidung. Wird beim Sport eine große Menge mineralstoffarmen Wassers getrunken, kann es sogar zu Wasservergiftungen, einer sogenannten Wasserintoxikation kommen. Auch die Regenerationszeit verlängert sich.

Während sehr langer sportlicher Aktivität oder bei mehreren Einsätzen an sehr heißen Sommertagen, z.B. in Turniersituationen, spielt der Mineralstoff Natrium eine Rolle. Zum einen können im Getränk enthaltene Kohlenhydrate als

---

*minimise the loss of fluid and reduces sweat production. As a result, the athlete overheats, potentially resulting in dizziness, vomiting, muscle cramps and cardiovascular failure.*

*Failure to compensate for fluid loss equating to approx. 2 % or more of bodyweight will lead to loss of physical performance in any sport. In tennis, where there are great demands in terms of coordination, reactions and concentration, decreased performance already sets in when approx. 1 % of bodyweight is lost through sweating. A 70 kg tennis player will suffer a significant drop in performance with a fluid deficit of just 0.7- 1 litres.*

### **Well hydrated for a better performance**

*The hydration studies conducted at Rosbach have shown for the first time that even short-term,*

*so-called temporary fluid loss can negatively impact on performance when playing tennis. This finding is highly relevant, as suboptimal fluid intake is a common phenomenon even in day-to-day life. This is for instance the case when activities are engaged in without consuming any breakfast or drinking anything. The fluid deficit increases when people lack, or fail to take advantage of, opportunities to balance out their fluid levels in the hours which follow, e.g. at school, university, work or when doing sport.*

### **Sweat – a mineral-rich water**

*Sweat is more than just H<sub>2</sub>O. With each drop of sweat, the athlete loses important electrolytes (minerals and trace elements). The amount of minerals and trace elements lost through sweating depends on a number of factors. Along with*

Energielieferanten mit Natrium schneller über den Darm aufgenommen und für sportliche Leistungen genutzt werden. Zum anderen ist Natrium für die Wasserbindung im Blut verantwortlich.

### Die Sport-Mineralstoffe Calcium und Magnesium

Bei sportlichen Aktivitäten verliert der Körper über den Ganzkörperschweiß die Mineralstoffe Calcium und Magnesium im Verhältnis 2:1, durchschnittlich ca. 40 mg Calcium und 20 mg Magnesium pro Liter. Wer clever ist, kombiniert den Ersatz seiner Wasserverluste also direkt mit dem Ersatz dieser Elektrolyte. Wie das geht? Ganz einfach: Das richtige Mineralwasser trinken. Der Mineralstoffgehalt und insbesondere das Verhältnis der Mineralstoffe untereinander sind abhängig von den Gesteinsschichten, die das Wasser durchlaufen hat. Und Mineralwässer mit nennenswertem Calcium- und Magnesiumgehalt sowie einem Verhältnis dieser Mineralstoffe von 2 : 1 können sowohl einen Beitrag

leisten, diese Elektrolyte zu ersetzen, als auch das Risiko von Mineralstoffdysbalancen zu minimieren. Ein weiterer Vorteil: Aus einem natürlichen Mineralwasser kann der Körper die Mineralstoffe Calcium und Magnesium besonders gut verwerten. Die Bioverfügbarkeit dieser Mineralstoffe beträgt bei Mineralwasser über 80 Prozent, bei Vollkornbrot oder Obst hingegen liegt die Bioverfügbarkeit gerade einmal bei 30-40 Prozent.

### So trinkt der Sportler richtig

#### Richtig trinken vor dem Sport

Jedes Tennistraining und Spiel sollte mit gefüllten Flüssigkeitsdepots begonnen werden. Bis zu einer halben Stunde bis 20 Minuten vor Spiel- oder Trainingsbeginn kann in kleinen Schlucken 0,2 bis 0,5 Liter mineralstoffreiches Mineralwasser getrunken werden.



*the intensity of the sporting activity, the climate/temperature and the physical condition of the athlete are key factors.*

### Mineral water for athletes: it's the internal values which matter

*Because we lose not only water but also minerals and trace elements when sweating, it is important not to drink mineral-poor or non-mineralised water. If the beverage does not contain sufficient minerals, less water can be retained by the body. In a rested state, this will lead to more water being lost. During sporting activities, drinking a large quantity of mineral-poor water can even lead to water poisoning, or so-called water intoxication. Recovery times are also increased as a result. During very long bouts of sporting activity, or several repeated bouts of play on very hot days, e.g. under tournament conditions, the mineral sodium plays a role. Firstly, carbohydrates contained in the beverage can be absorbed more quickly via the gut and used for sports performance if sodium is present. Secondly, sodium is also responsible for water retention within the blood.*

### The sports minerals: calcium and magnesium

*During sporting activities, the body sweats out the minerals calcium and magnesium at a 2:1 ratio; an average of approx. 40 mg of calcium and 20 mg of magnesium per litre. The smart thing to do is to directly combine the replenishment of this water loss with the replenishment of these electrolytes. But how? It's easy: drink the right mineral water. The mineral content and especially the ratio of individual minerals depends on the rock strata the water has flowed through. And mineral waters with appreciable calcium and magnesium content and a 2:1 ratio of these minerals can help replenish these electrolytes and minimise the risk of mineral imbalances. A further advantage: the body is particularly good at utilising the minerals calcium and magnesium when these are sourced from a natural mineral water. The bio-availability of these minerals is above 80 % in mineral water, whereas it is barely at 30-40 % for wholegrain bread and fruit.*

### Richtig trinken während des Spiels oder Trainings

Während des Matches sollte bereits vor Auftreten eines Durstgefühls mit dem Trinken begonnen werden. Durst tritt erst dann auf, wenn bereits ein Flüssigkeitsdefizit vorliegt. Gut geeignet sind mineralstoffreiche Mineralwässer, je nach Verträglichkeit mit Kohlensäure oder kohlen säurearm. Bei sportlicher Aktivität von über 60 Minuten sollten neben Mineralwasser auch schnell verfügbare Kohlenhydrate zu sich genommen werden, z.B. durch natürliche, isotone Sportgetränke oder Fruchtsaftschorlen.

### Richtig trinken nach dem Sport

Auch nach dem Spiel/Training sollte in kleinen Schlucken getrunken werden, um den evtl. noch gereizten Verdauungstrakt nicht zu belasten. Getränke nach dem Sport sollten neben der Flüssigkeit insbesondere den Mineralstoff Kalium, enthalten. Fruchtsäfte sind kaliumreich. Eine Sport-Schorle nach dem Training / Spiel, Apfelsaft gemischt mit

einem mineralstoffreichen Mineralwasser im Verhältnis 2:1 oder 1:1, bringt verbrauchte Energie schnell zurück

Die sportbedingten Schweißverluste sollten zeitnah zu ca. 150 % ausgeglichen werden, d.h. bei einer Schweißmenge von einem Liter sollten mind. 1,5 Liter zusätzlich getrunken werden, maximal 80 % bereits während der Aktivität, der Rest danach. Die Bestimmung der Schweißverluste ist recht einfach: Wiegen vor dem Sport abzüglich Körpergewicht in kg nach dem Sport zuzüglich der Trinkmenge während des Spieles / Trainings ergeben die auszugleichenden Schweißverluste in Liter.

Mehr zum Thema richtiges Trinken beim Tennis sowie leckere sportive Getränkerezepte enthält das Handbuch für das richtige Trinken – Sport Beruf Freizeit“ TRINK DICH FIT von Günter Wagner, Dr. med. Johannes M. Peil und Uwe Schröder. Erschienen im pala-verlag Darmstadt, 176 Seiten 14,00 Euro ISBN: 978-3-89566-291-1.



#### **The right way for an athlete to drink: drinking correctly before sport**

Each tennis training session or game should be begun with full fluid levels. Using small sips, the athlete should drink 0.2 to 0.5 litres of mineral-rich mineral water half an hour to 20 minutes before starting a training session or game.

#### **Drinking correctly during training or play**

Drinking during a match should begin before a feeling of thirst sets in. Thirst is only felt when a fluid deficit has already been reached. Suitable beverages here are mineral-rich mineral waters, either carbonated or still depending on what is available. During sporting activities lasting more than 60 minutes, the mineral water should be supplemented with simple carbohydrates, e.g. using natural isotonic sports drinks or fruit juice spritzers.

#### **Drinking correctly after sport**

A beverage should also be consumed after sport/training using small sips, so as not to stress the potentially still irritated digestive tract. Alongside the actual fluid, post-sports beverages should particularly contain the mineral potassium. Fruit juices

are rich in potassium. A sports spritzer after training / play – apple juice mixed with a mineral-rich mineral water in a 2:1 or 1:1 ratio – will quickly replenish expended energy.

Sweat loss due to sport should be balanced out as soon as possible to an extent of 150 %, i.e. for every litre of sweat lost, at least 1.5 litres should be additionally consumed; a maximum 80 % during the activity itself, the rest afterwards. Determining the amount of sweat lost is very simple: bodyweight before play minus bodyweight after play in kg plus the amount of drink consumed during play/training gives the amount of fluid to be replenished in litres.

You can read more on the topic of drinking while playing tennis as well as find delicious sports beverage recipes in “TRINK DICH FIT – Handbuch für das richtige Trinken im Sport” (“Drink yourself fit – handbook for drinking correctly in sports”) by Günter Wagner, Dr. med. Johannes M. Peil and Uwe Schröder. Published by pala-verlag Darmstadt, 176 pages 14.00 euros ISBN: 978-3-89566-291-1.



DR. MED.  
JOHANNES M. PEIL



## TENNIS IST IHRE PASSION

### DIE TREUEN SEELEN DES FTC 1914 PALMENGARTEN

Seit vielen Jahren sind Sie „Ihrem“ Club treu. Die Trainer des FTC Palmengarten sind eine feste Institution und haben für Ihre Schützlinge immer ein offenes Ohr. Und auch einen Neuzugang gibt es zu verzeichnen.

## TENNIS IS THEIR PASSION

### THE LOYAL SOULS AT FTC 1914 PALMENGARTEN

■ They have been loyal to “their” club for many years. The coaches at FTC Palmengarten are a firm fixture and are always there for their protégés. And we have a new arrival among their ranks.



JÜRGEN HACKAUFF  
A-TRAINER-LICENSE DTB,  
STAATL. GEPRÜFT, TRAININGS-  
UND TURNIERBERATUNG  
FÜR ALLE ALTERSKLASSEN  
IM CLUB SEIT 2002



TORSTEN HAMM  
A-TRAINER-LICENSE DTB,  
STAATL. GEPRÜFTER  
TRAINER, IM FTC SEIT 1980



CHRISTIAN MARTEN  
STAATL. GEPRÜFTER  
TENNISTRAINER VDT  
IM CLUB SEIT 1980



KLAUS SCHÄCK  
STAATL. GEPRÜFTER  
TENNISTRAINER VDT  
IM FTC 1914 SEIT 2005



UWE BIEHL  
TENNISTRAINER VDT  
IM CLUB SEIT 1978



ARNE STAMM  
STAATL. GEPRÜFTER  
TENNISTRAINER VDT  
BEIM FTC SEIT 2003



AIKE GARLICHS  
B-TRAINER-LICENSE  
IM CLUB SEIT 2014



VINCENT CORBINAIS  
C-TRAINER-LICENSE  
IM CLUB SEIT 2000

## TRAINING IN DEN USA IST HARTE ARBEIT

JÜRGEN HACKAUFF IM INTERVIEW MIT MENIA-LUNA (12 JAHRE) UND LIVA-MARIA KAPPUS (14 JAHRE)  
 JÜRGEN HACKAUFF INTERVIEWS MENIA-LUNA (12 YEARS) AND LIVIA-MARIA KAPPUS (14 YEARS)



JÜRGEN HACKAUFF MIT MENIA-LUNA (MITTE) UND LIVIA-MARIA  
 JÜRGEN HACKAUFF WITH MENIA-LUNA (MIDDLE) AND LIVIA-MARIA

### Wann habt ihr mit Tennis spielen begonnen?

Mit dem Tennisspielen fingen wir an, als wir zwischen fünf und sechs Jahre waren. Aber richtig ernsthaft haben wir erst mit 10 gespielt.

### Bei welchen Trainern habt ihr Tennisunterricht?

**LM:** Unser erster Trainer war Torsten Hamm. Bei ihm trainierten wir zweimal die Woche. Er hatte sehr viel Geduld mit uns, aber trieb uns auch immer bis zum Limit an. Torsten brachte uns die Tennis-Technik bei und zeigte uns, wie man eine bessere Tennisspielerin wird.

### Heute spielt ihr in unseren Jugendmannschaften aber auch Einzelturniere. Was waren die schönsten Erfolge?

**ML:** Es war immer toll in einem Team zu spielen. Das gegenseitige Unterstützen und Wiederaufrichten in der Mannschaft – ganz gleich wie der Spielstand war – hat uns besonders gut gefallen. Manchmal ist es hart, weil das Team auf deine Leistung zählt. Aber die Unterstützung des Teams war immer da.

Mein größter Erfolg war, als ich das U12 Turnier in der IMG Academy bei Bollettieri in Florida gewonnen habe. Es war etwas sehr besonderes für mich dort zu gewinnen und alle U12 Spielerinnen zu schlagen.

**LM:** Mein größter Erfolg war als ich vor Kurzem ein Turnier hier in Deutschland gewonnen habe. Ich spielte gegen einige sehr gute Spielerinnen und gewann im Enspiel gegen eine Spielerin, gegen die ich letztes Mal verloren hatte. Ich habe erkannt, dass das Training mein Spiel verbessert hat.

### Ihr trainiert auch öfters in den USA bei Chris Evert-Lloyd und Nik Bollettieri. Wie seht ihr den Unterschied zu den deutschen Trainern?

**ML:** Unser erstes Tennis Camp in USA hatten wir in der Chris Evert Academy. Dort lernten wir sehr nette Leute kennen und auch Chris Evert und ihren Bruder John. Der Focus des Trainings lag auf der Matchpraxis mit sehr viel Konditionstraining, aber auch mit mentalem Konditionstraining. Die Trainer waren sehr interessiert an den

TRAINING  
 IN USA  
 IS ALWAYS  
 HARD WORK

### ■ When did you start with tennis?

We started playing tennis when we were 5 or 6 years old although we didn't take it seriously until the age of 10.

### Who was your first trainer?

Our first real coach was Torsten Hamm, we played twice a week with him, he had a lot of patience and always pushed us to our limit. He taught us how to behave on the court and how to become a better tennis player.

### Today you play in our junior teams but also at individual tournaments. What have been your most enjoyable successes?

It was always great to play within a team and learning how to back each other up and support each other no matter what. It is hard sometimes because every one is counting on you but on the other hand, the team helps you as well. My (Menia Luna Kappus) most important tournament win was

when I attended the IMG Academy Tournament. It was very special for me to win and to overcome the challenging players along the way. My greatest success was when I recently won a tournament. I had to face some difficult players in order to proceed to the top and won against someone I lost half a year ago. Therefore I know that I improved by training a lot.

### You also train in the USA quite frequently with Chris Evert-Lloyd and Nik Bollettieri. How does their approach differ to that of the German coaches?

Our first contact with tennis in the USA was at the Chris Evert Academy. We met great people including Chris Evert and her brother John. The training has been focused to all parts of the game, including a lot of fitness and match play and not to mention mental conditioning. The trainers were very interested in you and really wanted you to improve by making us work harder with our foot

Spielern und deren Entwicklung und brachten uns dazu, noch härter an unserer Fußarbeit zu arbeiten. Sie brachten uns bei, sehr konzentriert zu arbeiten ansonsten gab es „Strafen“. Diese „Strafen“ waren aber immer sehr fair und absolut akzeptabel.

Wir wechselten zur Bollettieri Tennis Academy und waren sehr begeistert von der Qualität des Trainings.

Dort haben wir viel über Spieltechniken gelernt. Es wurde aber auch sehr viel an unserem Körperfitness gearbeitet, an unseren Reflexen und der Stärkung des Körpers insgesamt.

Die Trainer achten darauf, dass man immer in Bewegung bleibt. Wir laufen viel um die Tennisplätze, beim Bälle auf-sammeln, aber auch beim sog. „shadowing“ während die anderen Spieler spielen. Es sind immer zwei Trainer für ein kleines Team zuständig. Einer spielt einem die Bälle zu und der andere steht und beobachtet und kontrolliert sofort deine Fehler.

Wir haben sehr viele Tennisstars getroffen, die bei Bollettieri trainieren, z.B. Sabine Lisicki, Jelena Jankovic, Tommy Haas und Kei Nishikori. Es ist sehr inspirierend den Stars beim Training zu zuschauen.

**Ist das Training in den USA härter oder mehr fun?**

**LM:** Das Training ist dort anstrengend und harte Arbeit.

**Und eure Trainings – und Turnierplanung 2015 ?**

Wir werden bei den Meden-Spielen für den FTC Palmengarten mitmachen. Aber wir planen auch bei DTB- und LK-Turnieren mitzuspielen. Und bei den Bezirksmeisterschaften. Diesen Sommer werden wir das erste Mal auch in Florida an Turnieren teilnehmen.

**Wollt ihr eventuell auch Tennisprofis wie Andrea Petkovic aus Darmstadt werden?**

**LM:** Im Moment nicht. Aber wir trainieren hart, um eventuell in einem College-Team in USA mitzuspielen. Es wäre eine Auszeichnung, wenn wir ein College-Stipendium in USA bekämen. Dann hätte sich die harte Arbeit gelohnt.

*work. They focused on you being concentrated and if you don't work hard enough they are prepared to give you a punishment although in all they are very fair and the punishments are acceptable. We switched to the Academy of Nick Bollettieri in Bradenton, Florida and were impressed by their quality and understanding of the game. By going there a few times we learned a lot about technique but we also became very fit with amazing reflexes and endurance abilities. They make sure that you are always in movement by running around the courts, picking up balls, and shadowing while your team mate is playing. There are coaches feeding the balls and one head coach that stands by you and immediately corrects your mistakes. You have a chance again to meet world wide tennis stars such as: Sabine Lisicki, Jelena Jankovic, Tommy Haas, and Kei Nishikori. It is very inspiring to see them train right next to you!*

**Is training in the USA harder or more fun?**

*The training takes a lot of effort and is always hard work.*

**Your training and tournament plans for 2015?**

*We will be taking part in the Medenrunden with our Palmengarten team mates. Also, we will be taking part in DTB tournaments as well as LK ones. In addition there will be the Bezirksmeisterschaften*



DIE KAPPUS-SCHWESTERN MIT TRAINERLEGENDE NICK BOLLETTIERI UND CHRIS EVERT-LOYD / THE KAPPUS-SISTERS WITH LNICK BOLLETTIERI AND CHRIS EVERT-LOYD

*to attend as well. For the first time we will also take part in the summer tournaments in Florida.*

**Do you want to become a Tennisstar like Andrea Petkovic?**

*At this point we don't expect to become pros at tennis although we are working hard to attend a college tennis team. It would be an honor to get a scholarship at a college in America so that we know our hard work paid off.*

## JUGEND-TENNIS IM FTC 1914 PALMENGARTEN DIE HIGHLIGHTS DER TEAMTENNISPIELE 2014

Auch 2014 waren die Jugendteams des FTC 1914 Palmengarten auf breiter Basis erfolgreich. Gleich drei Teams, die U8, U12 und U18 Junioren, krönten ihre herausragende Saison mit dem Gewinn der Vize-Hessenmeisterschaft. Dazu kamen noch die Bezirkstitel dieser Teams.

Erstmals gewannen auch die Juniorinnen U10 und die Junioren U14 die Bezirksmeisterschaften

Hervorzuheben ist auch der 1. Platz der U18 Juniorinnen in der Gruppenliga. Last but not least schaffte es die U18/4 Junioren Mannschaft in die Bezirksliga aufzusteigen. Damit ist der FTC Palmengarten bei den U18 Junioren mit jeweils einer Mannschaft in allen Ligen von der Bezirksliga B bis zur Hessenliga vertreten.

Insgesamt waren 25 Jugend-Mannschaften bei den Teamspielen 2014 für den FTC Palmengarten am Start. Ganz herzlichen Dank an alle Eltern und Mannschaftsführer, die sich intensiv um die Organisation der Spiele gekümmert haben.

### **U8 setzt starke Serie fort**

Seit Jahren schon ist der FTC 1914 Palmengarten bei den Jüngsten – der U8 – das Maß aller Dinge. Seit der Wettbewerb vor 4 Jahren eingeführt wurde, hat immer ein Team des FTC Palmengarten den Bezirkstitel gewonnen. Diesmal jedoch übertraf man alle Erwartungen, da gleich zwei Teams aus Palmengarten das Bezirksendspiel erreichten.

■ *In 2014, the Juniors teams at FTC Palmengarten were again successful on many fronts. Three teams – U8, U12 and U18 Juniors – rounded off their outstanding season by winning the Vice-Hessen Championship. These teams also took the district title.*

*For the first time, the U10 Girls and U14 Boys also won the district championships.*

*Also noteworthy is the first place achieved by the U18 Girls in the Group league. Last but not least, the U18/4 Boys team managed to ascend to the District League. FTC Palmengarten is thereby represented with a team at the U18 Boys level in all leagues from the District League B to the Hessen League.*

*A total of 25 Junior teams played for FTC Palmengarten in the 2014 team games. Many thanks to all parents and team captains who worked so hard on organising the games.*

## JUNIOR TENNIS AT FTC 1914 PALMENGARTEN

### HIGHLIGHTS OF THE TEAM MATCHES 2014

#### **U8 continues a strong series**

*For several years now, FTC Palmengarten has been setting the bar for the youngest players, the U8. Since the competition was introduced four years ago, an FTC Palmengarten team has always won the district title. This time all expectations were exceeded, however, as not one but two Palmengarten teams reached the district final.*

*The first team with Jakob Haupt, Philip Herres, Dominic Ghinet and Sarah Hamzic, and the second team with Tim Hohmann, Chris Hohmann, Ruprecht Hellauer and Lisa Jäcker, won all group matches and thus qualified for the final.*

*As expected, the first team won against the second team – which is after all a year younger – in a high-class and emotional final which ended 22:2.*



BEZIRKSMEISTER UND VIZE - HESSENMEISTER DER U8  
DISTRICT CHAMPIONS AND VICE - HESSEN CHAMPIONS U8  
V.L.N.R.: TRAINER KLAUS SCHÄCK, PHILIP HERRES,  
JAKOP HAUPT, SARAH HAMZIC, DOMINIC GHINET

Die 1. Mannschaft mit Jakob Haupt, Philip Herres, Dominic Ghinet und Sarah Hamzic gewannen genauso wie die 2. Mannschaft mit Tim Hohmann, Chris Hohmann, Ruprecht Hellauer und Lisa Jäcker alle Gruppenspiele und qualifizierten sich somit für das Finale.

In einem hochklassigen und emotionalen Finale setzte sich dann die 1. Mannschaft gegen die noch durchweg ein Jahr jüngere 2. Mannschaft, erwartungsgemäß mit 22:2 durch.

### Die 1. U8 Mannschaft wird Vize-Hessenmeister

Mit Trainer Klaus Schäck ging es dann zum Hessenfinale nach Darmstadt-Weiterstadt. Gespielt wurde in 2 Gruppen, wobei der FTC 1914 Palmengarten als Bezirksmeister von Frankfurt, die Bezirksmeister von Wiesbaden-Sportwelt Rosbach und Darmstadt - TC Gräfenhausen zu gelost bekam.

Mit beeindruckenden 19:5 Siegen gegen Rosbach und 22:2 gegen den TC Gräfenhausen erreichte das Team das

AUCH AUSSERHALB DES TENNISPLATZES GILT FÜR UNS: ÜBERWIEGEND WEISS



TEL.: 069 - 94 43 40

In unseren vier Praxen in der Pfingstweidstraße, am Roßmarkt, in Offenbach und jetzt auch in Bad Vilbel jederzeit für Sie da: Ihre Spezialisten für Herz-/Kreislauf, arterielle und venöse Gefäße, Blutverdünnung, Prävention, Check-ups und Sportmedizin.

**UND RUND UM DIE UHR in unserer Chest-Pain-Unit in der Klinik Rotes Kreuz am Zoo**

Kardiocentrum Frankfurt  
an der Klinik Rotes Kreuz



WIR WÜNSCHEN IHNEN EINE ERFOLGREICHE UND VERLETZUNGSFREIE SAISON!

Finale der Hessenmeisterschaft. Im Endspiel kam es zu einem dramatischen Kampf mit dem TC Steinbach. Nach dem Tenniswettbewerb ging unser Team mit 7:5 in Führung. Die zwei Punkte-Führung konnte auch nach den Vielseitigkeitsübungen mit 11:9 gehalten werden. Beim abschließenden Fußballspiel hätte ein Unentschieden zum Gewinn der Hessenmeisterschaft gereicht. Leider ging dieses Spiel knapp verloren.

Glückwunsch an Jakob Haupt, Philip Herres, Dominic Ghinet und Sarah Hamzic, die großartigen Kampfgeist zeigten und im Tennis ihr großes Potential zur Geltung brachten. Trainer Klaus Schäck zog eine zufriedene Bilanz und dankt allen Kindern und Eltern für ihren Einsatz.

### **Bezirks- und Vize-Hessenmeister: FTC Junioren U12**

Die U12 Mannschaft mit Mannschaftsführer Sven Corbinais, Clemens Kamlah, Moritz Rauser und Lennart Ostheimer lieferte sich ein spannendes Rennen mit dem TV Heimgarten um die Bezirksmeisterschaft. Nachdem das

direkte Aufeinandertreffen – Unentschieden 3:3 endete – war allen klar, dass es wohl auf die Matchpunkte ankommen würde.

So kam es auch. Am Ende der Runde war unser Team zwar mit 14:2 Punkten punktgleich mit Heimgarten, hatte aber mit 39:9 Matchpunkten sechs Matchpunkte Vorsprung und sicherte sich damit die Bezirksmeisterschaft. Ein bemerkenswerter Erfolg, besteht doch der Großteil der Mannschaft noch aus dem jüngeren Jahrgang.

In der Endrunde zur Hessenmeisterschaft traf der frischgebackene Bezirksmeister in der Gruppenphase auf TEC Darmstadt und TC am Bingert. Der Sieger der Gruppe qualifizierte sich für das Endspiel der Hessenmeisterschaft. Es sollte eine dramatische Gruppenphase mit einer Wimpernschlag Entscheidung werden.

Auf heimischer Anlage gegen den TC am Bingert entwickelte sich ein spannender Wettkampf, der letztendlich genauso mit einem Unentschieden ausging, wie das Auswärtsspiel gegen TEC Darmstadt. Jetzt musste auch auf

### **The US I team become Vice-Hessen champions**

*Together with Klaus Schäck, the US I team then went on to the Hessen Final at Darmstadt-Weiterstadt. Play took place in two groups, with Frankfurt district champions FTC Palmengarten drawing Wiesbaden district champions Sportwelt Rosbach and Darmstadt district champions TC Gräfenhausen.*

*With impressive 19:5 and 22:2 victories against Rosbach and TC Gräfenhausen respectively, the team reached the final of the Hessen Championship. The final saw a dramatic battle against TC Steinbach. Following the tennis competition, our team went into the lead with 7:5. We were able to maintain the two-point lead with 11:9 after the versatility drills. In the concluding football game, a draw would have sufficed to win the Hessen Championship. Unfortunately, we just lost the game.*

*Congratulations to Jakob Haupt, Philip Herres, Dominic Ghinet and Sarah Hamzic, who showed true fighting spirit and brought their great tennis-playing potential to bear.*

*Coach Klaus Schäck was satisfied with the outcome, and thanks all the children and parents for their efforts.*

### **District and Vice-Hessen Champions – FTC U12 Boys**

*The U12 team with team captain Sven Corbinais, Clemens Kamlah, Moritz Rauser and Lennart Ostheimer enjoyed an exciting battle against TV Heimgarten for the District Championship. When the direct face-off ended with a 3:3 draw, it was clear to everyone that it would come down to match points. And this proved to be the case. At the end of the round, our team was even with Heimgarten at 14:2 points; yet with 39:9 match points, we had a six match-point lead and thus won the District Championship. It was a remarkable success given that the majority of the team were still in the younger age class.*

*In the final round of the Hessen Championship, the freshly crowned district champions played against TEC Darmstadt and TC am Bingert in the group phase. The winner of the group qualified for the final of the Hessen Championship. A dramatic group phase was to be decided in the blink of an eye.*

*On home turf and playing against TC am Bingert, an exciting battle developed which ended in a draw, as did the away match against TEC Darmstadt. We*

ein Unentschieden bei dem Spiel Darmstadt gegen TC am Bingert gehofft werden, was auch tatsächlich eintraf. Damit begann das große Zählen, und mit einem Satz Vorsprung schafften die Jungs den Einzug ins Hessenfinale.

**Beim Hessenfinale** im Leistungszentrum des HTV in Offenbach traf das Team wieder einmal auf die Spielgemeinschaft Bad Soden Salmünster/Wächtersbach/Birstein. Während Sven Corbinais und Moritz Rauser sich bei ihren Einzeln geschlagen geben mussten, konnten Clemens Kamlah und Lennart Ostheimer für den FTC 1914 Palmengarten punkten. Bei den abschließenden Doppel gewannen beide Teams jeweils eine Begegnung. Wie schon in der Gruppenphase mussten auch hier die Sätze entscheiden. Leider war diesmal das Glück auf der Seite des Gegners, die einen Satz mehr gewonnen hatten. Bei allem Frust, eine tolle Leistung unseres Teams, das auch in den nächsten Jahren noch viel Freude machen sollte.

### Junioren U14 erspielen sich überlegen die Bezirksmeisterschaft

Mit herausragenden Leistungen erspielte sich das U14 Team den Bezirkstitel. Ungeschlagen mit 16:0 Punkten ließ man die Konkurrenz weit hinter sich. Dies ist besonders bemerkenswert, weil mit Lukas Prokot und Tim Fischer zwei Leistungsträger – verletzungsbedingt – praktisch

über die gesamte Runde ausfielen. Der Kern der Mannschaft mit Tim Ostheimer, Daniel Türk und Raphael Wiener zeigte großen Teamspirit und verlässliche Leistungen. Mit Spitzenspieler Oliver Tobisch wurde das wichtige Spiel gegen die Eintracht gewonnen. Leider fielen dann Daniel Türk und Oliver Tobisch für die Hessischen Endrunde aus. So ersatzgeschwächt war es keine Überraschung, dass die Spiele gegen den TC Bierstadt 2:4 und die MSG RW Groß-Gerau/TVH Rüsselsheim 1:5 verloren gingen. Insgesamt sehr schade, da in Vollbesetzung beide Gegner zu schlagen gewesen wären und somit eine große Gelegenheit ins Hessen-Finale einzuziehen, verpasst wurde.

### Die Junioren U18 verpassen knapp das Tripple und werden Vize-Hessenmeister

Das Team um Trainer Klaus Schäck mit Joel Link, dem amtierenden Hallenhessenmeister Bennedikt Henning, Mannschaftsführer Kai Stetzer, Tanini Kader, Jan Stetzer und Louis Ostheimer wollte unbedingt das Tripple holen und zum dritten Mal hintereinander Hessenmeister werden. Mit großem Teamgeist und viel Enthusiasmus startete das Team mit Siegen gegen Bad Vilbel 6:3, Tus Griesheim 6:3, TV Kronberg 7:2, Nieder-Roden 5:4 und führte damit die Tabelle in der Hessenliga an. Am fünften Spieltag kam es dann zum Gipfeltreffen gegen den TC Eschborn.



Apotheke "Am weissen Stein"  
Am weissen Stein 11  
60431 Frankfurt

IHRE FREUNDLICHE APOTHEKE



APOTHEKE  
AM WEISSEN STEIN  
JÜRGEN HOWITZ

Seit 1952 im Familienbesitz, bietet Ihnen unsere Apotheke alles rund um Ihre Gesundheit. Unser qualifiziertes Personal, bestehend aus fünf Apothekerinnen, einer pharmazeutisch-technischen Assistentin und zwei pharmazeutisch-kaufmännischen Angestellten steht Ihnen während unseren Geschäftszeiten gerne mit Rat und Tat zur Verfügung.

### SERVICE

wird bei uns groß geschrieben. Um Ihnen das Leben zu erleichtern bieten wir einen kostenlosen Botendienst. Außerdem verleihen wir Inhalationsgeräte, Milchpumpen, Babywaagen und vieles mehr. Wir messen Ihren Blutdruck, Cholesterinpiegel, BMI und beraten Sie gerne.

### ÖFFNUNGSZEITEN UND KONTAKT

Montag bis Freitag 8:30 bis 18:30 Uhr, Samstag 8:30 bis 13:30 Uhr

Telefon: 069 - 521678 | Fax: 069 - 534312 | EMail: apojhowitz@arcor.de





VICE – HESSENMEISTER DER U18 2014 / VICE HESSEN CHAMPIONS U18: (V.L.N.R.) OLIVER PAJIC, TRAINER KLAUS SCHÄCK, JOEL LINK, KAI STETZER, LUIS OSTHEIMER, TANINI KADER, JAN STETZER UND BENEDIKT HENNING

Schon im Vorfeld standen die Vorzeichen denkbar ungünstig. Spitzenspieler Zdenek Kolar sagte kurz vorher unverständlicherweise ab und Kai Stetzer fiel wegen einer Verletzung aus. So musste kurzfristig, der erst vierzehnjährige Oliver Tobisch einspringen. Er lieferte seinem vier Jahre älteren Gegner ein großes Match, und musste sich erst – etwas unglücklich – im Tiebreak des 3. Satzes geschlagen geben.

Den Niederlagen von Jan Stetzer und Luis Ostheimer, standen die Siege von Benedikt Henning und Tanini Kader gegenüber. Die Hoffnungen auf ein Unentschieden nach den Einzeln ruhten jetzt auf den an Position 1 spielenden

Joel Link. Viele lange Ballwechsel prägten dessen Match und im 3. Satz schien es, als könnte Joel nach einer 4:2 Führung das Match nach Hause bringen. Doch leider verlor er am Ende entkräftet mit 4:6. Auch die Doppel konnten keine Wende mehr herbeiführen, so dass das Spiel mit 3:6 verloren wurde.

Mit dieser schmerzhaften Niederlage für den FTC 1914 in der Hessenliga der Jugend, riss auch eine dreijährige Erfolgsserie mit 18 Siegen in Folge.

In den beiden ausstehenden Partien kam es noch zu einem Sieg gegen die Eintracht und einer knappen Niederlage gegen RW Sprendlingen, was am Ende Tabellenplatz 2 bedeutete.

Für die neue Saison gelang es Trainer Klaus Schäck wieder ein starkes Team auf die Beine zu stellen, das alle Möglichkeiten hat, wieder um den Hessenliga Titel 2015 mitzuspielen.

### Junioren U18/4 steigen in die Bezirksliga A auf

Mit 10:0 Punkten und 28:2 Matchpunkten gelang der U18/4 um Mannschaftsführer Constantin Jung eindrucksvoll das Projekt Aufstieg. Organisationstalent Constantin Jung schaffte es immer wieder, eine starke Mannschaft an den Start zu bringen. Glückwunsch an das ganze Team mit Raphael Wiener, Johannes Hofmann, Leonard Hübner, Moritz Wendt, Vincent Hromadnik, Marc Herrmann und Max Balthasar.

*now had to hope for a draw in the match between Darmstadt and TC am Bingert, which is what happened. The great count was thus begun, and the boys managed to advance into the Hessen final with a one-set lead.*

**At the Hessen Final**, which took place in the sports hall of the HTV in Offenbach, the team played against Spielgemeinschaft Bad Soden Salmünster/ Wächtersbach/Birstein. While Sven Corbinais and Moritz Rauser suffered defeat in their singles matches, Clemens Kamlah and Lennart Ostheimer were able to score points for FTC Palmengarten. In the subsequent doubles matches, both teams won one encounter each. As in the group phase, it came down to set advantages to decide the winner. Unfortunately, luck was on the side of our opponents this time, who won one set more. Despite the frustration, this was a great performance by our team, which is set to enjoy plenty of success in the future.

### U14 Boys confidently win the District Championship

*The U14 team won the district championship thanks to outstanding play. Unbeaten with 16:0 points, they left their competition far behind. This is particularly remarkable because two of the players – Lukas Prokot and Tim Fischer – were absent due to injury throughout almost the entire round. The team's core, consisting of Tim Ostheimer, Daniel Türk and Raphael Wiener, showed great team spirit and put in reliable performances. Thanks to top player Oliver Tobisch, we won the important match against Eintracht. Daniel Türk and Oliver Tobisch were unfortunately unable to play in the final Hessen round. With the team thus weakened, it was no surprise that the matches against TC Bierstadt and MSG RW Groß-Gerau/TVH Rüsselsheim were lost 2:4 and 1:5 respectively.*

*On the whole this was a great shame, as a full-strength team could have beaten both opponents, and a great opportunity to advance into the Hessen Final was missed.*



## Bezirksmeister Juniorinnen U10

Nach dem 2. Platz im letzten Jahr schaffte die U10 Mädchenmannschaft diesmal den Sprung an die Spitze und sicherte sich überlegen mit 12:0 Punkten und 34:2 Matchpunkten die Bezirksmeisterschaft. Das Team um Mannschaftsführerin Janina Rothenberger, Gaya Hauck, Saskia Tristani und Sophia Listmann glänzte mit vorbildlichem Teamgeist und ging danach hochmotiviert in die Endrunde zur Hessenmeisterschaft.

Dort trafen die Mädels auf den TC Bensheim. Nachdem das Hinspiel mit 1:5 verloren ging, versuchte das Team im Rückspiel nochmal alles um das Match zu drehen. Letztendlich hatte aber auch hier der TC Bensheim mit 4:2 die Nase vorn. Glückwunsch an die Mädels für eine tolle Saison.

## Die Juniorinnen U18 auf Platz 1 in der Gruppenliga

Den Juniorinnen U18/1 gelang im zweiten Jahr mit Platz 1 auf Landesebene ein toller Erfolg. Das Team mit Julia

Kischka, Samira Brühl Mannschaftsführerin Julia Rauser, Cora Barber, und Marie Erlen blieb in der gesamten Runde ungeschlagen. Am Ende standen 5 Siege und 2 Unentschieden zu Buche, was mit 12:2 Punkten und zwei Punkten Vorsprung vor dem Tabellenzweiten den Spitzenplatz bedeutete.

## FTC 1914 Palmengarten dominiert die U12 Konkurrenz bei den Hallenbezirksmeisterschaften 2015

Bei den Hallenbezirksmeisterschaften – Ende Januar in Maintal machten mit Lennart Ostheimer und Clemens Kamlah gleich zwei FTC Talente den Titel der U12 unter sich aus. Beide spielten sich mit klaren Zweisatz-Erfolgen in das Finale.

In einem guten Endspiel setzte sich Clemens letztlich ungefährdet mit 6:2, 6:1 durch und sicherte sich – nach seinem Sieg letztes Jahr im Freien – auch den Titel in der Halle.

Die Endspieleteilnehmer bei den Hallenbezirksmeisterschaften der U12: Lennart Ostheimer und Clemens Kamlah.

NIKE . MDC . SPORTALM . AUSTRALIAN  
K-SWISS . WILSON . DUNLOP . HEAD .

# WHITESPORTS



## MODE, AUSSTATTUNG UND SERVICE:

TENNIS-SHOP WHITESPORTS im Foyer des FTC 1914 Palmengarten



DIE ENDSPIELTEILNEHMER BEI DEN HALLENBEZIRKSMEISTERSCHAFTEN DER U12/ THE PLAYERS IN THE FINAL OF THE U12 DISTRICT INDOOR CHAMPIONSHIPS: LENNART OSTHEIMER UND CLEMENS KAMLAH

### **Benedikt Henning triumphiert bei den Hessischen Jugend Hallen Meisterschaften**

Bei den im Landesleistungszentrum in Offenbach stattfindenden Hessischen Jugend-Hallenmeisterschaften spielte FTC Nachwuchs-Talent Benny Henning groß auf.

An Position 2 gesetzt, erreichte er mit klaren Zweisatz-Siegen das Endspiel der U18 Konkurrenz. Dort traf er auf den Topgesetzten Jan Niklas Vrysky. In einem hochklassigen Finale behielt Benny mit 6:7, 6:4, 6:3 die Oberhand und sicherte sich den Titel des Hessenmeisters.

### **Bei den Hessischen Jüngstenmeisterschaften der U12**

konnte FTC Nachwuchstalent Clemens Kamlah mit guten Leistungen glänzen. Mit ungefährdeten Zweisatzsiegen erreichte er das Halbfinale. Dort unterlag er dem Topgesetzten Neo Niedner in zwei Sätzen.

### **The U18 Boys just miss out on the triple and become Vice-Hessen Champions**

The team comprising coach Klaus Schäck and Joel Link, the current Hessen indoor champion Benedikt Henning, team captain Kai Stetzer, Tanini Kader, Jan Stetzer and Luis Ostheimer were determined to gain the triple and become Hessen Champions three times in a row.

With great team spirit and enthusiasm, the team kicked off with a string of victories – 6:3 against Bad Vilbel, 6:3 against Tus Griesheim, 7:2 against TV Kronberg and 5:4 against Nieder-Roden – and thereby led the table in the Hessen league.

The fifth day of play saw the final against TC Eschborn. Even before play began, the auspices were far from good. Top player Zdenek Kolar cancelled at short notice for no good reason, and Kai Stetzer was unable to play due to injury. Thus Oliver Tobisch, who had only just turned 14, had to sub in at short notice. He played a great match against his opponent, who was three years older than him, and only had to concede defeat in a somewhat unfortunate tie-break in the third set.

Defeats for Jan Stetzer and Luis Ostheimer were balanced out by victories for Benedikt Henning and Tanini Kader. Hopes for a draw after the singles matches rested on the shoulders of number one player Joel Link. His match was characterised

by many long volleys, and in the third set it looked like Joel might be able to carry the match with his 4:2 lead. But he unfortunately ran out of steam and lost 4:6. The tide could not be turned in the doubles matches, with play being lost 3:6.

This painful defeat for FTC Palmengarten in the Junior Hessen league brought to a close a three-year run of success with 18 victories.

In the two pending matches, the team was still able to secure a victory against Eintracht, and suffered a close defeat against RW Spredlingen, which resulted in an overall second place in the league table.

For the new season, coach Klaus Schäck has once again managed to assemble a strong team which has every chance of taking the 2015 Hessen League title.

### **U18/4 Boys ascend to the District League A**

With 10:0 points and 28:2 match points, the U18/4 team under captain Constantin Jung achieved an impressive ascent. The talented organiser Constantin Jung managed time and again to get a strong team on court. Congratulations to the whole team, comprising Raphael Wiener, Johannes Hofmann, Leonard Hübner, Moritz Wendt, Vincent Hromadnik, Marc Herrmann and Max Balthasar.

### **Jugend-Teamspieler des Jahres: Clemens Kamlah**

In der gesamten Teamrunde 2014 keinen einzigen Satz abgegeben. 11:0 gewonnene Spiele im Einzel bei der U12. Dazu noch 12:1 Siege im Doppel und weitere 2 Siege bei seinen Einsätzen in der U 14 /1 und 12:1 Siege im Doppel. Mit dieser imposanten Bilanz hat Clemens Kamlah nicht nur einen wichtigen Anteil an der Vize-Hessenmeisterschaft der U12, sondern ist auch hochverdient der Teamspieler des Jahres 2014.

Zudem wurde er in den HTV Kader berufen und gewann gleich mit der HTV Auswahl den DTB Talent Cup in Essen. Clemens zeichnet sich durch seine konzentrierte Art aus, sein Wille zum Sieg und die Bereitschaft, um jeden einzelnen Punkt zu kämpfen. Dabei ist er mit seiner Bescheidenheit und Zuverlässigkeit ein echter Sympathieträger für sein Team, seine Trainingskameraden und den ganzen Club. Herzlichen Glückwunsch Clemens, der FTC Palmengarten dankt dir für deine Leistungen und deinen vorbildlichen Einsatz.



CLEMENS KAMLAH: JUGEND-TEAMSPIELER DES JAHRES 2014  
JUNIOR TEAM PLAYER OF THE YEAR

### **U10 Girls become District Champions**

*Following their second place last year, the U10 Girls team this time managed the leap to the top, winning the District Championship with a confident 12:0 points and 34:2 match points. The team under captain Janina Rothenberger and comprising Gaya Hauck, Saskia Tristani and Sophia Listmann shone out thanks to exemplary team spirit, and then went into the final round for the Hessen League with great levels of motivation.*

*Here the girls encountered TC Bensheim. After losing the first-round match 1:5, the team gave it their all to turn the tide during the second-round match. Unfortunately, TC Bensheim once again came out on top with a 4:2 result. Congratulations to the girls for a great season.*

### **U18 Girls take first place in the Group League**

*For the second year running, the U18/1 Girls team won a great success by taking first place at state level. The team comprising Julia Kischka, Samira Brühl, team captain Julia Rauser, Cora Barber and Marie Erlen remained unbeaten throughout the entire round. They finished the round with two wins and five draws, which with 12:2 points and a two-point lead over the table's second-place team meant victory for the girls.*

### **FTC Palmengarten dominates the U12 competition at the Indoor District Championships 2015**

*At the Indoor District Championships at the end of January in Maintal, Lennart Ostheimer and Clemens Kamlah, two FTC talents, had to decide the U12 title among themselves. Both advanced into the finals with clear two-set victories.*

*During a good final, Clemens was able to confidently dominate with 6:2, 6:1, and – following his outdoor victory last year – also managed to secure his indoor title.*

### **Benedikt Henning triumphs at the Hessen Junior Indoor Championships**

*FTC junior talent Benedikt Henning played brilliantly at the Hessen Junior Indoor Championships held in the Landesleistungszentrum (state sports centre) in Offenbach. Achieving second place, he reached the final of the U18 competition with clear two-set victories. In the final, he encountered the number-one player Jan Niklas Vrysby. In a high-class final, Benny dominated with 6:7, 6:4 and 6:3, thereby taking the title of Hessen Champion.*

*In the U12 Hessen Youngest Championships, FTC junior talent Clemens Kamlah was able to shine with top performances. He reached the semi-final with confident two-set victories. There he was defeated in two sets by number one player Neo Niedner.*

### Turniercamp 2014

In der ersten Ferienwoche gab es für alle Mannschaftsspieler, die Gelegenheit, Turnierpraxis zu sammeln, die Ranglistenposition und die LK bei einem offiziellen Deutschen Jugendranglisten-Turnier zu verbessern. Mit gemeinsamen Taktik-, Match- und Mentaltraining wurde sich gezielt auf das Turnier vorbereitet. Trainer Klaus Schäck analysierte die Turniermatches und gab danach wertvolle Verbesserungstipps.

Marie Erlen gelang dabei der große Wurf. Sie gewann souverän den U14 Wettbewerb.

### Leonard Wagner: Südhessischer U9 Meister

Mit glänzenden Leistungen und ohne Satzverlust gewann FTC Nachwuchstalent Leonard Wagner in Darmstadt die Südhessischen U9 Meisterschaften. Es ist der bisher größte Erfolg seiner noch jungen Tenniskarriere. Weiter so Lenny!



MARIE ERLLEN GEWANN ÜBERLEGEN DIE U14 KONKURRENZ  
MARIE ERLLEN CONFIDENTLY BEAT HER U14 COMPETITION



LEONARD WAGNER BEI EINER TOPSPIN VORHAND  
LEONARD WAGNER HITTING A TOPSPIN FOREHAND

### Junior Team Player of the Year: Clemens Kamlah

During the entire 2014 team round, he never conceded a single set. He won 11:0 matches in the U12 singles. He also secured two additional victories during play in the U14/1 and 12:1 wins during doubles.

With this impressive result, Clemens Kamlah not only provided an important contribution to the U12 becoming Vice-Hessen Champions, but has also taken the well-deserved title of 2014 Team Player of the Year. He was also drafted into the HTV squad, and together with the HTV selection went straight on to win the DTB Talent Cup in Essen.

In training and competition, Clemens stands out thanks to his great degree of focus. Particularly noteworthy are his competitive spirit and willingness to fight for every point. His modesty and reliability make him very popular among his team, training partners and the entire club.

Congratulations Clemens, FTC Palmengarten thanks you for your achievements and your exemplary dedication.

### Tournament camp 2014

During the first holiday week, all team players had the opportunity to gain some tournament experience, to set ranking positions and to improve the LK at an official tournament. With group coaching on tactics, match preparation and mental attitude, players were prepared for the tournament in a targeted fashion. Coach Klaus Schäck analysed the tournament matches and subsequently provided valuable tips for improvement.

Victory went to Maria Erlen, who confidently won the U14 tournament.

### Leonard Wagner wins the South Hessen U9 Championships

With a sterling performance and without losing a set, FTC junior talent Leonard Wagner won the South Hessen U9 Championships in Darmstadt. It is the greatest success in Leonard's only recently-launched tennis career.

# FUN • FUN • FUN

KIDS CAMPS IM FTC-SOMMER

## KINDER- UND FERIENCAMP 2014

VON UND MIT TORSTEN HAMM & CHRISTIAN MARTEN

### Feriencamp 2014

Traditionell gut besucht, fand auch im vergangenen Sommer 2014 in der ersten Ferienwoche das Tennisferiencamp für Kinder – von und mit Torsten Hamm und Christian Marten – statt. Bei hochsommerlichen Temperaturen tobten sich die Kids von morgens bis nachmittags aus: Technik, Taktik, Koordination, Kondition und auch andere Ballsportarten standen auf dem Programm. Die aufregende Woche voller Spaß und Action endete wie immer mit einem Turnier und einer Preisverleihung.





**!**  
**FERIENCAMP**  
**27. - 31.07. 2015**  
 TÄGLICH VON  
 9.30 – 15.00 UHR



ALLES SIEGER: DIE KIDS VOM SOMMERCAMP / EACH ONE A WINNER: THE KIDS FROM SUMMER CAMP

**!**  
**HOLIDAY CAMP 2015**  
 from MONDAY 27.07.  
 – FRIDAY 31.07.2015  
 9.30 a.m. – 3 p.m.

## HOLIDAY CAMP 2014

**TORSTEN HAMM AND  
 CHRISTIAN MARTEN**

### **Ferriencamp 2014**

■ The tennis holiday camp for kids, which has traditionally been well attended, took place once again with Torsten Hamm and Christian Marten during the first week of the holiday. From morning to afternoon, the children were able to work on their technique, tactics, coordination, and conditioning, and play various different ball sports to their heart's content while enjoying the summer heat. As always, the week concluded with a tournament and an awards presentation. Holiday Camp 2015 from Mon 27.07. – Fr 31.07.2015, 9.30 a.m. – 3 p.m.

## SOMMERTRAININGSCAMP 2014

SPIEL, SPASS UND ACTION MIT KLAUS SCHÄCK



DER SPASS IST IHNEN INS GESICHT GESCHRIEBEN: DIE TEILNEHMER DES SOMMERCAMP  
YOU CAN SEE THE ENJOYMENT ON THEIR FACES: THE SUMMER CAMP PARTICIPANTS

### Sommercamp 2014 mit Klaus Schäck

Jede Menge Spiel, Spaß und Action bei den Sommercamps. Wie jedes Jahr veranstaltete Trainer Klaus Schäck in der zweiten und letzten Ferienwoche das beliebte Sommertrainingscamp für alle Kinder und Jugendliche. Auf dem Tagesprogramm standen vielfältige motorische Konditions- und Koordinationsübungen, Ballspiele wie Hockey, Baseball und Fußball und natürlich jede Menge Tennis. Ein Abenteuerspiel mit Schatzsuche rundete das erlebnisreiche Programm ab.

Beim traditionellem Abschlussturnier zeigten alle Kids noch einmal vollen Einsatz, der mit zahlreichen Preisen und Pokalen belohnt wurde.

### Sommercamp 2014 with Klaus Schäck

The summer camps always offer plenty of play, fun and action. The same as every year, coach Klaus Schäck organised the popular summer camp for all children and young people during the second and last week of the holidays. The activities programme included lots of motor conditioning and coordination exercises, ball games such as hockey, baseball and football, and of course plenty of tennis. An adventure game and treasure hunt rounded off the action-packed programme. During the traditional final tournament, all the kids once more showed complete dedication, which was rewarded with numerous prizes and trophies.



UND NOCH MEHR SIEGER: DIE KIDS VOM KLAUS-SCHÄCK-SOMMERCAMP  
EVEN MORE WINNERS: THE KIDS FROM KLAUS-SCHÄCK-SUMMER CAMP

# ALLE WEITEREN MANNSCHAFTEN

## IM GROSSEN ÜBERBLICK

Neben den ersten beiden Mannschaften der U8 trat auch noch eine dritte Mannschaft an – und schlug sich sehr wacker. Es spielten häufig: Linus Kollmannsperger, Adrian Keller, Tal Oppenheimer, Leonard Giessen, Sascha Meyer, Fernanda Baum, Sebastian Tadros. Alles in allem zeigt sich: die Jüngsten des FTC 1914 Palmengarten sind richtig stark – oder auch: Tennisspielen lernt man bei unseren Trainern hervorragend.

Die zweite Mannschaft U10 spielte wie die 1. Mannschaft in der Bezirksoberliga A und trat mit den Mädels Carla Jaecker, Josephine Hellauer, Jule Rothenberger, Clara Hofmann Gonzalez und Anne-Sophie Hohmann an. Das Team erkämpfte sich einen guten Platz im Mittelfeld.

Bei den Jungs spielten sowohl die erste wie auch die zweite Mannschaft in der Bezirksoberliga. Für die U10-Mannschaft I spielten Dan Nicholas Balon, Leonard Wagner, Filip Marinovic und Philipp Diaconescu. Sie erwischten die wohl stärkere der beiden Bezirksoberliga-Gruppen und erkämpften sich den dritten Platz. In der zweiten, wohl etwas schwächeren Gruppe verpasste unsere 2. Mannschaft sogar knapp

den Spitzenplatz. Es spielten Lenni Jäckel, Aaron Müller, Ben Küppers, Leopold Höpfner, Paul Gehlen.

Die 1. Mannschaft der U12 Mädchen verpassten knapp den 1. Platz der Bezirksoberliga; es entschied sich erst nach Sätzen, dass TV Heimgarten den Vorsprung hatte und Bezirksmeister wurde. Es spielten Menia-Luna Kappus, Aviv Oppenheimer, Jana Carolina Warwitz, Julia Listmann, Viktoria Geißler. Die zweite Mannschaft, in der Viktoria Geißler, Lilli Mann, Emiliy Entchev, Alexandra Wille Mas, Janet Biniam, Julia Marhic in der Bezirksliga kämpften, gewann jedes Match in der Bezirksliga A und stieg somit auf in die Bezirksoberliga!

Die 2. Mannschaft der U12 der Jungs mit Max von Oertzen, Jack Tristani, Dan Nicholas Balon, Sören Fechner, Leonhard Gregor spielte bereits dieses Jahr in der Bezirksoberliga und erreichte einen souveränen Platz im Mittelfeld. Das war längst nicht alles, denn wir haben auch noch die 3. Mannschaft der U12, die in der Bezirksliga aufschlug: Torben Fechner, Andrei Agustin Lievana, Leonhard Gregor, Janis Jaden, Marc Naftaliev und Leonhard Wagner.

■ *The first two U8 teams were joined by a third – which managed to put in an impressive performance. Frequent players were: Linus Kollmannsperger, Adrian Keller, Tal Oppenheimer, Leonard Giessen, Sascha Meyer, Fernanda Baum and Sebastian Tadros. Overall, we can see that FTC 1914 Palmengarten's youngest are really good – or that our coaches are outstanding at teaching tennis.*

*Like the first team, the second U10 team played in the District Top League A, and comprised the players Carla Jaecker, Josephine Hellauer, Jule Rothenberger, Clara Hofmann Gonzalez and Anne-Sophie Hohmann. The team achieved a good middle position.*

*The first and second boys' teams both played in the District Top league. The players on the U10 Boys I team were Dan Nicholas Balon, Leonard Wagner, Filip Marinovic and Philipp Diaconescu. They wound up in the stronger of the two District Top league groups and fought hard for their third-place position. In the second, slightly weaker group, our second team just missed out on top position. The team comprised Lenni Jäckel, Aaron Müller, Ben Küppers, Leopold Höpfner and Paul Gehlen.*

*The U12 Girls I team just missed out on first place in the District Top League; it took several sets for TV Heimgarten to emerge as the leaders and take the District Champions title. The Girls I team comprised Menia-Luna Kappus, Aviv Oppenheimer, Jana Carolina Warwitz, Julia Listmann and Viktoria Geißler. The second team, in which Viktoria Geißler, Lilli Mann, Emiliy Entchev, Alexandra Wille Mas, Janet Biniam and Julia Marhic played in the District League, won every match in the District League A, and thus ascended to the District Top League!*

*The U12 Boys II team with Max von Oertzen, Jack Tristani, Dan Nicholas Balon, Sören Fechner and Leonhard Gregor already got to play in the District Top League this year, achieving a confident middle position. And that was by no means all, as we also have our U12 III team, which played in the District League: Torben Fechner, Andrei Agustin Lievana, Leonhard Gregor, Janis Jaden, Marc Naftaliev and Leonhard Wagner.*

*The U14 Girls I team with Samira Brühl, Marie Erlen, Jael Fahrenkrog and Menia-Luna Kappus, Livia-Maria Kappus and Elis Steingraf played in the*

ALL  
REMAINING  
TEAMS

A BIG  
OVERVIEW



Die 1. Mannschaft der U14 Mädchen spielte mit Samira Brühl, Marie Erlen, Jael Fahrenkrog und Menia-Luna Kappus, Livia-Maria Kappus, Elis Steingraf in der Bezirksoberliga. Hinter den dieses Jahr stärkeren Mädels vom SC 1880 und TV Heimgarten wurden unser sehr gutes Team dritter. Die U14 - II Mädchen kämpfte in der Bezirksliga A und erreichten einen sehr guten 4. Platz: Aviv Oppenheimer, Eliz Steingraf, Alana Becker, Antonia Frings, Maria Ciara Lazeta, Nerea von Oertzen, Alexandra Wille Mas, Julia Marhic, Katharina Wille Mas.

Die U14- II der Jungs stieg von der Bezirksliga in die Bezirksoberliga auf: Herzlichen Glückwunsch an Ben Robin Oker, Vincent Hromadnik, Sven Corbinais, Clemens Kamalah, Louis Janis, Moritz Rauser, Lennart Ostheimer, Max von Oertzen, Gabriel Wiener. Und die 3. U14-Mannschaft schließlich verblieb mit einer stabilen Mittelfeldleistung in der Bezirksliga A. Es spielten: Moritz Wendt, Niklas Balthasar, Marc Herrmann, Linus Hofmann, Tim Schulz, Ron

Endzweig, Johannes Gregor, Sören Fechner, Agustin Andrei Lievana. In diesem Jungsalter ist der FTC noch stärker besetzt, dass wir auch noch eine 4. Mannschaft haben, die in der Bezirksliga B spielte (4. Platz): Guter Einsatz der Jungs Gabriel Wiener, Linus Hofmann, Ron Endzweig, Johannes Gregor, Leonhard Gregor, Sören Fechner, Tarik Hakan Fiebiger, die abwechselnd dort aufschlugen.

Die zweite Mannschaft U18 Juniorinnen erreichte in der Bezirksliga A einen sehr guten 4. Platz. Es spielten: Marie Erlen, Zoe Rossmeissl, Jael Fahrenkrog, Selin und Eliz Steingraf, Livia-Maria Kappus, Nina Reuner.

Die Junioren II U18 spielen in der kommenden Saison wie auch in der letzten in der Gruppenliga. Es spielten Oliver Tobisch, Tim Fischer, Nicolas Fischer, Can Aras Thierhoff, Tim Ostheimer, Valentin Hromadnik, Daniel und Dennis Türk, Maximilian Pauly, Luca Diaconescu. In der Bezirksoberliga trifft das Team im kommenden Jahr auf die 3. Mannschaft, die mit einem 4. Platz sehr gut abschloss.

## EFFIZIENT MIT KUNDEN KOMMUNIZIEREN!

# WIR HABEN DIE LÖSUNG FÜR SIE!



DAW

### UNSERE LEISTUNGEN

Kompetenz und Effizienz sorgen für fair kalkulierte Preise und umfangreichen Fullservice in den Bereichen Direktmarketing, Datenmanagement und Lettershop. Dadurch können wir nicht nur kostengünstig, sondern auch schnell und flexibel Projekte realisieren.

Darüber hinaus bieten wir Ihnen die sogenannte „On-Demand“-Verarbeitung, sowie hohe Sicherheitsstandards im Umgang Ihrer Daten.

- Adressaufbereitung + Adressmanagement
- Tagespost Druck von Rechnungen, Mahnungen, Verträgen, Kontoauszügen AFP, TFA, PDF und weitere Formate optimiert versenden
- Mailing-Produktion und Versand Selfmailer, klassische Mailings
- Postservice



TRAINING IM FREIEN BEIM FRÜHLINGSERWACHEN / OUTDOOR TRAINING IN EARLY SPRING

NEWS

Wir wollen in diesem Jahr das Clubleben unserer Kids und Teens etwas verstärken. Daher haben wir unter anderem das Konzept der „Treff-Punkte“ eingefügt. Dazu gehört zum Beispiel das neue Konditionstraining, das ab Mitte April von der Sportwissenschaftlerin und erfahrenen Tenniskonditionstrainerin für Kinder Cathrin Koch montags auf der Anlage des FTC 1914 Palmengarten gegeben wird. Insbesondere unsere Mannschaftskinder sollen dort trainiert werden – und sich „nebenbei“ über einzelne Teams hinweg noch besser kennenlernen.

Auch das „Freie Spiel“ ist etwas Neues in der Tennissaison 2015. Donnerstags ab 15:30 Uhr werden Jürgen Hackauff und einige Spieler und Spielerinnen der 1./2. Herren und 1. Damen die Kids und Jugendlichen locker einteilen: es darf Einzel, Doppel und auch mal Mixed gespielt werden. Und die Experten geben Tipps. Auch hier setzen wir auf Altersdurchmischung und Spielfreude. Wir freuen uns auf rege Teilnahme und wünschen allen viel Spaß! SH

■ *This year, we want to consolidate club life a little for our kids and teens. This is why we have incorporated our “meeting points” concept, among other things. These for example include our new conditioning training sessions, which will be held on Monday from mid-April at the FTC 1914 Palmengarten facilities and supervised by sports scientists and experienced children’s tennis conditioning coach Cathrin Koch. Out team players should particularly join in with these sessions – and thus also “happen” to get to know each other better across the different teams.*

*“Freestyle play” is also new this 2015 season. At 3.30 p.m. on Thursday, Jürgen Hackauff and some players from the Men I and II teams and First Ladies’ team will loosely allocate the kids into different groups for singles, doubles and mixed play. And there will be tips from the experts, too. Here we will once focus on mixing up the ages and having plenty of fun. We look forward to good attendance figures, and wish everyone lots of fun. SH*

2015

NEWS

2015

NEWS

2015

NEWS



DA IST LEBEN IN DER BUDE / THINGS ARE GETTING LIVELY

Es spielten: Oliver Pajc, Daniel Türk, Luka Diaconescu, Maximilian Pauly, Raphael Wiener, Ben Robin Oker, Max Balthasar, Valentin und Vincent Hromadnik, Johannes Hofmann.

Die glänzenden Leistungen aller Teams und die tolle Technik, mit der die Tennis-Kids und -teens des FTC 1914 Palmengarten spielen, zeigen, dass hinter der

Jugendarbeit des FTC sehr viel gutes Training steht – und dass die vielen Jungen und Mädchen neben Talent und Fleiß auch viel Siegeswillen und Teamgeist mitbringen.

In der laufenden Saison 2015 haben wir insgesamt 26 Mannschaften gemeldet, was einen neuen Rekord bedeutet! Allen Kids viel Spaß und gute Spiele wünschen wir!

*Sonja Höpfner (Vorstand Jüngstenwartin – bis U14)*

*District Top League. Our excellent team came third behind the stronger SC 1880 and TV Heimgarten teams. The U14 Girls II team fought in the District League A and achieved a good fourth place: Aviva Oppenheimer, Eliz Steingraf, Alana Becker, Antonia Frings, Maria Ciara Lazeta, Nerea von Oertzen, Alexandra Wille Mas, Julia Marhic and Katharina Wille Mas.*

*The U14 Boys II team ascended from the District League to the District Top League: congratulations to Ben Robin Oker, Vincent Hromadnik, Sven Corbinais, Clemens Kamlah, Louis Janis, Moritz Rauser, Lennart Ostheimer, Max von Oertzen and Gabriel Wiener. And the U14 III team managed to remain in the District League A with a consistent midfield performance. The players were: Moritz Wendt, Niklas Balthasar, Marc Herrmann, Linus Hofmann, Tim Schulz, Ron Endzweig, Johannes Gregor, Sören Fechner and Agustin Andrei Lievana. FTC has many male players in this age group, so that we also have a fourth team which played in the District League B (fourth place): a good performance by Gabriel Wiener, Linus Hofmann, Ron Endzweig, Johannes Gregor, Leonhard Gregor, Sören Fechner and Tarik Hakan Fiebiger, who took turns playing.*

*The U18 Girls II team reached a very good fourth place in the District League A. The players were:*

*Marie Erlen, Zoe Rossmeyssl, Jael Fahrenkrog, Selin and Eliz Steingraf, Livia-Maria Kappus and Nina Reuner.*

*The U18 Boys II team will be playing in the group league this season, as they did in the previous season. The players were Oliver Tobisch, Tim Fischer, Nicolas Fischer, Can Aras Thierhoff, Tim Ostheimer, Valentin Hromadnik, Daniel and Dennis Türk, Maximilian Pauly and Luca Diaconescu. In the District Top League, this season the team will play against the third team, which finished with an excellent fourth-place position. The players were: Oliver Pajc, Daniel Türk, Luka Diaconescu, Maximilian Pauly, Raphael Wiener, Ben Robin Oker, Max Balthasar, Valentin and Vincent Hromadnik and Johannes Hofmann.*

*The outstanding performances of all teams and the great technique demonstrated by every tennis-playing kid and teen at FTC 191Palmengarten shows that the junior training at FTC involves excellent coaching – and that the many boys and girls demonstrate not only talent and diligence, but also competitiveness and team spirit.*

*In the ongoing 2015 season, we have registered a total of 26 teams, which is a new record! We wish every kid and teenager lots of fun and good matches!*

*Sonja Höpfner (Head of Junior Coaching – up to U14)*



## DAS WAR WAS GANZ BESONDERES

**Benedikt Henning ist im Februar hessischer Jugendmeister in der Halle geworden. Der 18-jährige spielte bereits in der letzten Saison in der U18-Mannschaft des FTC 1914 Palmengarten und wurde mit seinem Team hessischer Vizemeister. Dieses Jahr unterstützt er nicht nur die Jugend sondern auch die Hessenliga-Mannschaft der Herren des FTC 1914 Palmengarten.**

**Benedikt, Du hattest ja bereits 6 mal die hessischen Jugendmeisterschaften gewonnen – immer in Deiner jeweiligen Altersklasse. Dieses Jahr warst Du dann in der ältesten Klasse siegreich und wurdest somit Hessischer Jugendmeister – herzlichen Glückwunsch. Was war das für ein Gefühl?**

Ein ganz besonderes, denn es ist das höchste, was ich in der Jugend in Hessen erreichen konnte. Es war ein sehr enges Finale auf hohem Niveau. Im dritten Satz bekam ich Krämpfe, ich kämpfte mich irgendwie durch. Als ich mich nach dem Sieg auf die Bank setzte, kam der Krampf wieder. Aber: ich hatte es geschafft.

**Dabei machst Du dieses Jahr Abitur ...**

Ja ... ich spiele momentan nur zwei bis dreimal pro Woche. **Das Abitur – jemals daran gedacht, es nicht zu machen – und Tennisprofi zu werden?**

Nein, das war nie ein Gedanke. Ich will auch studieren: wahrscheinlich Psychologie in den USA.

**Da kann man bestens Tennis und Studium verbinden. Dort wird ja professionell in den Tennisteam an den Unis trainiert.**

Ja, das will ich auch: mit einem Tennisstipendium in die USA gehen und dann gucken, wie es ist, aber das Studium ist mir auch wichtig. Wenn ich sehe, dass ich mich mit viel

WWW.LIXENFELD-RECHTSANWAELTIN.DE

SEIT 1989



RECHTSANWÄLTIN

# LIXENFELD

**FAMILIENRECHT  
STRAFRECHT**

BERATUNG  
KONFLIKTMANAGEMENT  
GERICHTSVERFAHREN

MITTELWEG 45 60318 FRANKFURT AM MAIN TELEFON 069-5962015

Training noch verbessere, dann versuche ich eventuell mal ein paar Profiturniere.

**Wann hast du angefangen Tennis zu spielen?**

Mit sechs Jahren in Bad Hersfeld. Mir hat dann ziemlich schnell jemand gesagt, dass ich Talent habe und mich zu Jutta Fahlbusch in Kassel geschickt. Sie ist eine tolle Trainerin und mit ihr ging es dann richtig los.

**Das erste Mal wurdest Du ja bei den U 10, bei den unter 10- jährigen, bereits hessischer Meister. Dann warst Du immer unter den ersten zwei Deines Alters. Sicherlich hast Du da auch viel trainiert. Meinst Du, dass Du was verpasst hast?**

Nein, ich habe Tennis immer geliebt. Keiner hat mir Druck gemacht. Das wollte ich immer selbst. Und ich habe mich

auch immer mit Freunden getroffen. Gehe auch heute gern weg – aber nur wenn ich kein Turnier spiele.

**Warum hast Du dich für den FTC 1914 entschieden, gleichwohl Du doch weit weg wohnst?**

Der FTC 1914 Palmengarten ist einfach ein Kandidat für die hessische Mannschaftsmeisterschaft – das hat mich gereizt. Und ich mag das Team. Dieses Jahr will ich dann auch bei den Herren für den Club antreten, die Stimmung ist gut und die Bedingungen optimal. Wenn ich mein Abitur in ein paar Wochen in der Tasche habe, dann kann ich auch mal zum Training kommen. Meinen Führerschein habe ich noch nicht – dazu war neben Schule und Tennis noch keine Zeit. Bis ich ihn habe, fährt mein Papa mich weiter.

*Das Interview führt Sonja Höpfner*

THAT WAS TRULY SPECIAL

■ **In February, Benedikt Henning became the junior champion on the indoor court. Benedikt, who turned 18 in April, already played in the FTC 1914 Palmengarten U18 squad last year and together with his team became Hessen vice-champion. This year, he is not only supporting the juniors but also the FTC men's Hessen League squad.**

**Benedikt, you have previously already won the Hessen Junior Championship 6 times – always in your respective age class. This year you obtained victory in the oldest class and thus became the Hessen junior champion – congratulations. How did it feel?**

*It was a truly special feeling, because it's the pinnacle of what I can achieve as a junior in Hessen. It was a very closely-fought final at a very high level. I started getting cramps in the third set, but I somehow battled through it. After I'd won and sat down on the bench, the cramp returned. But I'd managed it.*

**And yet you're doing your Abitur (final school exams) this year...**

*Yes... I'm currently only playing two to three times a week.*

**Your Abitur – ever thought about not doing it and becoming a tennis pro instead?**

*No, that's never been the plan. And I want to go to university: probably to study psychology in the USA.*

**It's the ideal place to combine tennis with studying. They provide the university tennis teams with professional training.**

*Yes, that's what I want: to go to the USA on a tennis scholarship and see what it's like. But studying is also important to me. If I notice that I improve with lots of training, then I might try to play in a few professional tournaments.*

**When did you start playing tennis?**

*At the age of six, in Bad Hersfeld. Someone told me pretty early on that I had talent, and they sent me to Jutta Fahlbusch in Kassel. She is a great coach, and that's when things really took off for me.*

**The first time, you already became the Hessen champion in the U 10, i.e. the under-10s. Then you were always among the top two in your age class. You were probably doing a lot of training. Do you feel like you have missed out on anything?**

*No, I have always really loved tennis. No one put any pressure on me. It's something I always wanted myself. And I always got to meet up with my friends. I also enjoy going out – just not when I'm playing in a tournament.*

**Why did you decide on FTC 1914, even though you live quite far away?**

*FTC 1914 Palmengarten is simply a candidate for the Hessen Team Championship – that appealed to me. And I like the team. This year I also want to play for the club as a senior – the atmosphere is good and the conditions ideal. Once I have completed my Abitur in a few weeks' time, I can come along to some of the training sessions. I don't have my driver's licence yet – there hasn't been time, what with school and tennis. Until I've got my licence, my dad will continue to drive me.*

*The interview was conducted by Sonja Höpfner*

# 100 JAHRE FTC 1914 Palmengarten e.V.



Clubpräsident Dr. Ingo Mantzke blickt zurück auf 100 Jahre FTC 1914 Palmengarten

*Club President Dr. Ingo Mantzke looks back on 100 years of FTC 1914 Palmengarten*



Oberbürgermeister Peter Feldmann überreicht die Ehrenmedaille der Stadt Frankfurt an Dr. Ingo Mantzke, Präsident des FTC 1914 Palmengarten e.V.

*Lord Mayor Peter Feldmann presents the City of Frankfurt's medal of honour to Dr. Ingo Mantzke, President of FTC 1914 Palmengarten e.V.*



V.l.n.r.: Vorstandsmitglieder Brigitte Kräll und Sonja Höpfner, FTC Geschäftsführer Jürgen Hackauff, OB Peter Feldmann, Präsident Dr. Ingo Mantzke, Vorstand Dr. Andreas Dahmen und HTV Präsident Dirk Hordorff

*F.l.t.r.: Members of the board Brigitte Kräll and Sonja Höpfner, FTC Managing Director Jürgen Hackauff, Lord Mayor Peter Feldmann, President Dr. Ingo Mantzke, Member of the board Dr. Andreas Dahmen and HTV President Dirk Hordorff*

## EINE REIHE VON FESTLICHEN TAGEN FTC 1914 PALMENGARTEN FEIERT SICH DURCHS JUBILÄUMSJAHR

Am 4. Juli 1914 wurde der FTC 1914 Palmengarten im Vereinsregister der Stadt Frankfurt eingetragen. Auf den Tag genau einhundert Jahre später – am 4. Juli 2014 – bat Oberbürgermeister Peter Feldmann Präsidium und Mitglieder zum Empfang in den Kaisersaal des Rathauses. Mit dieser offiziellen Würdigung begannen die Jubiläumsfeierlichkeiten. Tennis sei nicht nur

Spitzen- und Breitensport in unserem Verein, sagte OB Feldmann, sondern auch ein integratives Element in der weltoffenen Stadt Frankfurt. Und darauf dürften wir alle stolz sein. Auch HTV-Präsident Dirk Hordorff und FTC-Präsident Dr. Ingo Mantzke blickten in ihren Reden auf einhundert Jahre erfolgreiche Tennisgeschichte im FTC 1914 Palmengarten zurück.

---

■ *In 1914, the FTC 1914 registered as a club with the city of Frankfurt. 100 years later to the day – on 4 July 2014 – Lord Mayor Peter Feldmann invited the club's committee and members to a reception at the city's hall's Kaisersaal (imperial hall). This official recognition marked the beginning of the anniversary celebrations.*

*Tennis is not just a competitive and leisure sport at our club, but also a means of integration in the cosmopolitan city of Frankfurt, said Mayor Feldmann. And this is something we can all be proud of. The HTV's president Dirk Hordorff and the FTC's president Dr. Ingo Mantzke used their speeches to look back on 100 years of successful tennis history at FTC 1914 Palmengarten.*

## A SERIES OF CELEBRATIONS

**FTC 1914 PALMENGATEN  
CELEBRATES ITS WAY  
THROUGH ITS  
ANNIVERSARY  
YEAR**



Nicht 99, sondern 100 Luftballons auf ihrem Weg zum Horizont  
*Not 99 but 100 balloons on their way to the horizon*

Das folgende Wochenende stand ganz im Zeichen des Jubiläums. Erster Programmpunkt war die große Gala. Rund 250 Mitglieder und Gäste des Clubs fanden sich am Freitag Abend auf dem kleinen Centercourt ein; wegen der unsicheren Witterung war er mit einem

weißen Zelt überdacht. Ex-Davis-Cup-Spieler Hans-Jürgen Pohmann führte durch ein unterhaltsames Programm mit Gesprächsgästen wie Eva Pfaff, Wilhelm Bungert, Wolfgang Popp und Alex Kurucz.



Links: Prof. Dr. Stefan Zielen, Aljoscha Thron mit Begleitung. Mitte: Gala im Festzelt. Rechtes Bild v.l.n.r.: Ehepaar Ottes, Ehrenfried Kuß, Marina König, Heinz Stephan (v.l.n.r.): *Left: Prof. Dr. Stefan Zielen and Aljoscha Thron with companion. Middle: Evening-Gala in a festive tent. Right: The couple Ottes (left), Ehrenfried Kuß, Marina König and Heinz Stephan*



## EX-DAVIS-CUP-SPIELER HANS-JÜRGEN POHMANN FÜHRTE DURCH DAS PROGRAMM

Linkes Bild: HJ Pohmann im Gespräch mit Eva Pfaff und Wolfgang Popp  
Image on left: HJ Pohmann is talking with Eva Pfaff und Wolfgang Popp

Rechtes Bild: Geschäftsführer Jürgen Hackauff und Präsident Dr. Ingo Mantzke überreichen die Ehrenmedaille an Dieter Ecklebe und Wolfgang Bungert.

Image on right: Managing Director Jürgen Hackauff (left) and President Dr. Ingo Mantzke present the badges of honour to Dieter Ecklebe ( 2nd from left) and tennis legend Wilhelm Bungert (2nd from the right)



The following weekend was dedicated to the anniversary. The first event on the programme was the grand gala. Around 250 club members and guests came together on the small centre court on Sunday evening; due to the unpredictable weather, the court was covered with a tent. Ex-Davis Cup player Hans-Jürgen Pohmann hosted the evening with an entertaining programme of talks with people such as Eva Pfaff, Wilhelm Bungert, Wolfgang Popp and Alex Kurucz. There was plenty of applause for the

film produced especially to mark the anniversary. It looked back on 100 years of tennis history at the FTC 1914 Palmengarten, from the club's very beginnings to the present day.

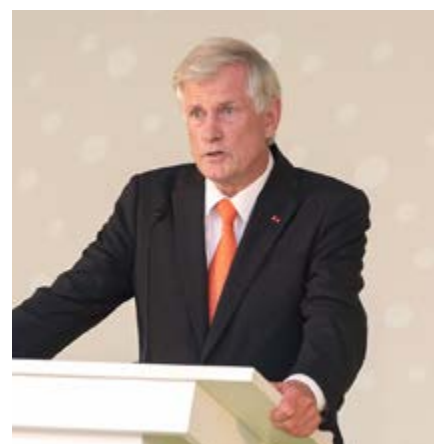
Pascal and his team provided top culinary delights in the form of an anniversary dinner which was in keeping with the occasion. Soul singer Pamela O'Neil and her band then kept the gala guests boogying into the early hours.



Viel Applaus fand ein eigens zum Jubiläum produzierter Film, der einhundert Jahre Tennisgeschichte im FTC von den Anfängen bis in die Gegenwart Revue passieren ließ. Eine kulinarische Spitzenleistung bot Pascal mit seinem Team, der für ein Jubiläums-Diner sorgte, das dem Anlass angemessen war. Soulsängerin Pamela O'Neil und Band rockten dann die Gala-Gesellschaft bis in die frühen Morgenstunden.

Am Samstag Vormittag ging es auf der FTC-Terrasse weiter. Bei strahlendem Sonnenschein und zum Groove

des Christoph Spendel Trio trafen sich erneut fast 200 Gäste im Club. Beim Jazzbrunch wurden entspannte Gespräche geführt, manch einer baute diskret etwas Restalkohol vom Vorabend ab, und alle folgten gegen Mittag dem spannenden Showmatch zwischen den Ex-Profis Karsten Braasch und Bernd Karbacher sowie den FTC-Spitzenspielern Constantin Christ und Maxi Abel. Den Schlusspunkt setzte das Kids-Cup-Jubiläumsturnier am Sonntag; hier kämpfte der Nachwuchs um Spiel, Satz und Sieg.



Feierliche Worte von FTC-Vorstand Dr. Andreas Dahmen (links) und Ehrenpräsident des Hessischen Tennisverbandes Dr. Wolfgang Kassing (rechts). IC-Präsident Alex Kurucz (rechts im mittleren Bild) überreichte Dr. Ingo Mantzke ein Präsent zum Jubiläum. / Formal words from FTC President Dr. Andreas Dahmen (image on left) and Honorary President of the Hessian Tennis Association Dr. Wolfgang Kassing (image on right). IC President Alex Kurucz (image in middle) presented Dr. Ingo Mantzke with a gift to mark the anniversary.

Things continued on Saturday morning on the FTC 1914 terrace. Almost 200 guests came together at the club to enjoy the beaming sunshine and grooves provided by the Christoph Spendel Trio. During this jazz brunch, guests could enjoy a leisurely chat before watching the show match held at

around midday between the former pros Karsten Braasch and Bernd Karbacher, and between top FTC players Constantin Christ and Maxi Abel. The weekend was rounded off on Sunday with the Kids Cup anniversary tournament, where the club's junior players battled for game, set and match.



EINE REIHE VON  
FESTLICHEN TAGEN  
IST SEHR GUT  
ZU ERTRAGEN.

Nichts gegen den größten Sohn unserer Stadt – aber hier irrte Goethe: Eine Reihe von festlichen Tagen ist sehr gut zu ertragen. Die Organisatoren bekamen im Nachhinein reichlich Lob zu hören. Eine rundherum gelungene Feier, meinten viele Mitglieder, so etwas hätten sie gern jedes Jahr...



Unermüdlich: Die Club-Mitglieder in Partylaune / *Indefatigable: the FTC's members in a party mood*

*Nothing against our city's most famous son – but Goethe got it wrong here: a series of festivities is very easy to bear. The organisers received plenty of praise afterwards. An all-round successful celebration, said the many members. They would like something like this every year...*

*A SERIES  
OF FESTIVITIES  
IS VERY EASY  
TO BEAR*



## SHOWMATCH

MIT EX-PROFIS UND  
FTC-SPITZENSPIELERN

WITH EX-PROFIS AND  
FTC TOP PLAYERS

Karsten Braasch,  
ehemaliger Davis-Cup Spieler  
*former Davis-Cup Player*



V.l.n.r.: Karsten Braasch, Bernd Karbacher,  
Maxi Abel, Constantin Christ, Jürgen Hack-  
auff, Hans Jürgen Pohmann



Bernd Karbacher, ehemaliger Tennisprofi  
und Wimbledon-Teilnehmer  
*Bernd Karbacher, former Wimbledon  
player (1992, 1995)*

## KIDS FUN CUP

DER SCHLUSSPUNKT  
DER FESTLICHEN TAGE

*THE FINALIZATION  
OF THE CELEBRATIONS*



Konzentration, Würstchen  
und strahlende Kinderaugen  
am Kids-Cup-Jubiläumsturnier

*Concentration, sausages and  
beaming children's eyes at the Kids  
Cup anniversary tournament*





V.L.N.R. STEHEND / *STANDING*: PETER RANDEL, ALEXANDER KURUCZ, JÜRGEN HACKAUFF, WOLFGANG ROEB, DR. THOMAS WERTHMÖLLER, DR. CHRISTOPH KÜRTE, ALEXANDER PFRIEM, DR. PETER RUCKH, ANDREAS HUBER, V.L.N.R. SITZEND / *IN FRONT*: SANDRA FRITSCH, JOHANNA NIEPAGENKEMPER, PROF. KATHRIN KÖLBL

## 1967 GEGRÜNDET: DER IC DEUTSCHLAND

**HEUTE UMFASST DER CLUB 171 MITGLIEDER.** Präsident Alex Kurucz und seine Mitstreiter haben auch in der kommenden Saison einige spannende Projekte in Planung.



IC-MEMBERS JÜRGEN HACKAUFF, MARC KEVIN GOELLNER, ANNA-LENA GRÖNFELD, ALEXANDER WASKE, DIRK DIER, BERND KARBACHER



V.L.N.R.: JÜRGEN HACKAUFF, WOLFGANG POPP, IC PRÄSIDENT ALEX KURUCZ, DR. WOLFGANG SPANNAGEL, VIZE-PRÄSIDENT PETER DINKELS, ROD FRAWLEY, DR. INGO MANTZKE.

**IC NEWS:** Am 16.11.2014 trafen sich im Rochus Club Düsseldorf die Vertreter der Leading Clubs of Germany zum alljährlichen Meeting. Neben vielen anderen Themen wurde auch über die IC Junior Trophy abgestimmt. Dieser von Jürgen Hackauff ins Leben gerufene Teamwettbewerb wird im September zum 1. Mal im Frankfurter Tennisclub 1914 Palmengarten ausgespielt.

**Save the date:** Am 04. und 05. Oktober 2015 bestreitet der IC Deutschland einen internationalen Ländervergleichskampf gegen den IC Indien auf der Anlage des FTC 1914 Palmengarten. Ehemalige Internationale Weltklassespieler werden am Start sein.

*FOUNDED IN 1967: IC DEUTSCHLAND*

**TODAY THE CLUB HAS 171 MEMBERS.**

*President Alex Kurucz and his team have some exciting projects planned for the coming season.*

■ **IC NEWS:** On 16.11.2014, the representatives of the Leading Clubs of Germany met for their AGM at the Rochus Club Düsseldorf. Along with the discussion of several topics, a vote was held on the IC Junior Trophy. Initiated by Jürgen Hackauff, this team competition will be played out in September the first time at FTC 1914 Palmengarten.

■ **Save the date:** On 4 and 5 October 2015, IC Deutschland will be taking part in a friendly tournament against IC India at the grounds of FTC 1914 Palmengarten. Former international world-class players will be playing.



2009: TEILNEHMER DES LÄNDERKAMPFES DEUTSCHLAND-ÉNGLAN AUF DER ANLAGE DES FTC 1914 PALMENGARTEN E.V.

2009: PLAYERS IN THE GERMANY-ENGLAND INTERNATIONAL TOURNAMENT AT FTC 1914 PALMENGARTEN E.V.

STEFAN HECKAMNNS, JEREMY BATES, BEATE HACKAUFF, IC-PRÄSIDENT ALEX KURUCZ

## JUGENDARBEIT FÜR DEN JAPANISCHEN NACHWUCHS

IM FTC 1914 PALMENGARTEN

Seit 12 Jahren trainiert Uwe Biehl die japanische Community im FTCP, darunter ca. 60-70 Jungen und Mädchen im Alter von vier bis sechzehn Jahren. Einige von ihnen wurden Clubmitglieder und begeisterte Medenspieler/innen. Unsere Anlage gilt bei Japanern, die in Frankfurt arbeiten und leben, längst als der Tennisclub ihrer Wahl und wird Neuankömmlingen gerne empfohlen.

Im Durchschnitt bleiben japanische Familien drei bis fünf Jahre in Frankfurt, kehren dann nach Japan zurück oder das Business ruft den Familienvater in ein anderes europäisches Land, z. B. nach Frankreich, England oder in die Niederlande. Oft bleibt Uwe Biehl weiter in Kontakt mit den Familien und weiß, dass der japanische Nachwuchs auch am neuen Standort weiter eifrig und mit viel Freude Tennis spielt. Hier und da entwickeln sich aus den Kindern und Jugendlichen richtig gute Tennisspieler, die beispielsweise als Studenten in Japan selbst dem Nachwuchs Tennisunterricht erteilen.

Nur ganz selten erhalten japanische Kinder und Jugendliche Einzelunterricht, eine Entscheidung, die der ausgeprägten Gruppenorientierung japanischer Familien entspricht. Das gemeinsame Gruppenerlebnis steht über der individuellen

Förderung einzelner Kids. Sportliche Fähigkeiten und Spielstärke entscheiden nicht über die Zusammenstellung der Tennistrainingsgruppe. Im Mittelpunkt stehen Spaß und die Gruppenharmonie. Und wenn sich dann noch das Leistungsniveau verbessert, genießt man umso mehr das sportliche Gemeinschaftserlebnis.

Pünktlichkeit, Achtsamkeit und ein respektvoller Umgang miteinander sind bereits für kleine Japaner/innen selbstverständlich. Diese Verhaltensweisen werden in der japanischen Kultur sehr geschätzt und früh durch gruppendynamische Prozesse im Familien- und Freundeskreis sowie in der Schule geübt und verinnerlicht. Auch die Konzentration auf das, was man gerade tut – wie zum Beispiel Tennis spielen – fällt japanischen Kids in der Regel leicht.



SPASS IM CLUB: JAPANISCHE KIDS / FUN AT THE CLUB: JAPANESE KIDS

### YOUTH WORK ON BEHALF OF JAPANESE JUNIORS

AT FTC 1914 PALMENGARTEN

■ For 12 years now, Uwe Biehl has been coaching the Japanese community at the FTC, including approx. 60-70 boys and girls aged between four and sixteen. Some of them have become club members and enthusiastic Meden players. Among the Japanese living and working in Frankfurt, our facilities have long been the club of choice, and are happily recommended to newcomers.

Japanese families stay in Frankfurt for three to five years on average before returning to Japan or the head of the family being assigned by their employer to another European country such as France, England or the Netherlands. In many instances, Uwe Biehl remains in contact with the families and knows that the Japanese juniors are continuing to play tennis with dedication and great enjoyment in their new location. Some of the children and young people have become really good tennis players who, for example, also coach juniors while studying in Japan.

It is very rare that Japanese children receive individual coaching, a decision which reflects the strong group mentality of Japanese families. The joint group experience is more important than the one-on-one focus on individual children. Sporting ability and strength of play do not determine the composition of the tennis training group. The focus is on fun and group harmony. And if the level of performance does improve, the experience of group sport becomes all the more enjoyable.

Punctuality, awareness and showing respect for each other are a matter of course even for very young Japanese children. This sort of conduct is valued highly in Japanese culture, and practised and internalised at an early age through processes of group dynamics and within the family and friendship network as well as at school. Focusing on what one is currently doing – such as playing tennis – is also something which Japanese children generally find easy.





Liebe Leserinnen und Leser,

während der Bambino-Medenspiele 1979 entstand dieses Foto. Der junge Mann mit der hübschen Frisur links im Bild ist heute noch aktiv im Club. Erkennen Sie Ihn? Vielleicht an der aufrechten Haltung?  
(Auflösung Seite 88)

*Dear Readers,*

■ *This picture was taken during the Bambino Meden Games in 1979. The young man with the pretty haircut on the left is still active in the club to this day. Do you recognise him? By the upright posture, maybe?*  
(Solution page 88)

GAUMENFREUDEN  
IN GEPFLEGTEM  
AMBIENTE

*Club Lounge*

IM FTC 1914

PALMENGARTEN E.V.

Berkersheiner Weg 106

60433 Frankfurt

069 - 52 33 38

täglich ab 11:30 Uhr

CLUB  
*Lounge*



*für die französischen Momente*



## 8. SOFTTENNIS GERMAN OPEN 2014 INTERNATIONALER UND GRÖßER

Vom 30. Mai bis 1. Juni 2014 wurden auf unserer Anlage die 8. SoftTennis German Open durchgeführt, organisiert von SoftTennis Deutschland e.V., nach den Regeln der International SoftTennis Federation (ISTF). Zum ersten Mal hatte der Indische SoftTennis Verband für das Turnier gemeldet. Die indischen Spitzenspieler und -spielerinnen kämpften neben koreanischen (u.a. die Nummer zwei der internationalen SoftTennis-Rangliste), japanischen, polnischen und deutschen SoftTennis-Sportlern um die begehrten Pokale. Das Turnier war geprägt von einem hohen sportlichen Niveau, die Zuschauer konnten immer wieder den Hochleistungssport SoftTennis anschaulich erleben. Die Siege machten dann die koreanischen und indischen Spieler/innen unter sich aus. Den SoftTennis-Cracks aus Europa blieb einmal mehr ein wertvoller Erfahrungsgewinn. Darüber



GLÜCKLICHE GEWINNER DER SOFTTENNIS OPEN  
HAPPY WINNERS OF THE SOFTTENNIS OPEN

hinaus überwog, nach dem Motto: Teilnahme ist alles, die Freude, bei diesem internationalen Turnier dabei gewesen zu sein.

Die KIA Motors Deutschland GmbH Niederlassung Frankfurt stellte SoftTennis Deutschland e.V. erneut Autos für den Transport der internationalen Spieler/innen zur Verfügung. Herzlichen Dank dafür. *Conny Boland-Biehl*



## 8. SOFTTENNIS GERMAN OPEN 2014 LARGER AND MORE INTERNATIONAL

■ The 8th Soft Tennis German Open was held at our club from 30 May to 1 June 2014. It was organised by Soft Tennis Deutschland e.V. and conducted according to the rules of the International Soft Tennis Federation (ISTF).

The Indian Soft Tennis Association registered for the event for the first time. India's top players played against Korean (including international soft tennis's second seed), Japanese, Polish and German soft-tennis players for the sought-after trophies. The tournament stood out thanks to the high level of sporting prowess on display – viewers

were continually treated to great displays of competitive soft tennis. Victory eventually went to the Korean and Indian players. Europe's soft-tennis pros were able to gain a lot of valuable experience. The following maxim prevailed: Taking part is what counts – the pleasure of having been a part of this international tournament.

The Frankfurt branch of KIA Motors Deutschland GmbH once again provided Soft Tennis Deutschland e.V. with cars for transporting the international players. Many thanks for this.

*Conny Boland-Biehl*



独日協会フランクフルト  
Deutsch-Japanische Gesellschaft e.V.  
Frankfurt am Main

Die Deutsch-Japanische Gesellschaft e.V. in Frankfurt fördert und vertieft die Beziehungen zwischen beiden Ländern und unterstützt in diesem Zusammenhang auch die vielfältigen Aktivitäten von SoftTennis Deutschland e.V.. Sie freut sich, dass der FTC Palmengarten e.V. für die japanische Gemeinde Frankfurt zu einem wichtigen Ort der sportlichen Begegnung geworden ist.



## JAPANISCHER TENNISCUP KULTURÜBERGREIFENDES SPORTEVENT

**Die Vereinigung der Japanischen Unternehmen in Frankfurt e.V. (Hojinkai) und die Deutsch-Japanische Gesellschaft e.V. Frankfurt am Main (DJG) veranstalten seit Jahren ihr großes Tennisturnier in unserer Anlage.** Am 31. Januar 2015 war es das 9-te Mal und insgesamt die 17. Auflage des traditionellen kulturübergreifenden Sportevents, mit über 40 Teilnehmer/innen aus Deutschland und Japan, darunter auch Clubmitglieder. Unter der

bewährten Leitung von Mazumi und Dieter Knoblauch und unterstützt von Uwe Biehl wurden Doppel- und Mixed-Konkurrenzen ausgetragen. Vom Hobbyspieler bis zur Hessenligaspielerin waren alle Spielstärken vertreten. Die Sieger/innen wurden mit Preisen geehrt. Eine Tombola für alle Teilnehmer leitete dann das gemütliche Zusammensein am Abend ein.

*Conny Boland-Biehl*



VOM HOBBY-BIS HESSENLIGA-SPIELER: BEIM JAPANISCHEN TENNISCUP WAR ALLES DABEI. VORNE: UWE BIEHL  
FROM HOBBYISTS THROUGH TO HESSEN LEAGUE PLAYERS: ALL LEVES WERE REPRESENTED. IN FRONT: UWE BIEHL

## JAPANESE TENNISCUP A CROSS-CULTURAL SPORTING EVENT

■ **The Vereinigung der Japanischen Unternehmen in Frankfurt e.V. (Association of Japanese Businesses in Frankfurt, Hojinkai) and the Deutsch-Japanische Gesellschaft e.V. Frankfurt am Main (German-Japanese Society, DJG) have been holding their big tennis tournament at our club for years now.** On 31 January 2015, this traditional, cross-cultural sporting event was held at the FTC 1914 for the 9th time, and took place for the 17th time in total, with

over 40 players from Germany and Japan, including some club members. Doubles and mixed matches were held under the tried-and-tested supervision of Mazumi and Dieter Knoblauch, and with the support of Uwe Biehl. All levels of ability were represented, from hobbyists through to Hessen league players. The winners were honoured with prizes. A raffle for all the participants then kicked off a convivial social gathering in the evening. *Conny Boland-Biehl*

## ETUF ESSEN

EINE VEREINSGESCHICHTE / *THE HISTORY OF A CLUB*



**Der Essener Turn- und Fechtklub (ETUF) ist ein Sportverein mit der erfolgreichen Symbiose aus Breitensport, Jugendsport und Leistungssport. Dieser Club eröffnet die Möglichkeit unterschiedliche Sportarten wie Fechten, Golf, Hockey, Rudern, Segeln, Tennis, Turnen, Lacrosse, Wintersport und Wandern auszuüben. Und das auf einer der schönsten Clubanlagen Essens, direkt am Baldeneysee.**

■ *The Essener Turn- und Fechtklub (Essen Gymnastics and Fencing Club, ETUF) is a sports club with a successful symbiosis between leisure sports, junior sports and competitive sports.*

*This club allows its members to engage in a broad range of sports such as fencing, golf, hockey, rowing, sailing, tennis, gymnastics, winter sports and hiking. The club has some of the most beautiful grounds in Essen, directly by the Baldeneysee lake.*



DIREKT AM RHEIN GELEGEN: DIE ANLAGE DES ETUF ESSEN / *LOCATED DIRECTLY BESIDE THE RHINE: THE ETUF ESSEN FACILITIES*  
RECHTS / *RIGHT: VIEL PLATZ FÜR ZUSCHAUER AM CENTRECOURT / PLENTY OF CENTRE-COURT SEATS FOR VIEWERS*

**24. Mai 1884 Gründung:** Auf Initiative von Friedrich A. Krupp trafen sich Essener Bürger, um einen Fechtklub zu gründen. Der Aufnahmebeitrag betrug 3,- DM, der Jahresbeitrag 20,-DM.

**1893** Einweihung des neuen Vereinsheims: Friedrich Alfred Krupp entdeckt in England das bis dahin unbekannte Lawn-Tennis. Einrichtung des ersten Tennisplatzes in Essen im Kasinogarten.

**1894** Umbenennung in Essener Turn- und Fechtklub.

**1901** Erstes Tennisturnier

**1910–1932** Gründung der Rasenspielriege, der Wintersport- und Wanderriege, der Segelriege und Bau des Baldeneysees.

**1934** Bau des Tennishauses.

**1944** Durch Brandbomben wird das Bootshaus zerstört.

**1947** ETUF wird als Sportverein offiziell von der Militärregierung zugelassen.

**1952** 17 Tennisplätze: größte Tennisanlage Deutschlands.

**24 May 1884 Foundation:** As an initiative launched by Friedrich A. Krupp, citizens of Essen come together to found a fencing club. The joining fee is 3 Deutschmarks, the annual membership fee 20 Deutschmarks.

**1893** Inauguration of the new club premises: Friedrich Alfred Krupp discovers the hitherto unfamiliar lawn tennis while visiting England. Creation of Essen's first tennis court in the casino garden.

**1894** Renaming to Essener Turn- und Fechtklub.

**1901** First tennis tournament

**1910–1932** Foundation of the lawn tennis squad, the winter sports and hiking squad, the sailing squad, and the creation of the Baldeneysee.

**1934** Construction of the tennis club house.

**1944** The boathouse is destroyed by fire bombs.

**1947** ETUF is officially approved by the military government.

**1952** With 17 tennis courts, it is Germany's largest tennis facility.



EINE WUNDERSCHÖNE ANLAGE MITTEN IM GRÜNEN / BEAUTIFUL FACILITIES SURROUNDED BY GREEN NATURE

## ETUF Sportanlagen / sports facilities

- 3 Clubhäuser • 5 Hallentennisplätze • 19 Tennis-Freiplätze • 9-Loch-Golfplatz • Liegeplätze für Segelboote • große Sporthalle (2.000 m<sup>2</sup>) • kleine Sporthalle (350 m<sup>2</sup>)
- 3 club houses • 5 indoor tennis courts • 19 outdoor tennis courts • 9-hole golf course • Moorings for sailing boats • Large sports hall (2,000 m<sup>2</sup>) • Small sports hall (350 m<sup>2</sup>)

**1966** Die Damen werden Deutscher Mannschafts-Meister.

**1974** Aufstieg der Herrenmannschaft in die Bundesliga.

**1981** Ruhr-Cup 81: 25.000\$ ATP-Turnier.

**1991** Die 1. Damen qualifizieren sich für die neu geschaffene 1. Tennis-Bundesliga.

**1997** Die Herrenmannschaft mit Boris Becker, Magnus Gustaffson, Marc-Kevin Goellner, Mikael Tillström, Martin Sinner, Lars Burgsmüller, Charly Steeb, Jan Weinzierl, Lars Koslowski, Björn Jacob, Rüdiger Haas und Christian Bergström, wird Deutscher Meister.

**1999** Ausbau der Tennisanlage mit 3 Center Courts mit Platz für 4500 Zuschauer.

**2005** Fed Cup bei ETUF: die deutschen Damen besiegen Indonesien mit 4:1.

**2011** ETUF wird Mitglied der Leading Tennisclubs of Germany.

**2013** Der Regionalverband Ruhr nimmt den Verein in die Route der Industriekultur auf.

**1966** The ladies' team become German team champions.

**1974** Ascension of the men's team into the Bundesliga.

**1981** Ruhr Cup 81: \$ 25,000 ATP tournament.

**1991** The First Ladies' team qualify for the newly created First Tennis Bundesliga.

**1997** The men's team with Boris Becker, Magnus Gustaffson, Marc-Kevin Goellner, Mikael Tillström, Martin Sinner, Lars Burgsmüller, Charly Steeb, Jan Weinzierl, Lars Koslowski, Björn Jacob, Rüdiger Haas and Christian Bergström become German champions.

**1999** Expansion of the tennis facilities with three centre courts, offering space for 4,500 viewers.

**2005** Fed Cup at ETUF: the German ladies beat Indonesia 4:1.

**2011** ETUF becomes a member of the Leading Tennis Clubs of Germany.

**2013** The Ruhr Regional Association adds the club to the Industrial Heritage Trail (Route der Industriekultur).

# Too hot to handle



EVA PFAFF:  
EHMALIGE  
TOP 20 WELTRANG-  
LISTENSPIELERIN

EVA PFAFF: FORMER  
TOP 20 WORLD  
RANKING PLAYER



## SPORT- PSYCHOLOGIE

### GEDANKEN ZUM TENNIS-TRAINING. Von Eva Pfaff

*Aufgrund eigener Erfahrungen als Tennis-Profi und ihrer Arbeit als Sportpsychologin spricht Eva Pfaff über lerntheoretische und sportliche Grundsätze von Leistungstraining.*

LOOK OUT...Eva Pfaff of West Germany has no mercy and proved it yesterday in the final of the Canadian Junior International tennis tournament at the Donalds Club. 17-year-old beat Canada's top junior, We Barlow, 18, of Victoria, B.C., 6-2, 6-2.

[www.eva-pfaff.de](http://www.eva-pfaff.de)

WIMBLEDON 1983, LINKS: EVA PFAFF

## SPORTS PSYCHOLOGY

### THOUGHTS ON TENNIS TRAINING. Von Eva Pfaff

*Based on her experiences as tennis-professional and her work as sportpsychologist, Eva Pfaff talks about the theory of learning and athletic principles of top-level training. ment and independent practice.*

#### PERSONALITY - EMPATHY

*A coach should recognise and deal with different kinds of personalities  
A player should be taught to be independent, but also to act as a team player  
Understanding others, helping each other and the ability to play in a team are also part of tennis*

#### STIMULATION – FEEDBACK

*A player should be responsible for their actions and performance.  
Motivated players express their wishes and use training for their individual goals  
A coach should stimulate pupils and give feedback and applaud-praise good actions.*



## PERSÖNLICHKEIT - EMPATHIE

Ein Trainer sollte unterschiedliche Persönlichkeiten erkennen und auf sie eingehen.  
Spieler sollten zur Selbständigkeit, aber auch im Training zur Teamarbeit erzogen werden.  
Verständnis für andere, gegenseitige Hilfe und Teamfähigkeit spielen auch im Tennis eine große Rolle.

## STIMULATION - FEEDBACK

Ein Spieler sollte die Verantwortung für seine Handlungen und Leistungen tragen.  
Motivierte Spieler äußern im Training ihre Wünsche und arbeiten selbständig an Trainingsinhalten mit.  
Ein Trainer sollte seine Schüler stimulieren und Feedback und Lob zielgerichtet einsetzen.

## LERNEN - TRAINIEREN

Tennis erfordert lebenslange Lernprozesse.  
Ein Spieler sollte Schläge und Situationen ausprobieren - er lernt durch Versuch und Irrtum.  
Lernen bedeutet Wachstum und den Aufbau eines möglichst reichhaltigen Repertoires.

## TRAINING - LERNATMOSPHÄRE

Diese Steigerung des Fertigniveaus fördert u.a. das Selbstvertrauen und die Lust am Tennis.  
Ausprobieren und Üben sollte zu 50% ohne Kontrolle eines Trainers geschehen.  
Spieler sollten miteinander trainieren, sich gegenseitig weiterhelfen und unterstützen.

## STÖRUNGEN

Zu den Störungen zählen Emotionen wie Ärger, Wut oder übermäßige Gefühlsregungen.  
Erwartungen oder Ergebnisorientierung stören bei der Durchführung und Lernen von Handlungen.  
Kommentare zum Spiel beeinflussen das Erleben und die selbständige Handlungen eines Spielers.

---

## *LEARNING – TRAINING*

*Tennis demands life-long learning processes.  
Learning means acquiring knowledge, motor skills and basic tactical patterns.  
Players should try out different shots and situations – they should be allowed „to learn-by-doing“.  
Learning means growth and building a large versatile repertoire of abilities.*

## *TRAINING - LEARNING ENVIRONMENT*

*Increasing the level of ability also increases the player's self-confidence and enjoyment.  
50 % of trying things out and practising should be done without a coach (like homework).  
Players should train with each other, helping and supporting each other.*

## *INTERFERING FACTORS*

*Interfering factors include feelings such as frustration, anger or excessive emotion.  
Expectations and a focus on results interfere with the performance of actions.  
Comments on a player's game influences their experience and independent actions.*



FTC GESCHÄFTSFÜHRER JÜRGEN HACKAUFF (2.V.R.) MIT CHRISTOPH SPENDEL (RECHTS) UND BAND / MANAGING DIRECTOR JÜRGEN HACKAUFF (2ND FROM THE RIGHT) WITH CHRISTOPH SPENDEL (RIGHT) AND BAND

## RENDEZ-VOUS IM PALMENGARTEN

PRIMEUR MEETS JAZZ

**Aus der internationalen Jazz-Elite nicht wegzudenken.** Christoph Spendel und seine Jungs Jens Biehl und Götz Ommert jazzten am 22.11.2014 in unserer Club Lounge. Unsere Mitglieder und Gäste feierten das Trio und waren begeistert von Spendels „Great American Songbook“. Clubwirt Pascal Schmitt rundete das Programm ab mit fein abgestimmten Käse- & Schinkenspezialitäten. Dazu servierte er den neuen Beaujolais Primeur.

PRIMEUR MEETS JAZZ

**A firm fixture of the international jazz elite.**

■ Christoph Spendel and his boys Jens Biehl and Götz Ommert played jazz for us in our club lounge on 22.11.2014. Our members and guests celebrated the trio and were thrilled by Spendel's "Great American Songbook". Club chef Pascal Schmitt rounded off the programme with finely matched cheese and ham specialties, served with the new Beaujolais Primeur.

### RISTORANTE ISOLETTA

Das „Inselchen“  
im Frankfurter Westend.

Exklusive Speisen,  
feine Weine,  
Aufmerksamkeit,  
und italienische Gastlichkeit  
erwarten Sie  
in stilvollem Ambiente.



Das Wichtigste sind Sie:  
Unsere „*Cari ospiti!*“

RISTORANTE ISOLETTA  
Feldbergstraße 31  
60323 Frankfurt am Main  
Telefon 069 72 58 89



# WART IHR AUCH ALLE BRAV?

## NIKOLOAUSTURNIER

### Ehrungen, Spaß und Schokolade

Am 06.12.2014 fand das alljährliche Nikolausturnier für unsere Jüngsten statt. Jüngstenwartin Sonja Höpfner begrüßte Kids samt Eltern, und die erfolgreichen Mannschaften wurden geehrt. Die Clubtrainer betreuten die Kinder auf allen 5 Hallenplätzen in leistungsgerechten Gruppen, Wettkampfs Spiele und Spaß standen im Vordergrund. Abschließend gab es süße Weihnachtsüberraschungen und Fließmützen mit Club-Logo.

### ST. NICOLAS TOURNAMENT

#### Awards, fun and chocolate

■ The annual St. Nicolas tournament for our youngest members took place on 6.12.2014. Child minder Sonja Höpfner welcomed children and parents, and the successful teams were honoured. The club coaches supervised the children in level-based groups on all five indoor courts. The focus was on tournament games and fun. The day was rounded off with Christmas surprises and fleece hats featuring the club logo.

OBEN: NIKOLAUS-POLONAISE MIT DEN KLEINSTEN  
MITTE: JÜNGSTENWARTIN SONJA HÖPFNER BEI DER EHRUNG  
UNTEN: TRAINER THORSTEN HAMM HAT DIE BANDE IM GRIFF

TOP: NIKOLAUS-POLONAISE WITH THE YOUNGEST MEMBERS  
MIDDLE: JUNIOR COACH SONJA HÖPFNER AT THE AWARDS CEREMONY  
BOTTOM: COACH THORSTEN HAMM HAS THIS LOT IN HAND



## JAZZ - OPENING - SESSION

MUSICAL SEDUCTION,  
CULINARY PLEASURE



DR. FEELGOOD JR. ÜBER SEINE MUSIK: / DR. FEELGOOD JR. ABOUT HIS MUSIC: "WE DRIVE EMOTIONS IN OUR CLIENTS EVENTS", RECHTS / RIGHT: SAXOPHONIST DIRK ENGEL.

### **Rund 130 Mitglieder besuchten die Jahreseseröffnung „Jazz-opening-Session“ in der Club Lounge.**

Die samtige Stimme des Frankfurter Jazzers Gilles Maglo alias Dr. Feelgood jr. und das wunderbare Spiel seines Saxophonisten Dirk Engel entführten die Gäste in die Welt des Klassik-Jazz. Und wie immer war auch zu diesem Anlass auf Pascal Verlass. Er und sein Team sorgten für feine Speisen am Buffet.

Clubpräsident Dr. Ingo Mantzke dankte allen Ehrenamtlichen, Trainern, Mitgliedern und Teams für ihr Engagement und gratulierte für die erreichten Erfolge. Hinsichtlich des ereignis- und erfolgreichen vergangenen Jahres stimmte er alle Anwesenden auf eine erfolgreiche und harmonische Sommersaison 2015 ein.

### **Around 130 members attended the “Jazz Opening Session” in the Club Lounge.**

■ The velvety voice of Frankfurt’s jazz musician Gilles Maglo alias Dr. Feelgood J and the wonderful playing of saxophonist Dirk Engel, spirited the guests away into the world of classical jazz. And as always, Pascal delivered the goods for this event. He and his team provided delicious buffet food.

Club President Dr. Ingo Mantzke thanked all the volunteers, coaches, members and teams for their commitment, and congratulated them on their successes. In light of the eventful and successful previous year, he put his audience in an anticipatory mood for a successful and harmonious 2015 summer season.



EHRUNG FÜR DIE 58-JÄHRIGE MITGLIEDSCHAFT  
AWARDS CEREMONY FOR THE 58-YEAR OLD MEMBERS  
V.L.N.R.: EHEPAAR WEIHRACH, PRÄSIDENT DR. INGO MANTZKE,  
GESCHÄFTSFÜHRER JÜRGEN HACKAUFF, BEATE LESCHKE



GRATULATION DEN DAMEN 40 ZUR HESSENMEISTERSCHAFT.  
CONGRATULATING OF THE LADIES 40 TEAM ON BECOMING HESSEN  
CHAMPIONS: V.L.N.R.: GESCHÄFTSFÜHRER JÜRGEN HACKAUFF,  
BARBARA DEGENFELD-SCHONBURG, PRÄSIDENT DR. INGO  
MANTZKE, BEATE HACKAUFF, CHANTALLE WINTER

## BLACK & WHITE

### DANCE PARTY

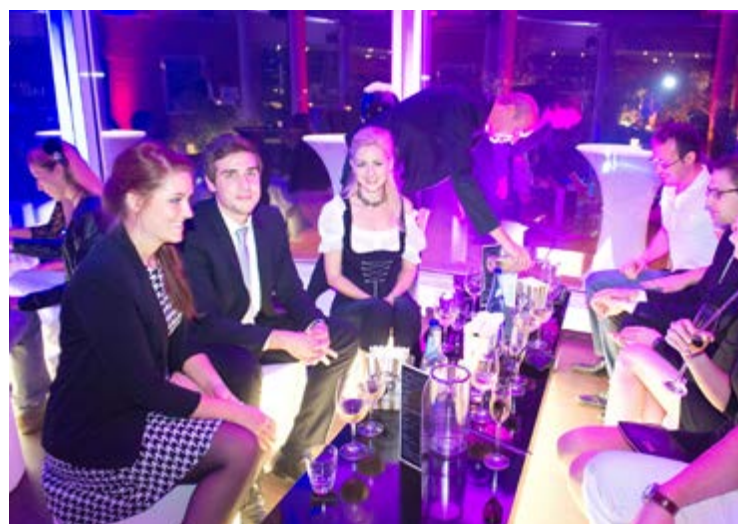
#### **Manchmal muss man schwarz-weiß sehen**

Die gesellschaftliche Komponente kommt beim FTC 1914 Palmengarten nie zu kurz. Am 13.09.2014 stand die jährlich stattfindende Club Night unter dem Motto Black & White. Die schwarz-weiße Feierlaune trug die Gäste bis in die frühen Morgenstunden durch das stylische Ambiente.

#### **Sometimes things just have to be black and white**

■ *The social side of things is never neglected at FTC 1914 Palmengarten. On 13.09.2014, the annual Club Night was held with a Black & White theme. The black and white celebratory mood carried guests through the stylish ambience and into the early hours.*

DRESSCODE BLACK & WHITE  
& STIMMUNGSVOLLE FARBAKZENTE  
BLACK & WHITE DRESS CODE  
AND ATMOSPHERIC COLOUR HIGHLIGHTS



## EINLADUNG ZU DEN VERANSTALTUNGEN DES FTC 1914 Palmengarten IM JAHR 2015

Der FTC 1914 Palmengarten wünscht allen seinen Mitgliedern, Freunden und Bekannten ein gesundes, sportliches und glückliches Jahr 2015. Auch in diesem Jahr gibt es wieder einige Veranstaltungen, mit denen wir neben dem Tennis für gute und ausgelassene Stimmung im trüben Arbeitsalltag sorgen möchten. Bitte besuchen Sie uns und feiern Sie mit uns, wir freuen uns auf Sie!

### INVITATION TO THE 2015 EVENTS OF THE FTC 1914 Palmengarten

■ *FTC 1914 Palmengarten wishes to extend to all its members, friends and acquaintances a healthy, sporting and happy year 2015. Also this year, in addition to tennis, several events are planned to attend to pleasant and relaxing atmosphere in sometimes bleak, customary working day. Please visit and celebrate with us, we delight to have you join us!*

31. Jan	Wintercup	"Japanische Gemeinde"	Sa	17:00
22. Feb	Jahreseröffnung	"Jazz & Brunch"	So	11:00
30. März - 10. Apr	Jugendcamp	"Saisonvorbereitung"	Mo-Fr	10:00
25. Apr / 26. Apr	Tag der offenen Tür	"Wir werben Mitglieder"	Sa/So	10:00
Mai / Jun	Team-Tennis	"Damen, Herren, Senioren, Jugend"	Sa/So	09:00
11. Mai	Jahreshauptversammlung	"Mitglieder werden informiert"	Mo	19:30
05. Jun - 07. Jun	Softtennis	"German Open"	Fr-So	10:00
25. Jul - 16. Aug	Hessenliga Herren	"Unsere 1. Herren schlagen auf"		
18. Jul / 19. Jul	LK-Turnier	"Damen/Herren AK 40/50"	Sa/So	09:00
27. Jul - 04. Sep	Sommercamp	"Ferientennis"	Mo-Fr	10:00
21. Aug	Rhein-Main-Business Cup	"Matchball Traditionsturnier"	Fr	09:00
22. Aug	Ehepaar- u. Mixed- Turnier	"White Sports Open"	Sa	10:00
29. Aug	Jüngstentennis	"Kids Cup"	Sa	11:00
05. Sep - 06. Sep	IC-Trophy	"Leading Clubs zu Gast"	Sa/So	09:00
19. Sep	Tennisbezirk Frankfurt	"Hobbyspieler zu Gast"	Sa	10:00
05. Okt - 06. Okt	IC Ländervergleichskampf	"Indien zu Gast in unserem Club"	Mo/Di	10:00
21. Nov	Primeur Abend "	Vin, Fromage et Jazz"	Sa	19:00
05. Dez	Nikolausfeier	"Wart ihr alle brav?"	Sa	17:30

Den aktuellen Veranstaltungskalender finden Sie auch auf unserer Homepage: [www.tennisclub-palmengarten.de](http://www.tennisclub-palmengarten.de)

oder auf unserer Facebook Seite: [www.facebook.com/ftc.palmengarten](https://www.facebook.com/ftc.palmengarten)

The actual calendar of events you can locate on our homepage [www.tennisclub-palmengarten.de](http://www.tennisclub-palmengarten.de) or on our facebook page: [www.facebook.com/ftc.palmengarten](https://www.facebook.com/ftc.palmengarten)

WIR BEGRÜSSEN HERZLICH UNSERE NEUEN MITGLIEDER  
 WE VERY MUCH WELCOME OUR NEW MEMBERS:

Alvarez	Maria-Nieves	Haupt	Jakob	Rücklé	Cornelia
Bahrenberg	Friedrich	Helm	Ulrich	Ruddeck	Matthias
Baum	Fernanda	Hinz	Sandra	Saadé	Helen
Becker	Alana Maria	Huang	Justin	Sauer	Klara
Bermüller	Lucie	Jäckel	Lennart	Scheele	Vincent
Blazevic	Christian	Jahn	Laurin	Seibel	Janet
Brinkhoff	Florentina	Jahn	Nicolas	Skorupa	Angelika
Brühl	Samira	Jungermann	Jakob Maxim	Specht	Laura
Burckhardt	Amelie	Kirman	Halil Lennard	Specht	Noah
Busch	Esther	Kneller	Frederic	Stromann	Emily
Busch	Matthias	Körner	Riccarda	Svensson	Pär
Cedaro	Davide	Lanin	Michelle	Tschackert	Alexadros
Detweiler	Anna	Levin	Peter	Tschackert	Christos
Driguez	Adrien	Limberger	Victor	Tschackert	Stella
Dzananovic	Nenad Julian	Loganathan	Ahkdscha	Vafamehr	Sepehr
Ebner	Amelie	Loganathan	Apishaa	Vinson	Kevin
Ecklebe	Helena	Martin	Julia	von Runkel-Marten	Oliver
Entchev	Emilly	Michalik	Enno	von Schmude	Mark
Fleischmann	David	Michalik	Fynn	Wasmer	Lennard
Fleischmann	Michael	Minga-Mandt	Loukas	Wasmer	Udo
Frost	Aubree	Nachtwey	Lisa Marie	Weinberger	Theodore
Funk Vanessa	Tamara	Neeb	Mariele	Weiskopf	Helmut
Gehlen	Paul	Parra-Mora	Lilia	Wille	Guido
Giesen	Leonard	Peuker	Henrik	Wüstemann	Jakob
Griesbach	Lilu	Possmann	Alexander	Yao	Igor
Große	Stephanie	Possmann	Corinna	Yao	San-Hsien
Hadizadeh	Sara	Possmann	Nils	Zyle	Tomas
Hasanovic	Belma	Possmann	Robert	Zyle	Vyquantés

## DER CLUB trauert / mourns

DER FTC 1914 BETRAUERT DEN TOD SEINES MITGLIEDES  
 FTC MOURNS THE DEATH OF ITS MEMBER

*Peter Thiele, geboren am 01.09.1947 ist am 31.03.2015 verstorben.  
 Peter Thiele, born on September 1st 1947 passed away on March 31th 2015*





Impressionen / Impressions



Impressionen / Impressions



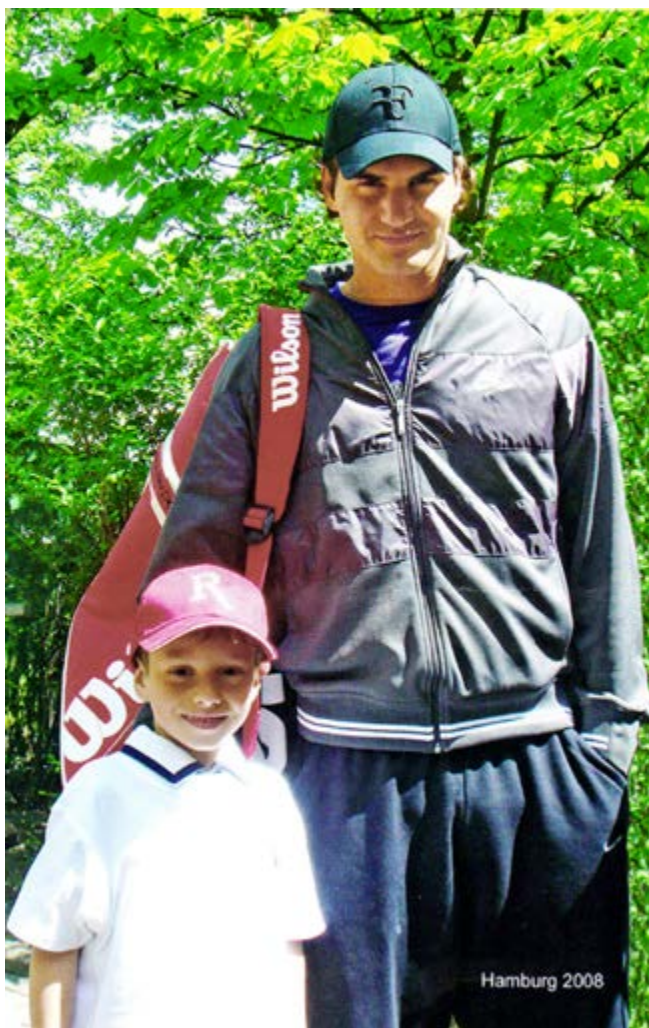


# Impressionen / Impressions



## WELTKLASSE MEETS FTC 1914 PALMENGARTEN CAMPS, KIDS & LEGENDEN

Beim Durchstöbern unseres Archives nach imposanten Bildern für die „Centrecourt-Impressionen“ waren wir verblüfft über unsere Funde. Zahlreiche Fotos belegen Besuche internationaler Tennisgrößen in unserem Club und Zusammentreffen von kleinen und großen Clubmitgliedern mit der Weltspitze des Tennis. Ob Spieler oder Trainer. Natürlich waren diese Ereignisse nicht in Vergessenheit geraten, aber dennoch machte uns diese Ausbeute stolz. Und wir fanden: Das ist eine eigene Rubrik wert.



### WORLD-CLASS TALENT MEETS FTC 1914 PALMENGARTEN CAMPS, KIDS & LEGENDS

■ When we looked through our archive for impressive pictures for our “centre-court impressions”, we were amazed by what we found. Numerous photos served as proof of visits from international tennis stars to our club, and of meetings between club members both young and old and the world’s leading tennis players - both players and coaches. Of course these events had not been forgotten, but these finds still made us proud. And we thought them worth a section of their own.

LUKAS PROKOT MIT ROGER FEDERER AM  
HAMBURGER ROTHENBAUM  
LUKAS PROKOT WITH ROGER FEDERER AT  
HAMBURGER ROTHENBAUM



# IHRE APOTHEKER

# CLUB Camps, Kids & Legenden



OBEN / ABOVE:: RAFAEL NADAL UND / AND FTC-KIDS MORITZ UND JULIA RAUSER



OBEN / ABOVE:  
ROScoe TANNER, JÜRGEN FASSBENDER, JÜRGEN HACKAUFF

RECHTS / RIGHT:  
JÜRGEN HACKAUFF, MATS WILANDER, EVA PFAFF



## TENNISCAMPS

MIT WELTKLASSESPIELERN UND -TRAINERN  
*WITH WORLD CLASS PLAYERS AND COACHES*



JÜRGEN HACKAUF, VINCENT CORBINAIS, GASTSPIELERIN, BEATE HACKAUFF, KARL MEILER



KARL MEILER MIT / *WITH* SVEN CORBINAIS



TRAININGSCAMP MIT DETLEV BRAUN, JÜRGEN HACKAUFF, HANS-DIETER BEUTEL, NIKLAS ZIELEN, DR. INGO MANTZKE, ZOLTAN ERDÖS

# WHO IS WHO

## GROSSE NAMEN IM CLUB. ZAHLEN UND FAKTEN

### FACTS AND FIGURES ON BIG NAMES FROM THE FTC CLUB

**RODGER FEDERER**, \* 03.08.1981 Basel

Höchste Weltranglistenplatzierung Einzel: 1 – Aktuelle Weltranglistenplatzierung: 2

Der Schweizer zählt zu den erfolgreichsten Tennisspielern der Welt. Fünfmal in Folge erlangte er in den Jahren 2003 - 2007 den Sieg des Prestigeturniers von Wimbledon. 2005, 2006 und 2007 wurde er zum "Weltsportler des Jahres" ernannt und mit dem „Laureus World Sports Award“ ausgezeichnet.

■ *Highest world singles ranking: 1 – Current world ranking: 2*

*This Swiss player is one of the most successful tennis players in the world. He won the prestigious Wimbledon tournament five times in a row between 2003 and 2007. In 2005, 2006 and 2007, he was named World Sportsman of the Year and awarded the „Laureus World Sports Award“.*

**RAFAEL NADAL**, \* 03.06.1986 Manacor/Mallorca

Höchste Weltranglistenplatzierung Einzel: 1 – Aktuelle Weltranglistenplatzierung: 3

Mit seinem Sieg beim French Open am 05. Juni 2005 über den Argentinier Mariano Puerta wurde er zum jüngsten Gewinner eines Grand-Slam-Turniers seit Michael Chang. 2006 verteidigte er den Titel gegen Roger Federer. 2008 - 2009 war er die Nr. 1 der Weltrangliste und seit seinem French-Open-Sieg 2010 steht er wieder an der Spitze im ATP-Ranking.

■ *Highest world singles ranking: 1 – Current world ranking: 3*

*With his victory over the Argentinian player Mariano Puerta at the French Open on 5 June 2005, he became the youngest winner of a Grand Slam tournament since Michael Chang. In 2006, he defended his title against Roger Federer. From 2008 to 2009, he was the number one in the world rankings, and since his victory at the 2010 French Open he has been back at the top of the ATP Rankings.*

**MATS WILANDER**, \* 22.08.1964 Växjö/Schweden

Höchste Weltranglistenplatzierung Einzel: 1

Er gewann sieben Grand-Slam-Titel und dreimal den Davis Cup mit der schwedischen Mannschaft. Im Davis-Cup-Viertelfinale 1982 verlor Wilander gegen John McEnroe in einem Fünfsatz-Marathon über 6 Stunden und 22 Minuten – bis dato das längste Einzelmatch in der Geschichte des Davis Cup. Wilander gewann 33 Einzel- und sieben Doppeltitel.

■ *Highest world singles ranking: 1*

*He has won seven Grand Slam titles, and won the Davis Cup three times with his Swedish team. In the 1982 Davis Cup quarter-final, Wilander lost against John McEnroe in a five-set marathon lasting 6 hours and 22 minutes – the longest match to date in the history of the Davis Cup. Wilander won 33 singles and seven doubles titles.*

**JÜRGEN FASSBENDER**, \* 28. Mai 1948 Wesseling

Höchste Weltranglistenplatzierung Einzel: 31

Er bestritt 23 Davis-Cup-Einsätze, 44 ATP-Finale und war dreifacher deutscher Einzel-Meister. Zusammen mit Hans-Jürgen Pohmann und Karl Meiler war Jürgen Faßbender in den 1970er Jahren im Doppel aktiv. Mit Pohmann erreichte er 1973 das Halbfinale der French Open und 1975 das Halbfinale in Wimbledon. Er erhielt den Wimbledon-Fairnesspreis.

■ *Highest world singles ranking: 31*

*He played in the Davis Cup 33 times, was in 44 ATP finals and became the German singles champion three times. Together with Hans-Jürgen Pohmann and Karl Meiler, Jürgen Faßbender was an active doubles player in the 1970s. Together with Pohmann, he reached the semi-final of the French Open in 1973, and the Wimbledon semi-final in 1975. He received the Wimbledon Fair Play award.*



EVA PAFF, JÜRGEN HACKAUFF, CLAUDIA KOHDE-KILSCH

PETER MACNAMARA (RECHTS) MIT JULIA BORCHERT UND J. HACKAUFF. UNTEN: ROD FRAWLEY (2.V.L.) MIT BRIGITTE KRÄLL, DAGMAR PANNER, BEATE UND JÜRGEN HACKAUFF  
 PETER MACNAMARA (RIGHT) MIT JULIS BORCHERT AND J. HACKAUFF. BOTTOM: ROD FRAWLEY (2ND FROM LEFT.) MIT BRIGITTE KRÄLL, DAGMAR PANNER, BEATE UND JÜRGEN HACKAUFF

PATRICK KÜHNEN MIT CLUBMITGLIED JOSEF GAMPERL UND ZWEI GASTSPIELERINNEN.



**ROSCOE TANNER**, \* 15.10.1951 Chattanooga / USA.

Höchste Weltranglistenplatzierung Einzel: 4

Sein größter Erfolg als Tennisspieler war 1977 der Gewinn der Australian Open und einen Grand Slam Titel. Er schaffte es 1979 ins Finale von Wimbledon, in dem er gegen Björn Borg knapp verlor. Er gewann insgesamt 16 Tennisturniere.

■ *His greatest success as a tennis player came in 1977 when he won the Australian Open and a Grand Slam title. In 1979, he reached the Wimbledon final, where he narrowly lost out to Björn Borg. He won 16 tennis tournaments in total.*

**KARL MEILER**, \* 30.04.1949 Erlangen, † 14.04.2014

Höchste Weltranglistenplatzierung Einzel: 20

Karl Meiler war zwischen 1974 und 1979 die Nummer 1 der Weltrangliste. In den 70ern und 80er Jahre vertrat er mit Hans-Jürgen Pohmann und Jürgen Faßbender das deutsche Tennis. Er gewann vier ATP-Titel im Einzel, u. a. gegen Jimmy Connors 1974 und gegen Guillermo Vilas 1972. Er erreichte 14 ATP-Finale im Einzel. Noch erfolgreicher war Meiler mit 17 Titeln im Doppel. Karl Meiler war 1971 Mitbegründer der Association of Tennis Professionals.

■ *Highest world singles ranking: 20*

*Between 1974 and 1979, Karl Meiler was number 1 in the world rankings. In the 1970s and 1980s, he represented German tennis together with Hans-Jürgen Pohmann and Jürgen Faßbender. He won four ATP singles titles, including against Jimmy Connors in 1974 and Guillermo Vilas in 1972. He reached 14 ATP singles finals. Meiler was even more successful in doubles play, with 17 titles. In 1971, Karl Meiler co-founded the Association of Tennis Professionals.*

**HANS-DIETER BEUTEL**, \* 12.06.1962 Esslingen

Höchste Weltranglistenplatzierung Einzel: 101, Deutscher Meister Halle

H-D Beutel wurde als Jugendlicher im Bundesleistungszentrum Hannover u. A. von dem damaligen Bundestrainer Jürgen Hackauff betreut und trainiert und später zum B-Trainer ausgebildet. Heute leitet H.-D. Beutel das Leistungszentrum des Württembergischen Tennisverbandes als Cheftrainer für Leistungssport Herren.

■ *Highest world singles ranking: 101*

*As a youngster, H.-D. Beutel was supported and trained amongst others by Jürgen Hackauff in the High Performance Centre Hannover, where he was later educated to be a B trainer. Today, H.-D. Beutel manages the High Performance Centre of the Tennis Federation Württemberg as the head trainer of men's competitive sports.*

**PETER MCNAMARA**, \* 5. Juli 1955 in Melbourne

Höchste Weltranglistenplatzierung Einzel: 7

McNamara gewann fünf Einzeltitel. Im Doppel siegte er bei 19 Turnieren. Mit Paul McNamee gewann er unter anderem 1980 und 1982 den Doppelwettbewerb von Wimbledon.

■ *Highest world singles ranking: 7*

*McNamara won five singles titles. In doubles play, he won 19 tournaments. Together with Paul McNamee, he won the Wimbledon doubles in 1980 and 1982, among other victories.*

**ROD FRAWLEY**, \* 08.09.1952 Brisbane / Australien

Höchste Weltranglistenplatzierung Einzel: 43

Während seiner Karriere gewann er ein Einzel- und 5 Doppeltitel. Frawley erreichte das Halbfinale von Wimbledon, verlor aber gegen John McEnroe.

■ *Highest world singles ranking: 43*

*During his career, he won one singles title and five doubles titles. Frawley reached the semi-final at Wimbledon, but lost to John McEnroe.*

**EVA PAFF**, \* 10.02.1961 Königstein / Taunus

Höchste Weltranglistenplatzierung Einzel: 17

In ihrer Profilaufbahn gewann sie acht Doppeltitel auf der WTA Tour. Im Federation Cup spielte sie in den 1980er Jahren zusammen mit Claudia Kohde-Kilsch, Sylvia Hanika, Bettina Bunge, Claudia Porwik und Steffi Graf für Deutschland. Ihre Bilanz: neun Siege, eine Niederlage. Eva Pfaff arbeitet heute als Sportpsychologin und Sportjournalistin.

■ *In her prominent career, she won eight doubles titles on the WTA Tour. In the Federation Cup, she played for Germany together with Claudia Kohde-Kilsch, Sylvia Hanika, Bettina Bunge, Claudia Porwik and Steffi Graf during the 1980s. Her score sheet: nine wins, one defeat. Today, Eva Pfaff works as a sports psychologist and sports journalist.*

**CLAUDIA KOHDE KILSCH**, \* 11.12.1963 Saarbrücken

Höchste Weltranglistenplatzierung Einzel: 4

In der Doppelweltrangliste belegte sie mit Helena Suková Platz zwei hinter Martina Navrátilová/Pam Shriver und zählte zur absoluten Weltspitze. Sie erkämpfte 1987 für die BRD den ersten Sieg beim Fed Cup, im Doppel an der Seite von Steffi Graf. Sie gewann mit Helena Suková 19 Doppeltitel (darunter 1 mal Wimbledon und 1 mal US Open).

■ *Highest world singles ranking: 4*

*Together with Helena Suková, she achieved second place behind Martina Navrátilová/Pam Shriver in the world doubles rankings, and was thus one of the top global doubles players. In 1987, she achieved the first win for the Federal Republic of Germany at the Fed Cup as a doubles player beside Steffi Graf. Together with Helena Suková, she won 19 doubles titles (including one Wimbledon title and one US Open title).*

**PATRIK KÜHNEN**, \* 11.02.1966 Püttlingen

Höchste Weltranglistenplatzierung Einzel: 43

In den Jahren 1988/89 und 93 gewann er als Spieler mit der deutschen Mannschaft den Davis Cup, 1989 und 1994 auch den World Team Cup. 2003 bis 2012 war er Kapitän der deutschen Davis-Cup-Mannschaft und coachte sie auch beim World Team Cup. Diesen Pokal konnte er mit der Mannschaft 2005 und 2011 gewinnen.

■ *Highest world singles ranking: 43*

*In 1988, 1989 and 1993, he won the Davis Cup with his German team-mates; in 1989 and 1994, he also won the World Team Cup. From 2003 to 2012, he was the captain of the German Davis Cup team, and also coached the World Cup team. He and his team were able to win this title in 2005 and 2011.*

**CARL UWE (CHARLY) STEEB**, \* 01.09.1967 Aalen

Höchste Weltranglistenplatzierung Einzel: 14

Er gewann drei Einzeltitel und bezwang 1988 im Finale in Göteborg den damaligen Weltranglistenersten Mats Wilander. 1989 wurde Charly Steeb mit der deutschen Mannschaft erneut Davis-Cup-Sieger. 1989 gewann er den World Team Cup und konnte dies als Kapitän des Teams von 1998 wiederholen. 1999 bis 2001 war er Kapitän des deutschen Davis-Cup-Teams, als Nachfolger von Boris Becker.

■ *Highest world singles ranking: 14*

*He won three singles titles and in 1988 beat the then top-ranking Mats Wilander at the final in Göteborg. In 1989, Charly Steeb once again won the Davis Cup with the German team. In 1989, he won the World Team Cup, something he was able to repeat in 1998 as team captain. From 1999 to 2001, he was the captain of the Davis Cup team, taking over from Boris Becker.*

**MICHAEL STICH**, \* 18.10.1968 Pinneberg

Höchste Weltranglistenplatzierung Einzel: 9

Seinen größten sportlichen Erfolg errang er, als er nach einem Sieg über den Schweden Stefan Edberg und über Boris Becker das legendäre Wimbledon-Turnier gewann (1991). 1992 gewann er gemeinsam mit Boris Becker bei den Olympischen Spielen in Barcelona das Endspiel und sicherte sich somit die Goldmedaille.

■ *Highest world singles ranking: 9*

*He achieved his greatest sporting success when he beat the Swedish player Stefan Edberg and then Boris Becker to win the legendary Wimbledon tournament (1991). In 1992, he and Boris Becker won the finals at the Olympic Games in Barcelona, thereby securing a gold medal.*





LINKE SPALTE: CHARLY STEEB MIT FTC NACHWUCHS,  
 MICHAEL STICH BEI EINER PRESSEKONFERENZ,  
 BORIS BECKER IM CLUB. RECHTE SPALTE: ANKE HUBER UND  
 ANDREA PETCOVIC BEIM CHARITY-TURNIER IM FTC PALMENGARTEN  
 LEFT COLUMN: CHARLY STEEB, MICHAEL STICH AT A PRESS CON-  
 FERENCE HELD AT FTC 1914 PALMENGARTEN, BORIS BECKER AT  
 THE CLUB. RIGHT COLUMN: ANKE HUBER AND ANDREA PETCOVIC  
 PLAYED THE CHARITY-TURNIER AT FTC PALMENGARTEN



**BORIS BECKER**, \* 22.11.1967 Leimen

Höchste Weltranglistenplatzierung Einzel: 1

Er zählte in den 80er und 90er Jahren zu den großen Ausnahmetalenten. 1985 gewann er als erster Deutscher, erster ungesetzter und mit erst 17 Jahren jüngster Spieler in Wimbledon (erneut 1986, 1989). BB gewann insgesamt 49 Turniere im Einzel, darunter 6 Grand-Slam-Turniere sowie 15 Titel im Doppel. Entscheidend war er als Spieler an den deutschen Davis-Cup Siegen 1988 und 1989 beteiligt, ehe er 1997 zum Teamchef berufen wurde.

■ *Highest world singles ranking: 1*

*In the 1980 and 1990s, he was seen as one of the truly exceptional talents. In 1985, he was the first German player, first unranked player and – at just 17 – the youngest player to win Wimbledon (which he did again in 1986 and 1989). In total, BB won 49 tournaments as a singles player, including six Grand Slam tournaments, and 15 doubles titles. He was a key factor in Germany winning the Davis Cup in 1988 and 1989, before becoming the team manager in 1997.*

**ANKE HUBER**, \* 04.12.1974 Bruchsaal

Höchste Weltranglistenplatzierung Einzel: 4

Herausragend in ihrer Laufbahn war das legendäre Match gegen Steffi Graf im Masters-Finale 1995, in dem sie in fünf Sätzen unterlag. Viele Beobachter bezeichneten das Match als das beste ihrer Profi-Karriere. Ein weiterer Höhepunkt war Platz vier in der WTA-Weltrangliste 1996.

■ *Highest world singles ranking: 4*

*A stand-out moment in her career was her legendary match against Steffi Graf in the 1995 Masters final, which she lost in five sets. Many observers described it as the best match of her professional career. Another highlight was her fourth-place position in the WTA world rankings in 1996.*

**ANDREA PETKOVIĆ**, \* 9. September 1987 Tuzla / Bosnien

Höchste Weltranglistenplatzierung Einzel: 9 - Aktuelle Weltranglistenplatzierung Einzel: 10

Ihr gelang 2011 der Durchbruch auf der WTA-Tour. Nach Viertelfinalteilnahmen bei den Grand-Slam-Turnieren in Melbourne, Paris und New York stand sie erstmals in den Top 10. Nach langer Verletzungspause 2014 schaffte sie es beim WTA-Turnier in Charleston wieder in die Siegerliste, bevor sie bei den French Open mit ins Halbfinale einzog.

■ *Highest world singles ranking: 9 - Current world singles ranking: 10*

*She achieved her breakthrough on the WTA Tour in 2011. After reaching the quarter-finals in the Grand Slam tournaments in Melbourne, Paris and New York, she was ranked in the top 10 for the first time. Following a long layoff caused by injury, in 2014 she managed to get back on the list of winners in the WTA tournament in Charleston before also going on to reach the semi-final of the French Open.*



# ERFOLGREICH IM TENNIS

## VERLETZUNGSRISIKO MINIMIEREN

**Tennis macht zu viel Spaß, als dass man sich die Sommersaison mit dem Auskurieren von Verletzungen verderben lassen sollte. Daher starten Sie jetzt mit einem gut strukturierten Tennisvorbereitungs- und Aufbautraining. Denn eine gute Verletzungsprophylaxe setzt weit früher ein, als das zehnmütige Aufwärmen vor dem Match.**

Eine gute Kraft und Stabilität, Beweglichkeit, Koordination und Ausdauer vermindert nicht nur Verletzung und Überbelastung beim Tennis, hier liegt auch der Schlüssel für ihren Erfolg auf dem Platz.

Schnelle Starts und Stopps, impulsives Beschleunigen und Abbremsen der Bewegungen im Tennis erfordern ein hohes Maß an muskulärer Stabilität, Reaktivkraft und Kraftausdauer in Muskulatur und Gelenk. Maximale Rotations- und Streckbewegungen der Wirbelsäule erfordern viel Flexibilität.

Bewegungen in dieser Intensität und solchem Bewegungsumfang kommen im Alltag in der Regel nicht vor, somit sind Überlastungen vorprogrammiert. Bereiten Sie ihre Muskeln und Gelenke auf diese Belastungen mit einem guten Mix aus Athletiktraining Tennis, Functional Training und Verbesserung der Beweglichkeit vor. Eine Trainingssequenz von einmal wöchentlich 60 Minuten über 10 Wochen, ist eine Top Basis.

### RICHTIG TRAINIEREN RICHTIG GESUND

MFT

im Grüneburgweg

Medizinisches Fitnessstraining

MFT

Westend

Medizinisches Fitnessstraining Physiotherapie

MFT Medizinische Fitness eröffnet die Möglichkeit langfristig ihre Gesundheitsziele zu erreichen. Wir begleiten Sie auf ihrem individuellen Weg zu Gesundheit, Fitness und Lebensqualität.

## Ziele Erreichen

### Erfolgreich im Tennis – Verletzungsrisiko minimieren

Minimieren Sie ihr persönliches Verletzungsrisiko durch ein gezieltes Tennisvorbereitungs-Training. Denn eine gute Verletzungsprophylaxe setzt weit früher ein, als das zehnmütige Aufwärmen vor dem Match. Bereiten Sie ihre Muskeln und Gelenke auf diese Belastungen mit einem guten Mix aus Athletiktraining Tennis, Functional Training und Verbesserung der Beweglichkeit vor.

Als Partnerclub des TC Palmengartens bieten wir allen Tennisclub-Mitgliedern im MFT Medizinisches Fitnessstraining ein gezieltes und individuelles Tennisvorbereitungs-Training im Rahmen einer 10-er Karte an.

Gezielte und  
individuelle  
Tennisvorbereitung  
mit der MFT  
10er Karte

### Die häufigsten Verletzungsmuster im Tennis:

Während akute Verletzungen meist das Knie und Sprunggelenk betreffen sind die chronischen Verletzungen und Überlastungsschäden vor allem in Wirbelsäule, Schulter und Ellenbogen lokalisiert.

#### 1. Sprunggelenk

Distorsion des oberen Sprunggelenkes  
Fibulare Bandruptur

#### 2. Schulter

Überbelastung der Kapsel-Band-Strukturen  
Impingement-Syndrom  
Chronische Instabilität  
Rotatorenmanschettenläsionen

#### 3. Untere Extremität – Bein

Muskelzerrung  
Muskelfaserriss  
Achillessehnenreizung/-ruptur  
Knieinstabilität nach Kreuz-, Seitenband- oder Meniskusverletzung  
Mechanische Überbelastung im Gelenk

#### 4. Wirbelsäule

Rückenschmerzen vorwiegend im unteren Rücken  
Bandscheibenprobleme

#### 5. Ellenbogen

Epicondylitis



## SUCCESS IN TENNIS MINIMISING INJURY RISK

■ **Playing tennis is too much fun to have your summer season ruined through injury. This is why we are now launching a well-structured tennis preparation and conditioning programme. A good injury prevention programme includes much more than just a ten-minute warm-up before play.**

Good strength and stability, mobility, coordination and endurance not only reduce the risk of injury and over-exertion during tennis, but are also the key to your on-court success.

Quick starts and stops, impulsive acceleration and breaking-off of movements in tennis require a great degree of

muscular stability, reactivity and strength endurance in the muscles and joints. Maximal rotational and stretching movements of the spine require great flexibility.

Movements of this intensity and range of motion do not generally occur in daily life, inevitably leading to overstressing. Prepare your muscles and joints for these stresses

**Trainingsempfehlungen für Schulter und Arm**

Für eine gute Schlägerführung bedarf es einer guten Stabilität der handgelenks- und ellenbogenstabilisierenden Muskulatur. Insbesondere die streckende Unterarmmuskulatur ist im Tennis hohen Belastungen ausgesetzt. Ein funktionelles Stabi-Training hilft Überbelastung zu vermeiden.

Tennis ist ein Rückschlagsport, bei dem die Schulter Dreh- und Angelpunkt ist. Selbstverständlich spielt hier Kraft und Stabilität eine wichtige Rolle. Ein kraftvolles Spiel setzt jedoch ebenfalls viel Beweglichkeit in Wirbelsäule und Rumpf voraus. Dieser Aspekt wird im klassischen Tennis-training häufig unterschätzt.

Ein weit verbreiteter Technikfehler im Tennis besteht darin, sich für den Schlag die Kraft überproportional aus Schulter und Arm zu holen. Somit sind am Schlag eher vergleichsweise kleine Muskeln mit geringer Kraftentfaltung beteiligt und somit hoher Wahrscheinlichkeit für Überbelastung ausgesetzt. Ein deutlich stärkeres Kraftpotential bieten

die großen Rumpfmuskeln. Diese gilt es im Tennisvorbereitungs-Training koordinativ einzubinden.

**Trainingsempfehlung Rücken**

Im Bereich der Brustwirbelsäule verlieren wir über die Jahre an Beweglichkeit. Eine Verkürzung des Hüftbeugemuskels, meist verursacht durch viel Sitzen, schränkt die Lendenwirbelsäule ein. Somit ist bei Rotations- und Streckbewegungen häufig die Lendenwirbelsäule überproportional belastet. Im MFT Medizinisches Fitnessstraining arbeiten wir hierfür mit einem Gerätezirkel, dem Five Rücken- und Gelenkkonzept, zur gezielten Verbesserung der Beweglichkeit des Rückens. Für eine volle Kraftentfaltung braucht es Beweglichkeit. Stellen Sie sich die kraftvolle und geschmeidige Beweglichkeit eines Tieres in voller Aktion vor, z. B. ein rennender Gepard. Würde sich dieses Tier wie ein Roboter bewegen, so käme es nie auf die volle Leistung.

---

*with a good blend of athletics training, tennis, functional training and improvement of your mobility. A 60-minute training sequence performed once a week over the course of 10 weeks provides a great foundation.*

**Overview of the most common injury patterns in tennis**

*While acute injuries most commonly affect the knees and ankles, chronic injuries and overuse injuries occur most often in the spine, shoulders and elbows.*

**1. Ankles**

*Distortion of the upper ankle  
Rupture of the fibular band*

**2. Shoulder**

*Overuse of the capsule and ligament structures  
Impingement syndrome  
Chronic instability  
Rotator cuff lesions*

**3. Lower extremities – legs**

*Muscle sprains  
Muscle-fibre tears  
Inflamed/ruptured achilles tendon  
Knee instability following cruciate, collateral or meniscus ligament injuries  
Mechanical overuse of the joint*

**4. Spine**

*Back pain, predominantly in the lower back  
Disc problems*

**5. Elbows**

*Epicondylitis*

**Training recommendations for shoulders and arms**

*Good racket control requires good stability of the muscles stabilising the wrists and elbows. The contractile tissues of the forearms are particularly exposed to high stresses in tennis. Functional stabilisation training can help prevent oversteering.*

*Tennis is a racquet sport in which the shoulders play a crucial role. Strength and stability are also important, of course. Yet a powerful game also requires great mobility in the spine and torso. This aspect is often neglected in traditional tennis training.*

*Relying disproportionately on the shoulders and arms for a powerful serve or volley is a common technique fault in tennis. It results in comparatively small muscles with low force-production ability being involved in the serve or volley, leading to a greater risk of oversteering. The large torso muscles provide much greater strength potential. This strength must be incorporated into tennis preparation training in a coordinated manner.*

**Trainingsempfehlung Sprunggelenk und Knie**

Die durchschnittliche Gehstrecke eines Menschen im 21. Jahrhundert liegt bei ca. 700 Metern pro Tag. Vor 100 Jahren wurden noch täglich ca. 20 Kilometer gelaufen. Wie weit laufen Sie täglich? Wen wundert es daher, wenn ein Mensch, der überwiegend am Tag sitzt und sich beim Gehen auf überwiegend kurzen und ebenen Gehstrecken in moderater Geschwindigkeit bewegt, kaum mehr funktionelle Stabilität in fuß- und sprung- und kniesichernder Muskulatur besitzt. Ein funktionelles Stabi- und Athletiktraining gleicht diese Defizite aus.

**Trainingsempfehlung für die Beinmuskulatur**

Schnelle Sprint- und Stoppbewegungen erfordern viel Kraft. Gerät ein Muskel an seine Grenze der Belastbarkeit, so beginnt er zu verkrampfen und reagiert mit einer Spannungserhöhung. Ein Muskel mit erhöhter Spannung ist jedoch stark verletzungsgefährdet. Muskelfaserrisse

in Oberschenkel oder Wade, Entzündungen an der Sehne bis hin zu Riss der Achillessehne können die Folge sein. Krafttraining in Kombination mit Stretching ist wichtige Maßnahme im Tennisvorbereitungstraining.

**Fazit:** Minimieren Sie ihr persönliches Verletzungsrisiko durch ein gezieltes Tennisvorbereitungs-Training. Aus den Vorjahren wissen die meisten, welche Schwachstellen sich abzeichnen werden. Mit einem mehr an Kraft, Stabilität und Beweglichkeit stellen Sie ihren persönlichen Erfolg sicher ... und davon werden Sie nicht nur beim Tennis profitieren. Organisieren Sie dieses Training genauso konsequent wie Ihr Tennistechniktraining und scheuen Sie nicht sich qualifizierte Trainer und Trainingsbedingungen mit hinzuzuziehen. Als Partnerclub des TC Palmengartens bieten wir allen Tennisclub-Mitgliedern im MFT Medizinisches Fitnessstraining ein gezieltes und individuelles Tennisvorbereitungs-Training im Rahmen einer 10-er Karte an. **Felicitas Herresthal**

**Training recommendations for the back**

As we age, we lose mobility in our thoracic spine. A shortening of the hip flexors, often caused by lots of sitting, limits the lumbar spine. This often leads to disproportionate stresses being placed on the lumbar spine during rotational and stretching movements. In MFT Medical Fitness Training, we therefore use a machine circuit, the Five Back and Joint Concept, for the targeted improvement of back mobility. Great force production requires mobility. Think of the powerful and smooth movements of an animal in full motion, e.g. a running cheetah. If the animal moved like a robot, it would never achieve full performance.

**Training recommendations for the ankles and knees**

The average walking distance covered by a person in the 21st century is approx. 700 metres a day. Approximately 100 years ago, people walked an average 20 kilometres a day. How far do you walk each day? It's no surprise, then, if a person who spends the majority of their day sitting and who moves only at moderate speeds while walking short and level distances has barely functional stability in their muscles stabilising the feet, ankles and knees. Functional stability and athletics training balances out these deficits.

**Training recommendations for the leg muscles**

Rapid sprints and breaking motions require lots of strength. If a muscle is exerted to its limit, it will begin to cramp and

reacts by becoming tight. A tightened muscle is at great risk of injury, however. This may result in muscle-fibre tears in the quadriceps or calves, ligament inflammation or a torn achilles tendon. Strength training combined with stretching is important in preparing to play tennis.

**Conclusion:** Minimise your personal injury risk through targeted tennis preparation training. We often know from the previous year where our weak spots will be. With increased strength, stability and mobility, you will ensure your personal success... something you will benefit from not only when playing tennis.

Organise this training as consistently as you do your tennis technique training, and do not be shy in seeking out professional coaching and training conditions. As a partner club of FTC Palmengarten, MFT Medical Fitness Training offers all tennis club members targeted and individual tennis preparation training as part of a 10x ticket. **Felicitas Herresthal**





Haben Sie ihn erkannt? Der junge Mann von Seite 56 ist Torsten Hamm, Trainer in unserem Club seit 1980. Geschäftsführer Jürgen Hackauff hat mit ihm gesprochen.

■ *Have you recognised him? The young man on page 56 is Torsten Hamm, a coach at our club since 1980. Managing Director Jürgen Hackauff has talked to him.*

# GANZ EINFACH GLÜCK HABEN

Jeden Tag viele tolle Gewinne!

täglich  
**1 Mio. €**  
oder  
1.000 x 1.000 €

**16 Mio. €**  
Höchstgewinn\*  
Chance  
1:3 Mio.

**1,289 Mrd.**  
Gesamtgewinn-  
Summe

**STAATLICH  
GARANTIERT**

Die SKL – eine Lotterie mit langer, erfolgreicher Tradition.

Alle Gewinne sind staatlich garantiert.

Der Höchstgewinn (Jackpot) pro Lotterie beträgt 16 Millionen €\*.

\*Die Gewinnchance auf den Höchstgewinn beträgt 1:3 Millionen. Das maximale finanzielle Risiko ist der Loseinsatz.  
Spieleinsatz pro 10%-Losanteil ab 15,- € monatlich. Der Höchstgewinn kann nur mit einem 1/1 Los (150,- € monatlich) erzielt werden.



LOTTERIE  
**GREGOR**  
STAATLICHE LOTTERIE-EINNAHME  
SÜDDEUTSCHE KLASSENLOTTERIE  
Alt Eschersheim 34 · 60433 Frankfurt

Informationen und Spielunterlagen:

**freecall 0800 5688379**

Gebührenfrei aus dem deutschen Festnetz.

[www.skl-gregor.de](http://www.skl-gregor.de) · [info@skl-gregor.de](mailto:info@skl-gregor.de)

**Torsten, Du bist nun schon seit 1980 Clubmitglied und seit unglaublichen 35 Jahren Trainer bei uns. Warum hast Du dich für den FTC 1914 Palmengarten entschieden?**

TH: In meinem kleinen Heimatverein Dietzenbach waren für mein Empfinden die Trainingsbedingungen und Trainingspartner leider nicht mehr ausreichend. Ich wurde im Alter von 15 Jahren von dem damaligen Präsidenten Dr. Bredereck angeworben. Ich war sofort angetan und wollte für diesen Club zu spielen, nicht zuletzt aufgrund zahlreicher Bundesligabesuche des FTC 1914 in den Jahren davor. Diese Entscheidung habe ich bis zum heutigen Tag nie bereut, weil der Club mir in dieser langen Zeit sehr viel gegeben hat: in sportlicher, gesellschaftlicher und kultureller Hinsicht. Im Gegenzug habe ich immer versucht, alles für den Club einzubringen, sei es als Spieler oder als Trainer.

**Was gefällt Dir am Tennisclub Palmengarten?**

TH: Das große Platzangebot mit wirklich allen Möglichkeiten, die es so nur in wenigen Tennisclubs gibt, umgeben von schöner Natur. Das gemütliche Clubhaus mit Bar und der riesigen Terrasse. Und natürlich die Gastronomie.

**Was macht Dir bei Deiner Arbeit am meisten Spaß und was könnte man aus Deiner Sicht hier im Club verbessern?**

TH: Mir macht alles Spaß, ob es der Leistungssport oder der Breitensport ist, ob Alt oder Jung. Das wichtigste ist, die Begeisterung deines Gegenübers an diesem Sport wecken und auch fühlen zu können. Natürlich kann man im Club immer etwas verbessern, aber momentan sind viele gute Dinge im Jugendbereich durch den Vorstand angedacht, bzw. werden schon in dieser Saison gestartet.

**Was gibst Du den Kids mit auf ihren Tennisweg?**

TH: Fangt diese coole Sportart an, wohin die Reise geht könnt ihr durch euren Trainingsfleiß und Eigenantrieb selbst bestimmen. Es gibt zwischen Nadal, Federer und einem normalen Mannschaftsspieler, bzw. Hobbyspieler viele Stufen, die man erreichen kann. Alle lohnen sich für die eigene Entwicklung. Im Vordergrund sollte dabei immer der Spaß und die Fairness stehen, bei jedem Wettkampf und jedem Training. Tennis kann Freundschaften, Netzwerke, Partnerschaften, selbst Stipendien anbahnen, egal welches Level ihr erreicht.

---

■ **Torsten, you have been a member of the club since 1980, and have coached here for an unbelievable 35 years. What made you decide on FTC 1914 Palmengarten?**

TH: In my small local club in Dietzenbach, I felt that the training conditions and training partners were sadly no longer sufficient. I was scouted at the age of 15 by the then-president Dr. Bredereck. I immediately liked it here and wanted to play for this club, not least because of the FTC's numerous visits to the Country-wide League (Bundesliga) in the preceding years. To this day, I have never regretted that decision, because the club has given me a lot over these many years, in sporting, social and cultural terms. In return, I have always tried to do my best for the club, both as a player and a coach.

**What do you like about the Palmengarten Tennis Club?**

TH: The great number of courts with all the facilities you need – which are lacking at all but a few tennis clubs – surrounded by beautiful nature. The cosy club house with its bar and huge terrace. And of course the catering.

**What do you enjoy most about your work, and what do you think could be improved about the club?**

TH: I enjoy it all, really, whether it's competitive sport or playing for leisure, young players and old.

The most important thing is to instil a passion for this sport in those you coach, and to feel that passion yourself. Of course there are always things one could improve in the club, but the board currently has lots of good plans in the pipeline for junior tennis, some of which are being launched this season.

**What do you impart to the kids for their tennis careers?**

TH: Just get started with this cool sport and you can determine where the journey takes you, depending on your dedication to training and your drive. Between Nadal, Federer and an average team player or amateur player, there are many different levels you can reach. They are all worthwhile in terms of your own development. The focus should always be on fun and fairness, during every tournament and every training session. Tennis can lead to friendships, networks, partnerships and even scholarships, regardless of the level you reach.



# PROMINENTE ZITATE

## QUOTES BY FAMOUS PEOPLE

Tennis ist Langstrecke. Du kannst nicht immer mit Tempo 220 über die Autobahn rasen, du musst lernen, dass manchmal 110 reichen.

■ *Tennis is a long-distance sport. You can't always drive at 220 kilometres an hour on the motorway; you've got to learn that 110 is sometimes enough.*

BRAD GILBERT, amerikanischer Tennisspieler

Einer Gesellschaft, die man damit unterhalten kann, dass zwei Menschen einen Ball hin- und herschlagen, ist alles zuzutrauen.

■ *A society that can be entertained by two people hitting a ball back and forth is capable of anything.*

MANFRED ROMMEL, ehem. dt. Politiker

Tennis besteht aus dem Sport und einer wirtschaftlichen Seite.

■ *Tennis consists of the sport itself and a commercial facet.*

CLAUS STAUDER, dt. Sportfunktionär

Andy Roddick beging seinen größten Fehler, als er in der gleichen Zeit zur Welt kam wie ein gewisser Roger Federer.

■ *Andy Roddick made his biggest mistake by being born at the same time as a certain Roger Federer.*

ANDRE AGASSI, amerikanischer Tennisspieler

In den ersten drei Jahren habe ich vor allem vom Talent gelebt und wenig gelernt.

■ *In the first three years, I lived off my talent above everything else, and learned very little.*

BORIS BECKER, dt. Tennisspieler

Ich spielte wie Kournikova.

■ *I played like Kournikova.*

GORAN IVANISEVIC, kroatischer Tennisspieler

Was für ein höflicher Sport Tennis doch ist. Das meistverwendete Wort scheint „Entschuldigung“ zu sein.

■ *What a polite sport tennis is. The most commonly word used seems to be "sorry".*

JAMES M. BARRIE (1860-1937), Autor von Peter Pan

Andre Agassi verabschiedet sich von Hannover mit einem tränenenden und einem weinenden Auge.

■ *Andre Agassi takes his leave of Hanover with one tearful and one weeping eye.*

RUDI CERNE (Reporter)

Verlieren ist wie gewinnen. Nur umgekehrt.

■ *Losing is like winning. Only opposite.*

MARC-KEVIN GOELLNER, dt. Tennisspieler

Kinder lieben mich, weil sie vermutlich rasch merken, dass ich mich geistig auf ihrem Niveau bewege.

■ *Children love me because they probably quickly notice that I have the same mental age as them.*

ANDY RODDICK, amerikanischer Tennisspieler

**Wie in jedem Verein oder Club gibt es hier und da Hinweise, Tadel oder Beschwerden, die wir nicht ignorieren, sondern ansprechen wollen. Zufriedene Clubmitglieder und ein harmonisches Miteinander sind die Voraussetzung für eine schöne Sommersaison in unserem Club.**

#### **KLEIDUNG**

Wie schon in den letzten Jahren, bitten wir überwiegend weiße Tenniskleidung zu tragen.  
Auf Außenplätzen bitte entsprechende Außenplatztennisschuhe tragen.

#### **PLATZRESERVIERUNG**

Plätze bitte immer beim jeweiligen Einteildienst kurz vor Spielbeginn reservieren.  
Pro Platz können jeweils 2 oder 4 Mitglieder einen Platz buchen.

#### **TRAINER**

Trainerleistungen können wie im Vorjahr in Anspruch genommen werden.

#### **PLATZPFLEGE**

Besonders bitten wir darauf zu achten, dass die Mitglieder den bespielten Platz abziehen, die Linien kehren und das Abschleppnetz aufhängen.

#### **VIELEN DANK!**

■ **As in every association or club, there are the odd few notices, criticisms and complaints which we want to address rather than ignore. Satisfied club members and getting on well together are the prerequisites for an enjoyable summer season at our club.**

#### **CLOUTHING**

As in previous years, we ask that you wear predominantly white tennis clothing.  
Please wear outdoor tennis shoes when playing on the outdoor courts.

#### **COURT BOOKINGS**

Please always book your court with the respective booking attendant shortly before beginning play.  
Each court can be booked for either two or four members.

#### **COACHES**

As in the previous year, coaching services are available.

#### **COURT MAINTENANCE**

We please ask that members particularly ensure that they rake down the court they have played on, clean the lines and hang up the net after cleaning the courts.

#### **THANK YOU!**

# *Sushimoto*

Japanisches Spezialitäten-Restaurant



緒元

Dienstag bis Samstag  
12-15 Uhr (LO 14.30 Uhr) und  
18-22 Uhr (LO 21.30 Uhr)  
Sonn- und Feiertag  
18-22 Uhr (LO 21.30 Uhr)  
Montag Ruhetag  
(außer Messetage)

Konrad-Adenauer-Str. 7  
(Arabella-Passage)  
60313 Frankfurt  
Tel: 0 69 / 131 0057



[www.sushimoto.eu](http://www.sushimoto.eu)



BRIDGEGRUPPE DES INTERNATIONAL WOMEN'S CLUB FANKFURT / THE BRIDGE GROUP OF THE WOMEN'S CLUB OF FRANKFURT

### **Bridge**

Die Bridge Gruppe der renommierten Women's Club of Frankfurt spielt seit mehreren Jahren Turnier Bridge in den Clubräumen des Palmengarten Tennisclubs. Die von Frau Dr. Andrea Agoston und Frau Christel Gruber gegründete Gruppe trifft sich hier jeden letzten Montag im Monat von 14 bis 18 Uhr zum geistlichen Sport.

Anmeldungen bei Andrea Agoston, Tel. 06196-23071, oder Christel Gruber, Tel. 06171-73259.

■ *The Bridge group of the Women's Club of Frankfurt has been playing numerous Bridge tournaments over the past years in the clubs facilities. Dr. Andrea Agoston and Ms. Christel Gruber brought together the group that meets monthly (every last Monday) from 14:00 till 18:00 Registration: Andrea Agoston, Tel. 06196-23071, or Christel Gruber, Tel. 06171-73259.*

### **Skat: Ein Reizendes Spiel / a provoking game**

Gerhard Brunnbauer, passionierter Skatspieler, organisiert mehrmals im Jahr spannende Skatturniere, die in der gemütlichen Clublounge bei Pascal stattfinden. Interessenten können sich per E-Mail: gerhard@brunnbauer.eu, oder bei Pascal anmelden.

Tel.: 069 - 52 33 38

■ *Gerhard Brunnbauer, enthused Skat player, organizes several times during the year in Pascal's comfortable Club lounge interesting Skat competitions. Whoever is interested can register per email: gerhard@brunnbauer.eu or with Pascal at tel 069-523338*

### **Yoga im FTC 1914**

Die Kurse finden unter der Leitung des erfahrenen Physiotherapeuten und Iyengar-Yogalehrers Kenan Albayrak statt.

■ *The courses are held by the experienced physiotherapist and Iyengar Yoga teacher Kenan Albayrak.*

Kurse: dienstags von 19:30 - 21:00 Uhr

*Lessons: Tuesday 19:30 to 21:00 o'clock.*

Mobile Kenan Albayrak: 0177-2662223

### **Gymnastik / gymnastics:**

Gelenkschonende Wirbelsäulen- und Rückengymnastik in Verbindung mit Stretching, unter Leitung von Sabine Becker findet immer mittwochs von 19 bis 20 Uhr statt.

■ *Low-impact spinal joint and back exercises combined with stretching, led by Sabine Becker always take place on Wednesdays from 18:00 till 20:00.*

### **Sauna / sauna:**

Die Saunazeiten bleiben auch dieses Jahr unverändert:

■ *Sauna times remain unchanged also this year:*

Damen / Ladies: Mo. / Di. 18:00 - 22:00 Uhr

Herren / Men: Mi. / Do. 18:00 - 22:00 Uhr

Gemischt / Mixed: Fr. 17:00 - 22:00 Uhr



## RICHTIGES VERHALTEN BEIM ZUSCHAUEN

Zusammengestellt von Jürgen Hackauff

Nervöse Eltern, die nagelkauend neben dem Platz auf- und ablaufen, bei strittigen Entscheidungen aufgeregt gestikulierend von ihren Plätzen aufspringen und immer wieder nach dem Oberschiedsrichter rufen. Bilder, die leider nach wie vor auf den Jugendturnierplätzen zu beobachten sind. Bedenkt man, dass Eltern gemeinhin nicht als „Tenniseltern“ geboren werden, sondern eher zufällig und zumeist unbedarft in diese Rolle hinein wachsen müssen, kann dieses Verhalten nicht sonderlich überraschen. Unerfahrenheit, fehlende kritische Distanz und falsch verstandener Schutzinstinkt sind die Hauptursachen solchen Fehlverhaltens.

Was den meisten Eltern jedoch nicht bewusst ist sind die Auswirkungen, die ihr Verhalten neben dem Platz auf die emotionale Verfassung und damit häufig auf die Matchführung ihrer Kinder auf dem Platz hat.

Deshalb möchten wir einige Tipps für das „richtige Verhalten“ geben, deren Beherzigung dazu führen sollte, dass sich Ihr Kind bei seinen Turniermatches frei und ungehemmt entfalten kann. Mit ihrem Verhalten neben dem Platz beeinflussen Sie das Verhalten ihres Kindes auf dem Platz. Ihre Angst und Nervosität überträgt sich auf Ihr Kind. Ihr Kind nimmt zwischen den Punkten, ja sogar während der Ballwechsel beinahe jede Ihrer Gesten

und einen Gutteil Ihrer Mimik wahr. Die Matches ihres Kindes, mögen Sie Ihnen auch noch so wichtig erscheinen, sind nichts anderes als kleine Schritte eines langen Lernprozesses. Gute Leistungen Ihres Kindes können Sie erhoffen, verlangen dürfen Sie sie indes nicht. Ihre elterlichen Gefühle können ihnen beim Zuschauen so manchen Streich spielen. Elterliche Zuneigung trübt häufig den Blick für die Realitäten. Gegnerische Bälle erscheinen dann eher "Aus", -die des eigenen Kindes eher "In".

**1. Schauen Sie nicht bei allen Matches zu!** Versuchen Sie es frühzeitig daran zu gewöhnen im Match auf sich selbst gestellt zu sein.

**2. Versuchen Sie Ihre eigene Aufregung und Nervosität zu verbergen!** Seien Sie ein stiller Beobachter ohne sichtbare Emotionen. Behalten Sie Ihr optimistisches „Poker-Face“, egal wie die Dinge für Ihr Kind laufen. Sollte Ihnen das nicht gelingen, tun sie besser daran dem Tennisplatz fernzubleiben.

**3. Überlassen Sie Ihr Kind bei den Matches sich selbst!** Beantworten Sie hilfeschende Blicke lediglich mit einem aufmunternden Lächeln oder Kopfnicken. Ihr Kind wird

*Nervous, nail-biting parents who run up and down the side of the court, jump about while gesticulating wildly. These are all images which unfortunately can still be seen courtside at junior tournaments. This sort of conduct is no great surprise when we consider the fact that parents are not generally born a "tennis mum" or "tennis dad". A lack of experience and objectivity and a misplaced protective instinct are the main causes of such poor behaviour.*

*What most parents are unaware of, however, is how their courtside conduct affects the emotional state and thus also often the performance of their child on court. For this reason, we would like to give you a few tips on "appropriate conduct", whose observance should allow your child to develop freely and without inhibition their tournament match.*

*Your courtside conduct influences the on-court performance of your child. Your fear and nervousness are carried over to your child. In between points, and often during volleys as well, your child observes virtually all of your gestures and a large proportion of your facial expressions. No matter how important they*

*may seem, your child's matches are nothing more than small steps in a long learning process. You can hope for a good performance from your child, but you cannot demand it. Your parental feelings can play all sorts of tricks on you when watching your child play. Parental love can often obscure your view of the facts. The opponent's shots tend to look like they're out, your child's like they are in.*

**1. Don't watch every match!** Try and get your child to be self-reliant at each match from an early stage.

**2. Try to suppress your own excitement.** Be a silent observer with no visible emotions. Retain your optimistic "poker face", no matter how your child is faring. If you cannot manage this, you would do better to stay away from the tennis court.

**3. Leave your child to their own devices during a match!** If your child looks at you as if for help, simply encourage them with a smile or a nod of the head. Your child will learn to solve their own problems.

### PROPER COURTSIDE CONDUCT

A SUMMARY OF  
JÜRGEN HACKAUFF

lernen seine Probleme selbst zu lösen. Machen Sie keine Probleme wo keine sind. Sollte das schlechte Griffband, die offenen Schuhe, die lange Hose etc. Ihr Kind behindern, so wird es sich dieser Probleme selbst entledigen.

**4. Vermeiden Sie ständigen Blickkontakt mit Ihrem Kind!** Sollte Ihr Kind nach jedem Punkt Blickkontakt zu Ihnen suchen, so gehen Sie diesem bewusst aus dem Weg. Bestätigung erheischende Blicke nach guten Punkten oder auch ängstlich die Reaktion der Eltern überprüfende Blicke nach Fehlern sind, besonders in den unteren Altersklassen durchaus normal, können jedoch, bei entsprechender Erwidierung dazu führen, dass Ihr Kind beginnt weniger für sich selbst, als vielmehr für die Bestätigung Ihrer Wünsche und Hoffnungen zu spielen.

**5. Coachen Sie nicht!** Sie können ruhig vor dem Match einige Tipps geben. Während des Matches sollten Sie jedoch die Bewältigung schwieriger Matchsituationen, bzw. die Lösung schwieriger taktischer Aufgaben Ihrem Kind alleine überlassen.

**6. Mischen Sie sich auf keinen Fall bei strittigen Entscheidungen ein!** Erklären Sie Ihrem Kind vor bzw. nach

dem Match, wie es sich in solchen Situationen verhalten soll. Im Match selbst gilt jedoch das Gebot, sich aus allen Entscheidungen der Spieler herauszuhalten.

**7. Klatschen Sie nicht einseitig für Ihr Kind!** Wenn Sie Beifall spenden möchten, so tun Sie dies ausgewogen für Ihr Kind und seinen Gegner. Ihr Kind wird da durch feststellen, dass Ihnen nicht der Sieg, sondern gelungene, schön herausgespielte Punkte am wichtigsten sind. Das wird es zu einer offensiven, mutigen Spielweise motivieren.

**8. Tolerieren Sie kein schlechtes Benehmen Ihres Kindes!** Kinder lernen am Beispiel anderer. Sollte Ihr Kind anfangen zu fluchen und Schläger zu werfen, zu schreien oder zu mogeln, greifen Sie unverzüglich ein. Scheuen Sie nicht Ihr Kind bei einer Eskalation -nach vorheriger Androhung- möglichst emotionslos vom Platz zu nehmen. Lassen Sie unsportliches Verhalten auch dann nicht zu, wenn Ihr Kind sich auf der Siegerstraße befinden sollte. Erklären Sie ihm nach dem Match, dass der Zweck eben nicht alle Mittel heiligt. Fehler, die hier begangen werden, sind später nur schwer zu korrigieren: Also gilt: „Wehret den Anfängen“.

*Do not create problems where there aren't any. If the inferior handle tape, unlaced shoes, too-long shorts, etc. cause your child problems, they will solve these problems themselves.*

**4. Avoid having constant eye contact.** *If your child seeks eye contact with you after every point, you should consciously avoid this. Glances from your child demanding affirmation after every good point or looking for signs of parental disapproval after errors are very common, especially in the younger age classes. Yet if these are always responded to by parents, it can lead to your child playing less for themselves, and more for the affirmation of your wishes and hopes.*

**5. Do not coach!** *Feel free to give a few pointers before the match. But during the match, you should leave it to your child to overcome difficult situations and find solutions to difficult tactical tasks by themselves.*

**6. Under no circumstances should you get involved in disputed umpire calls!** *Explain to your child*

*before or after the match how they should behave in such a situation. Yet during the match itself, the rule is to stay out of all player decisions.*

**7. Do not applaud only your child!** *If you wish to applaud, then do this in a balanced way for your child and their opponent. Your child will thereby learn that it's not victory you care about, but skilful, well-played points. This will encourage them to adopt an offensive, courageous style of play.*

**8. Do not tolerate poor behaviour from your child!** *Children learn from the example of others. If your child should start to swear or throw their racket, get involved immediately. After a verbal warning, do not be afraid of removing your child from the court in as calm a manner as possible if matters escalate. You should also not tolerate unsporting behaviour if your child is winning. Explain to them after the match that the end does not always justify the means. Errors made here are very difficult to correct at a later stage. So the maxim here is: "nip it in the bud".*