

Impressum:

Erscheinungsort: Wien und Umgebung

Medieninhaber/Herausgeber: TTT, Maria Lanzendorf

Kontakt: monika.neusser@henkel.com

Redaktion: Monika Neusser

Fotos: TTT-Mitglieder

Vertrieb: Sonja Alvin

Layout: Margit Volleritsch

GZSZ



Gute Zeiten, Schlechte Zeiten



*Monika Vala mit dem Weltranglisten
Achten Jürgen Melzer. Wenn man
Monis tolles Tennis ansieht, hat sich
dieser Kontakt als sehr wertvoll
erwiesen.*

In Zeiten der vielen Möglichkeiten zur Freizeitgestaltung ist es sehr schwierig junge, aber auch jung gebliebene Menschen für den Tennissport zu begeistern. Dank des Erfolges von Jürgen Melzer im Vorjahr ist aber ein kleiner Aufschwung zu bemerken. Somit hoffen wir für heuer auf rege Teilnahme bei der Meisterschaft und allen Veranstaltungen des Vereines. Spaß am Tennissport und Freude an gemeinsamen Freizeitgestaltungen sollte im Thomas Tennis Treff an erster Stelle stehen. Dazu benötigen wir die Hilfe und das Zutun jedes einzelnen Mitgliedes. Wir sollten uns auf eine schöne, verletzungsfreie und interessante Sommersaison freuen können!

www.tenniskhail.at

Hier stehen alle an alle Informationen über Tennis im Winter (Wintercup) und alle Clubinfos des Thomas' Tennistreff. Alle Exemplare der Tenniszeitung von Beginn an findet man ebenfalls auf dieser Homepage.



Liebe Tennisfreunde,

Wir stehen wieder vor einer neuen Tennissaison und konnten auch heuer viele Mannschaften für die Meisterschaften nennen. Dabei haben wir versucht alle Wünsche zu berücksichtigen. Wir würden euch bitten und uns sehr darüber freuen, wenn Ihr euch für möglichst alle Mannschaften einsetzt und auch in anderen Mannschaften aushelft, sofern Not am Mann/Frau besteht. Auch wenn im Tenniskampf jeder auf sich gestellt ist, so bedenkt dennoch, ihr vertretet als Mannschaft unseren Club.

Neben den Meisterschaften hoffe ich auf eine rege Teilnahme bei den Turnieren!

Immer wieder höre ich, dass unser Clubbeitrag sehr hoch ist und der Kauf von Einzelstunden wesentlich günstiger ist. Ich möchte hiermit aber daran erinnern, dass es in unserem Club um mehr als nur um einzelne Tennisstunden geht. Solltet ihr das Gefühl haben, dass eure Clubinteressen zu wenig wahrgenommen werden, ersuche ich um Anregungen und Unterstützung. Ich möchte mich hier bei allen, die aktiv für den Club unterwegs sind bedanken und die neuen Mitglieder in der Hoffnung begrüßen, dass sie freundlich aufgenommen wurden!

Weiteres möchte ich darauf hinweisen, dass die Clubbeiträge ausschließlich die Kosten für den Meisterschaftsbetrieb und die Platzmiete beinhalten. Alle ausländischen Spieler und Bälle werden von Sponsoren bezahlt und haben nichts mit der Clubkassa zu tun.

Ich wünsche allen eine verletzungsfreie und erfolgreiche Saison!

Euer Obmann

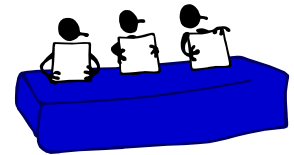
Gottfried Volleritsch

Turniertermine 2011

Eröffnungsturnier 1. Mai
Mixed-Doppeltturnier 16. Juli
Alvin Open 6. August
Clubturnier Herren/Damen Einzel:... 20. August



Vorstandsmitglieder



Obmann:

Gottfried Volleritsch

Sportlicher Leiter und Obmann Stellvertreter:

Thomas Khail

Kassiererin:

Cornelia Vala

Jugendbetreuer und Rangliste:

Robert Mutschlechner

Schriftführerin:

Andrea Strobl

erweiterter Vorstand – Seniorenbetreuung:

Ingeburg und Helmut Lenzenhofer

Positives Denken



Money, Money!

Wir möchten alle Tennisfreunde erinnern, den eventuell noch offenen Clubbeitrag einzuzahlen.



Tennish Nachwuchs im Anflug...

Labrador Lilly denkt sich: Was, das soll mein schönes Frauchen sein? Diese dicke Frau kenne ich nicht, oder versteckt sie nur einen leckern Krapfen für mich unter dem Pulli? Nicole Neusser macht unsere Seniorenspieler Karl und Monika Neusser demnächst zu Großeltern. Das Tennistraining der erwarteten kleinen Prinzessin startet selbstverständlich so schnell wie möglich, wobei Opa für die Beweglichkeit der Beine und Oma für den mentalen Bereich zuständig sein wird (umgekehrt wäre dies ein fataler Fehler). Wir können davon ausgehen in ca. 18 Jahren eine Wimbledon Siegerin in unserer Tennisfamilie begrüßen zu können.



Renault Währing
Lindner-Geritzer GmbH
Teschnergasse 3 - 1180 Wien
Tel.: 01/405 43 17

www.RDW.cc

 Gleich bei Renault Währing

Definition des Wortes "TENNISCLUB"

Zusammenrottung einiger Menschen, die mit Klatsch, Tratsch, Techtelmechtel, Intrigen, Angeben, Saufen und Rumsumpfen an der Bar ihre Zeit auf angenehme Art totschiagen. Weil man nicht zugeben will, dass man hier ungehemmt und ungestraft seinen niedersten Instinkten nachgibt, wird zur Tarnung ein Filzball nach bestimmten, im Grunde völlig lächerlichen Regeln hin und her geballert. Ferner trägt man demonstrativ weiße Westen, Hemden, Hosen und Röckchen, um zu signalisieren, dass es im Club ganz unschuldig, rein und jungfräulich zugeht.



Tipp: Sofort eintreten, dann können auch Sie bei dieser affengeilen Action mitmischen.

Liebe Clubmitglieder,
wir haben nun zwei Altenbetreuer, nein Seniorenpfleger, nein, nein, einfach zwei nette Leute, die sich um die Betreuung der keineswegs inaktiven Seniorenspieler und den geplanten Veranstaltungen kümmern werden.

Ingeburg und Helmut Lenzenhofer sind zwei sehr nette und engagierte Mitglieder, die sich ab sofort um alle unsere Wünsche, Beschwerden und Ideen kümmern werden. Wir bitten aber um tatkräftige Unterstützung, damit deren Bemühen auf fruchtbaren Boden fallen kann.



Fasching 2011

Thomas



Conni, Hans,
Gottfried



Andrea und Mutschi



Susi und Wolfgang



Andrea, Inge und Karl



Helmut

Regeln, Regeln, Regeln!

Plätze für Trainerstunden können heuer leider nicht mehr vorreserviert werden, sondern die Namensschilder können erst nach Anwesenheit des Spielers eingehängt werden. Clubfremde Trainer müssen den Platz für den Zeitraum des Trainings zum Vollpreis kaufen. Bei regem Clubbetrieb müssen Trainerstunden in die Halle verlegt werden – danke an Thomas Khail, der in diesem Falle keine Platzmiete verlangt. Eine im Freien begonnene Stunde darf fertig gespielt werden, eine darauf folgende Trainerstunde ist in der Halle abzuhalten. Thomas Khail wird die Trainer entsprechend informieren. Grundsätzlich darf für ein Doppel max. 1,5 Stunden, für ein Einzel max. 1 Stunde eingehängt werden (auch vom Spielbetrieb abhängig). Lt. Thomas Khail wird Platz 1 wieder spielbar gemacht. Dem Club stehen 3 Außenplätze zur Verfügung, Platz 1 steht dem Club für den Meisterschaftsbetrieb oder das Spiel mit Gästen zur Verfügung. Gäste müssen für die Außenplätze voll bezahlen!



Die lieben Verwandten

Als ich jünger war, hasste ich es zu Hochzeiten zu gehen. Tanten und Omas kamen zu mir, stupsten mir in die Seite, lachten und sagten: "Du bist die Nächste! Sie haben mit dem Mist erst aufgehört, als ich anfing, auf Beerdigungen das Gleiche zu machen."

Es war einmal.....

Ich bin eine kleine blade Göre, oder habe eben nur das falsche Kleid gewählt. Heute bin ich zwar immer noch nicht groß, aber durchaus gut proportioniert. Man beachte schon mein damaliges, zwar etwas schlampiges, aber doch Interesse an kessen Söckchen.



Kontakt:

Brigitte Gmainer, Tel. 0664/84860001
oder Erika Volleritsch, Tel. 0676/4065862

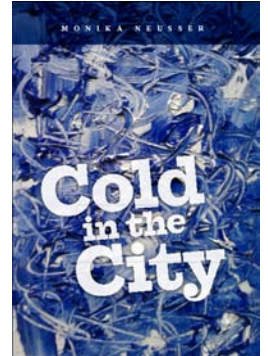


Tupperware®

Freunde für immer!

Monika Neussers neues Buch ist bereits im Handel erhältlich

Nach „Hot in the City“ nun das zweite Buch „Cold in the City“, BoD-Verlag, mit weiteren 40 wahren Geschichten aus dem täglichen Leben. Bestellbar in jedem Buchladen bzw. im Internet. Besonders geeignet als kleines Geschenk bzw. Mitbringsel bei Einladungen.



Wir danken Mama Khail für die vielen tollen Rezepte für unsere Tenniszeitung und möchten nun eine weitere tolle Köchin für unsere kulinarische Rubrik vorstellen: Katharina Schnabl, dipl. Krankenschwester, Tennis-Meisterschaftsspielerin, fast Schifahrprofi, Nordic Walkerin, Bergwanderin, ...



Kathis Kitchen

Penne alla Helmut und Katharina

(Hurenpenne oder Laufhausnudeln)

Für ca. 4 Personen

Zutaten: 2 x 500 g Tomaten gewürfelt (Dose), 150 g Speck gewürfelt, 2-3 mittelgroße Zwiebel, 4-6 Knoblauchzehen, 3 mittelgroße Zucchini, 1 mittelgroße Melanzani, 100 g Sardellenfiset, 100 g Kapern, 1 großer Bund Petersilie, Oregano getrocknet, 1 Peperoncino getrocknet, Salz wenig, 3-4 EL Olivenöl, 500 g Penne (können auch Vollkornpenne sein).



In einer großen Kasserolle Zwiebel (klein gewürfelt), Speckwürfel und klein gehackte Knoblauchzehen glasig im Olivenöl anrösten. Zucchini und Melanzani großwürfelig geschnitten zugeben und ca. 10 Min. mitdünsten. 2 x 500 g gewürfelte Tomaten einrühren, 10 Min. köcheln lassen. Sardellenfilets und Kapern klein schneiden, Petersilie grob hacken, 1 Peperoncino dazugeben. Würzen mit 1 EL Oregano und Salz (vorsichtig). Alles zusammen noch ca. 40 Min. köcheln lassen.

Guten Appetit wünschen die Schnabls!

P.S. Dieses Gericht kann auch nur als Hauptgericht ohne Penne mit Brot serviert werden, oder als Gemüsebeilage.

Auf alle Fälle schmeckt 1 Glas Rotwein köstlich dazu.

Meisterschaft 2011

Alle Meisterschaftstermine für Kreis-, Landes- und Bundesliga findet man unter www.noetv.at, oder oetv.at, oder am Tennisplatz am schwarzen Brett.

Also sprach der ehemalige US-Tennisprofi Brad Gilbert...

Atmen, als ob man Asthma hätte

Wenn man nervös ist, ändert sich die Art und Weise des Atmens. Darauf sollten Sie als erstes achten. Die Atmung verrät, wie ängstlich Sie sind. Und was noch wichtiger ist: Das Atmen kann helfen, die Angst zu kontrollieren. Wenn Sie nervös sind, atmen Sie kurz, flach und schnell – und genauso fühlen Sie sich. Alles ist sprunghaft und hektisch, wenn Sie nervös sind. Kontrollieren Sie Ihr Atmen, wenn das passiert. Atmen Sie ruhig, rhythmisch und tief. Damit können Sie schon anfangen, bevor Sie auf dem Platz sind. Vor einem aufregenden Match achte ich darauf, dass ich richtig atme – tief, ruhig, rhythmisch. Es hört sich an, als ob ich Asthma habe, aber es hilft mir, die Nervosität zu reduzieren.



Tennisschule Khail

Super – und wieder habe ich einen Trainer zwischen die Augen getroffen! Warum wollen die mir immer wieder erklären, dass ich lieber meine Enkel hüten soll als 3x wöchentlich eine Doppelstunde mit ihnen zu spielen.



Autsch -



der Gesundheits- und Fitnessratgeber

Was für ein Rauchverbot spricht

Univ.Prof.Dr.Manfred Neuberger vom Institut für Umwelthygiene der Medizinischen Universität Wien über triftige Gründe für ein Rauchverbot:

- 🚫 **Jährlich 650.000 Tote durch Tabakkonsum:** Rauchen ist die wichtigste Ursache von vermeidbaren Krankheiten und Todesfällen in Europa! Tabak tötet in der EU Jahr für Jahr mehr als 650.000 Menschen – und da ist die Zahl der Opfer durch das passive Einatmen nicht mitgerechnet. Deshalb geben Ärzte wie Manfred Neuberger auf www.aerzteinitiative.at Rauchern, aber auch Passivrauchern Rat.
- 🚫 **Passivrauchen fordert viele Menschenleben:** Beim unfreiwilligen Einatmen von Tabakrauch wird eine Mischung von mehr als 4.000 chemischen Stoffen aufgenommen, von denen rund 50 Krebs erregen können. In Österreich sterben durch Passivrauchen allein am Arbeitsplatz jährlich rund 500 Menschen an Herzinfarkt, ebenso viele an Schlaganfall und ca. 90 an Lungenkrebs.
- 🚫 **70 Krebserregende Substanzen pro Zigarette:** Das schädlichste Tabakprodukt ist die Zigarette, weil mehr als 70 der rund 4.800 Substanzen im Tabakrauch zumindest im begründeten Verdacht stehen, Krebs auszulösen. Zudem macht Nikotin süchtig. Ultrafeinstaub schädigt die Arterien, Reizgase im Rauch können eine chronische Bronchitis oder COPD verursachen, Teerstoffe fördern die Bildung von Karzinomen und Kohlenmonoxid vermindert den Sauerstofftransport im Körper.

