

Turnverein Friedrichstal 1899 e.V.

Ausgabe Nr. 74 – 2017

www.tv-friedrichstal.de

TV Impulse





ALLES FÜR MEIN LIEBSTES HOBBY



**Regionales
Vereins-
Förderprogramm**

Auch unser Verein wird von
der Volksbank Stutensee-
Weingarten eG gefördert!

Jeder Mensch hat etwas, das ihn antreibt.

Wir machen den Weg frei.

 **Volksbank
Stutensee-Weingarten eG**

Ihre Bank vor Ort – am Walzbach und in der Hardt

www.vb-stutensee-weingarten.de · Fon 07244/731-111 · ServiceCenter@vb-stutensee-weingarten.de

**Liebe Mitglieder des TV Friedrichstal,
liebe Leserinnen und Leser,**

wieder halten Sie eine neue Ausgabe der TV Impulse in Ihren Händen und können sich informieren, was im letzten Jahr beim TV los war und was in den kommenden Monaten geplant ist.

Neben der alljährlichen Organisation und Planungen haben wir im Turnrat und Vorstand im letzten Jahr mit der Vereinsarbeit und der Struktur des TV Friedrichstal befasst. Wir Vorstände haben uns an einem Wochenende im Herbst 2016 auf die Sportschule Schöneck verkrochen und sehr intensiv gearbeitet. Heraus kamen einige gute Ideen, Anregungen aber auch Problemfelder und Dinge, die in nächster Zeit unumgänglich sein werden. Wir haben diese Themen gewichtet, nach Dringlichkeit sortiert und dem Turnrat vorgestellt. Beispielsweise haben wir daraufhin die sogenannte Gremienarbeit im Turnrat begonnen. Bisher war es meistens so, dass im Turnrat gemeinsam an Projekten „herumgedoktert“ wurde bis man irgendwie eine Lösung hatte. Wir stellen uns in Zukunft die Arbeit in Gremien folgendermaßen vor. Wenn ein Thema ansteht, wird im Turnrat ein Gremium gebildet, welches sich um alle Belange des Themas kümmern wird. Zusätzlich zu den Turnräten sollen in die Gremien Fachleute aus den Vereinsmitgliedern gesucht und zur Mitarbeit gewonnen werden. Diese Gruppe gestaltet und arbeitet die Fragestellung aus, die dann, zum Beschluss wieder in den Turnrat zurückkehren soll. Die Mitglieder sollen durch Mundpropaganda, Anzeigetafel und Stuten-seewoche gefunden werden. Wir stellen uns hierdurch eine Entlastung der Sitzungstermine und Belegung der Mitarbeit und Mitgliederbeteiligung vor. Vielleicht können Sie sich vorstellen zu einem bestimmten Thema in einem solchen Gremium mitzuwirken, dann halten Sie bitte Augen und Ohren offen, sehen Sie regelmäßig auf unsere neue Anzeigetafel oder sprechen Sie uns einfach an. Zurzeit gibt es bereits drei Gremien, die auf die



Unterstützung von Fachmännern oder Fachfrauen hoffen. Ein Gremium beschäftigt sich mit der Beschaffung von wesentlich mehr Lagerraum auf dem Gelände, ein Gremium widmet sich der Renovierung des Ganges vor den Umkleidekabinen und ein drittes Gremium beschäftigt sich mit einer möglichen Umgestaltung des Kantinenbereiches.

Auf unserer Herbstklausur auf Schöneck haben wir uns auch mit dem Auftrag der letzten Jahreshauptversammlung beschäftigt und über die Beitragsstruktur des Turnvereins beraten. Einem entsprechenden Antrag wurde auf der Hauptversammlung zugestimmt. Die hauptsächlichste Änderung besteht in der Wahlfreiheit der Abteilungen, d.h. die zusätzlichen Abteilungsbeiträge fallen komplett weg und jede/r kann ohne Extrakosten alle Veranstaltungen des TV Friedrichstal besuchen. Nähere Infos hierzu finden Sie auch hier im Heft.

Ich wünsche Ihnen viel Vergnügen bei der Lektüre und vergessen Sie nicht: Sport und Spaß vereint.

Bis bald, Ihr

A handwritten signature in black ink that reads "Christian Steiner".

Christian Steiner (1. Vorsitzender)



Marktplatzfest

Vom 28.-31.07.2017 findet das Marktplatzfest in Friedrichstal in diesem Jahr über 4 Tage (Freitag-Montag) statt. Auch in diesem Jahr wird der TV Friedrichstal wieder mit einem Stand vertreten sein. Aus Personalmangel wird der Stand am Montagmittag nicht geöffnet. Außerdem beteiligt sich der TVF mit Vorführungen am Festprogramm und bietet Slackline und Standweitsprung als Mitmachangebot an.

TV Imagefilm

Im Gremium zur Gewinnung neuer Mitglieder wurde die Idee geboren, einen Film über die attraktiven Sportangebote des TV zu drehen. Mit Ann-Kathrin Rühle und Eva Hauser konnten zwei Filmproduzentinnen gewonnen werden. Zum Jahresbeginn starteten die beiden mit den Dreharbeiten und besuchten die Übungsstunden einiger TV Sportgruppen.

In den letzten Wochen wurde das Filmmaterial geschnitten und mit Musik vertont. Der fertige Film kann auf dem Youtube-Kanal des TV Friedrichstal (Link findet sich auch auf der Homepage) angeschaut werden. Vielen Dank an Ann-Kathrin und Eva für Eure Arbeit und tollen Film.

TV News per Mail

Im April versendete der TVF den ersten Newsletter per Email an alle Vereinsmitglieder, deren Emailadresse in der Mitgliederverwaltung hinterlegt ist. Der Newsletter informiert in unregelmäßigen Abständen über Aktuelles rund um den Verein, dessen Sportangebote und Aktivitäten. Falls Sie an dem Newsletter interessiert sind, ihn aber bisher nicht erhalten haben, senden Sie eine Email an info@tv-friedrichstal.de mit der Bitte um Registrierung für den Newsletter. Eine An-



und Abmeldung an den Newsletter über die Homepage ist geplant.

Sportspectaculum

Das Konzept des Sportspectaculums ist in die Jahre gekommen und soll nach Vorgabe des Turnrates überarbeitet werden. Ziel ist es, eine Veranstaltung zu schaffen, die unter einem Motto/Thema laufen kann und die unsere verschiedenen Abteilungen integriert.

Kreativität ist also gefragt! Hierfür wird ein Organisator gesucht. Leider konnte bisher niemand gefunden werden, der diese Aufgabe übernimmt. Das Sportspectaculum findet daher bis auf weiteres nicht mehr statt.



Fit für die Zukunft!

Der gemeinnützige Turnverein Friedrichstal ist ein typischer Breitensportverein mit den Abteilungen Handball, Volleyball, Judo, Fitness und Turnen mit aktuell 950 Mitgliedern. Für die ausschließlich ehrenamtlich tätigen Funktionsträger bedeutet dies sehr viel Idealismus und Engagement in ihrer Freizeit, stellt der 1. Vorsitzende des Vereins, Christian A. Steiner fest. Er hob auch die Arbeit der Trainer/-innen hervor, die ihre Kraft weit über das Training hinaus investieren. Beispielsweise vermitteln die Trainer erziehungsbegleitend den Kindern und Jugendlichen Fairness, Selbstbewusstsein und ein Körperbewusstsein für eine gesunde Entwicklung. Der Verein holt die Kids weg von der Straße und vom Smartphone. Das ist der Verdienst des Vereins und gibt den Verantwortlichen des Vereins die Motivation für ihren oft unermüdlichen Einsatz. Nicht zu vergessen sind die im Verein entstandenen Freundschaften, die mit zunehmenden Alter an Bedeutung gewinnen. „Gemeinsam statt einsam“ lautet die Devise, die einen Verein von einer kommerziellen Einrichtung wesentlich unterscheidet. Der Sport im Verein ist das integrierende Element über jeden Status hinweg, egal ob das Mitglied Freizeit-, Leistungs- oder Gesundheitssport betreibt.

Neue Impulse im Turnverein Friedrichstal

Der Vorstand hat sich Ende 2016 an einem Wochenende zu einer Klausurtagung in der Sportschule Schöneck getroffen. So konnte

sich der Vorstand abseits vom Alltag intensiv mit der mittelfristigen Ausrichtung des Vereins befassen. Es wurde das Ziel verfolgt, den Verein fit und zukunftsfähig für die nächsten Jahre zu machen. „Ein moderner und erfolgreicher Sportverein muss heute in vielen Bereichen wie ein kommerzielles Wirtschaftsunternehmen geführt werden“, resümierte Christian A. Steiner. Deshalb war bei dem Meeting auch zu entscheiden, in welche Bereiche vornehmlich investiert werden soll.

Zielgerichtete Investitionen

Der Vorstand ist sich einig, dass Investitionen zur Qualifikation der Trainer und zur Beschaffung der Sportgeräte vorrangig sind. Außerdem wird angestrebt, die Schulden, die im Zusammenhang mit der Erstellung der vereinseigenen Walter und Margot Giraud-Halle entstanden sind, kontinuierlich abzubauen, um künftig mehr Freiräume für die anstehenden Investitionen in die Vereinsgebäude zu haben.

Die Lebensgewohnheiten ändern sich

Zunächst wurde eine Situationsanalyse durchgeführt und die Entwicklung der letzten Jahre ausgewertet. Bestimmte Trends zeichnen sich ab, die nicht nur den Turnverein Friedrichstal betreffen. Der Verein wird immer stärker als Dienstleister empfunden. Das Überangebot an Freizeitaktivitäten, die erweiterte Mobilität sowie die neuen Medien

verändern die Lebensgewohnheiten nachhaltig. Die innere Bindung zum Heimatverein geht dadurch oft verloren. Dies erklärt auch die schwindende Beteiligung bei den Vereinsfesten. Früher war es selbstverständlich, dass man als Kind in den örtlichen Verein eingetreten und bis ins hohe Alter Mitglied geblieben ist. Das belegen auch die Mitgliedszahlen, denn ca. 60 Mitglieder können auf eine 25-jährige Mitgliedschaft zurückblicken. Die im Berufsleben geforderte örtliche Flexibilität verhindert die bisher übliche lebenslange Mitgliedschaft. Obwohl die Mitgliederzahl über Jahre hinweg nahezu konstant geblieben ist, wächst die Erkenntnis, dass die Vereinsmitgliedschaft kein Selbstläufer mehr ist. Darüber hinaus bindet die Arbeitswelt die Erwachsenen vielfach so stark, dass diesen keine Zeit bleibt, regelmäßig im Verein Sport zu treiben und darüber hinaus sich ehrenamtlich zu betätigen. Auch der eingeführte Nachmittagsunterricht (Stichwort G8) hat dazu geführt, dass Schüler nicht am frühen Nachmittag Sport treiben können. Der Schülersport überschneidet sich jetzt mit dem Erwachsenensport, was zu Engpässen führt. Insofern ist unsere relativ neue Sporthalle nicht mehr wegzudenken. Freie Hallenkapazitäten stehen deshalb nur noch am frühen Nachmittag und am Samstag zur Verfügung. Die Analyse der Mitgliederstruktur zeigt, dass Männer in der Altersgruppe zwischen 30 und 60 gering vertreten sind. Frauen hingegen sind offenbar gesundheitsbewusster und nutzen die Sportangebote intensiv. Step-Aerobic und gesundheitsbewusstes Rückentraining sorgen regelmäßig für gefüllte Sporthallen. Auch neue Trendsportarten, wie z. B. Zumba, Yoga, Faszien-Fitness, Cross Training usw. sprechen in erster Linie Frauen an. Daneben finden Judo und Selbstverteidigung in letzter Zeit vermehrt Zuspruch. Traditionelle Sportarten, wie z.B. Turnen und Leichtathletik sind offenbar nicht mehr so stark gefragt. Es entwickeln sich jedoch ständig neue Sportarten, die sich nicht den klassischen Sportarten und Abteilungen zuordnen

lassen. Die strikte Trennung nach Sportarten ist nicht mehr zeitgemäß, ergab die kritische Analyse der Organisationsstrukturen. Wir stellen eine zunehmende Vermischung der verschiedenen Sportarten in den Gruppen fest sowie den Wunsch der Mitglieder, mehrere Sportarten gleichzeitig auszuüben und auszuprobieren.

Auf dem Gebiet der neuen Medien haben wir Potenziale festgestellt, die wir als Verein noch nicht vollständig ausgeschöpft haben.

Welche Konsequenzen zieht die Vereinsführung aus der Analyse?

Im Vordergrund stehen natürlich die Wünsche unserer Mitglieder und auch die der potenziellen Mitglieder. Hierzu haben wir mehrere Arbeitsgruppen aus dem Turnrat gebildet, die Lösungsvorschläge erarbeiten und umsetzen.

Welche Ideen haben Sie für Ihre Mitglieder entwickelt?

Mit unseren Mitgliedern möchten wir künftig stärker kommunizieren und vor allen Dingen zeitnah informieren.



In einem ersten Schritt wurde ein Bildschirm im Flur unserer Sportanlage installiert. Auf diesem Wege ist es gelungen, unsere aktiven Mitglieder zeitnah über alle Ereignisse des Vereins zu informieren. Erfolge einzelner Sportgruppen, wie z.B. die Nominierung einiger Tänzerinnen zu den Weltmeisterschaften im Irish Dance in Irland sowie wichtige Termine und spektakuläre Fotoaufnahmen stehen jetzt im Blickpunkt aller aktiven Sportler.

Traditionell haben wir mehrere Abteilungen mit den unterschiedlichen Sportarten. Um dem Wunsch der Mitglieder abteilungsübergreifend in verschiedenen Sportarten zu trainieren, planen wir die Beitragsstruktur so zu ändern, dass jedes Mitglied in allen Sportgruppen aktiv Sport treiben kann. Wir versprechen uns dadurch eine höhere Zufriedenheit der Mitglieder, ein stärkeres Zusammenwachsen der Abteilungen und eine erhöhte Attraktivität als Gesamtverein. Die neue Beitragsstruktur wurde im Rahmen der Jahreshauptversammlung beschlossen und tritt ab 2018 in Kraft.

Die Zyklen für neue Sportarten und neue Sportgeräte werden immer kürzer. Aus diesem Grund werden wir künftig unser Ohr am Markt halten, um rechtzeitig neue Entwicklungen zu erkennen und unseren Mitgliedern - den aktuellen Trends folgend - qualitativ hochwertigen Sport anbieten.

Wie wollen Sie neue Mitglieder ansprechen und gewinnen?

Hierfür haben wir die Arbeitsgruppe „Mitgliedermarketing“ ins Leben gerufen. Dieses Gremium hat herausgearbeitet, dass der Sport im Verein mit viel Spaß in der Gruppe verbunden ist und den Slogan kreiert: Sport und Spaß vereint!

Damit dies in die Öffentlichkeit transportiert wird, haben wir beschlossen, unser Logo mit diesem Slogan zu ergänzen, wie es in der freien Wirtschaft bei namhaften Unternehmen üblich ist. Darüber hinaus überarbeitet dieses Gremium die Homepage des TVF. Es ist das Ziel, die Homepage aus dem Blickwinkel eines Außenstehenden zu gestalten. Ein potenzielles Mitglied soll auf der Homepage künftig die für ihn passende Sportgruppe schnell finden und alle wesentlichen Informationen entnehmen können. Hierbei kommen auch vermehrt Bilder zum Einsatz, die aktuell in den Sportgruppen geschossen werden. Der Homepage kommt schon deshalb als Infor-

mationsquelle für Außenstehende eine besondere Bedeutung zu, weil wir über keine Geschäftsstelle verfügen.

Weiterhin planen wir Mitte des Jahres eine Kampagne zur Mitgliedergewinnung. Der Vorsatz ist, bestehende Sportgruppen aufzufüllen. Vielleicht gelingt es auch, die freien Hallenkapazitäten am Samstag durch weitere Gruppen mit neuen Sportarten zu belegen.

Im 2. Halbjahr werden wir neue Kurse initiieren, an denen anfänglich auch Nichtmitglieder teilnehmen können. Speziell einen Selbstverteidigungskurs werden wir anbieten, das Interesse daran ist offenbar groß. Alles in allem möchten wir in naher Zukunft das 1.000 Mitglied begrüßen.

Mitgliederversammlung als Event

Die Umgestaltung der Hauptversammlung von einer nüchternen Wahlveranstaltung mit langatmigen Reden hin zu einem Event findet bei unseren Mitgliedern ein positives Echo.

Seitdem wir die Hauptversammlung gestrafft durchführen und mit einer Bildershow und mit spektakulären Sportauftritten anreichern, steigt die Teilnehmerzahl von Jahr zu Jahr. Auf der Hauptversammlung am 11. März um 19:00 Uhr werden wir den Mitgliedern u. a. unser neuestes Sportgerät, einen AirTrack vorstellen. Der AirTrack wirkt auf den ersten Blick wie eine überdimensionale Luftmatratze, auf der spektakuläre Sprünge ausgeführt werden können. Auch in diesem Jahr können wir aktuelle Bilder aus zahlreichen Sportgruppen präsentieren, die von einer Sportkameradin und Hobbyfotografin kürzlich geschossen wurden. Um möglichst vielen Mitgliedern die Teilnahme an der Hauptversammlung zu ermöglichen, haben wir den Termin auf einen Samstag gelegt. Ebenfalls ein abwechslungsreiches Programm bietet die Jugendversammlung, die am selben Tag zeitlich vor der Hauptversammlung stattfindet.

Bodo Ganz



SIE INTERESSIEREN SICH FÜR UNSERE **JUGENDFÖRDERUNG?**



Dann besuchen Sie uns auf
www.blauetonne-schlaueetonne.de


KÜHL
ENTSORGUNG & RECYCLING

Kühl Entsorgung & Recycling Südwest GmbH
Zeppelinstr. 6 · 76185 Karlsruhe
Tel. 0800/40 200 40 · www.blauetonne-schlaueetonne.de

Neue Homepage online!



Homepage im Jahr 2000

Im Jahre 2000 startete der TV Friedrichstal in das Onlinezeitalter und veröffentlichte die erste Homepage im Internet. Die Webseiten waren statisch, d.h. die Texte wurden zusammen mit dem Layout erstellt und im Internet zum Abruf zur Verfügung gestellt. Änderungen am Layout waren sehr aufwändig umzusetzen und das Aktualisieren der Inhalte war nur mit technischen Kenntnissen möglich. Einen großen Fortschritt stellte im Jahre 2005 die Umstellung auf das freie Content-Management-System Joomla dar. Das Layout ist dabei von den Inhalten getrennt, so dass es möglich ist jederzeit das Layout für alle Seiten anzupassen. Über eine Administrationswebseite können die Inhalte komfortabel erstellt und in einer Datenbank gespeichert werden. In den folgenden Jahren gab es fortlaufend kleinere Optimierungen und Verbesserungen. Mit der massenhaften Verbreitung von Smartphones und Tablets ergaben sich neue

Anforderungen an die Homepage. Die Webseiten sollen auf allen Geräten mit unterschiedlichen Bildschirmgrößen optimal dargestellt werden und auch per Touch bedienbar sein. Diesen neuen Anforderungen wurden jetzt in der dritten Generation der Homepage beim Design berücksichtigt. Zusätzlich wurden neue Funktionen integriert. Hier die interessantesten Neuerungen im Überblick:

- Neugruppierung der Sportangebote und Übungsgruppen

Die Sportangebote sind in die Bereiche: Fitness, Gesundheit, Dance, Turnen, Budo, Volleyball und Handball aufgeteilt. Unterhalb dieser Bereiche sind die Sportangebote in weitere Kategorien, wie z.B. Fit ins Alter, Bodyforming oder Cross Training unterteilt. Dies ermöglicht ein gezielteres Auffinden des passenden Angebots.

- Mitgliedsantrag online
Neuanträge, Änderungen, Abteilungswechsel und Kündigungen können ab jetzt über ein Formular direkt online vorgenommen werden.
- Neue Bilder
Hobbyfotografin Ingrid Jurkitsch hat in den letzten Wochen zahlreiche Bilder der einzelnen Sportgruppen geschossen. Diese wurden in die Homepage integriert.
- Youtube Kanal
Der TV Friedrichstal hat einen neuen Kanal auf Youtube eingerichtet. Hier finden sich Videos von Aktivitäten des TV Friedrichstal. Der Link zum Youtube Kanal ist auf der Homepage zu finden.
- Responsive Design
Egal, ob Smartphone, Tablet oder PC, die Darstellung der Inhalte passt sich automatisch an das verwendete Gerät an. Die Bedienung der Homepage wird dadurch deutlich verbessert.



118. Jahreshauptversammlung

Sport und Spaß vereint“ mit diesem neuen Slogan startet der TV Friedrichstal einige Aktionen, um den Verein attraktiver für neue und bereits vorhandene Mitglieder zu gestalten. Bereits zum Auftakt der diesjährigen Hauptversammlung konnten die Mitglieder bestaunen mit welchem Spaß die SGW-



Gruppe auf der neuen Airtrack-Matte Flicflac und Saltos schlugen. Diese Airtrack-Matte ist eine der Investitionen des TV zur Verbesserung des Sportangebots, berichtet der 1. Vorsitzende Christian Steiner in seiner Begrüßungsansprache. Mit aktuell 969 Mitgliedern und einer Ausweitung des Kursangebotes stößt der Verein an die Grenze der zur Verfügung stehenden Hallenkapazität. Im Herbst 2016 hatte der Vorstand bei einem

Workshop in der Sportschule Schöneck die Grundlagen für zahlreiche Veränderungen im Verein gelegt. Neue Vorhaben werden künftig in Gremien bearbeitet, die sich aus Mitgliedern des Turnrats und interessierten Vereinsmitgliedern zusammensetzen. Die Ergebnisse werden dem Turnrat und dem Vorstand dann im Rahmen der Turnratssitzung präsentiert. Aktuell haben drei Gremien zu den Themen Beschaffung von Lagerraum, Renovierung des Flurs und Umgestaltung der Kantine ihre Arbeit aufgenommen.

Von dem vielfältigen Sportangebot des TVF konnten sich die Mitglieder bei der Fotoshow überzeugen. TV-Mitglied und Hobbyfotografin Ingrid Jurkitsch besuchte alle 50 Sportgruppen des TV und fotografierte die Mitglieder bei ihren sportlichen Aktivitäten.

Rainer Mahler, Vorstand Finanzen, berichtete von einer gesunden Finanzlage. Stand heute wird im Jahre 2020 der Kredit für die Walter und Margot Giraud-Halle getilgt sein,

was dem Verein Spielraum für neue Investitionen ermöglicht. So sollen beispielsweise die Toiletten und die alte Gymnastikhalle renoviert werden.

Auf der Mitgliederversammlung 2016 wurde der Vorstand beauftragt die Beitragsstruktur des TV zu überprüfen. Die aktuelle Beitragsstruktur erschwert einen Wechsel der Sportgruppen und bestraft Mitglieder, die mehrere Sportangebote nutzen möchten. „Diese ca. 40 Jahre alte Beitragsstruktur sei nicht mehr zeitgemäß“, erklärt Rainer Mahler. Künftig soll es nur noch einen Grundbeitrag für passive Mitglieder und einen Aktivbeitrag geben, unabhängig von der Anzahl der Abteilungen. Der Vorstand und der Turnrat versprechen sich dadurch, dass das vielfältige

der TV-Gruppen bei zahlreichen Veranstaltungen der Stadt Stutensee.

Bei den Neuwahlen des Vorstands und des Turnrats gab es keine Veränderungen, alle Mitglieder haben ihre Bereitschaft zur Weiterarbeit für ein weiteres Jahr signalisiert und wurden ohne Gegenstimme wiedergewählt. Die vakante Position des Abteilungsleiter Fitness konnte mit Michael Nowack und Susanne Schmiady besetzt werden.

Ehrungen für sportliche Leistungen

Deutsche Meisterinnen Irish Dance: Sophia Erb, Cara Schmiady, Darlene Easterling, Schwarzgurt Judo: Jörg Möhlenhoff, Bernd Rösler, Erika Volz



Sportangebot leichter zugänglich wird und die Mitgliedschaft attraktiver wird. Die Altersgrenze für die zu leistenden 5 Arbeitsstunden pro Jahr wird auf 65 Jahre angehoben. Der Betrag für eine nicht geleistete Arbeitsstunde erhöht sich auf 10 Euro. Die vorgestellte Anpassung der Beitragsstruktur wurde von den anwesenden Vereinsmitgliedern ohne Gegenstimme verabschiedet und tritt ab dem Jahr 2018 in Kraft.

Das Motto „Sport und Spaß vereint“ findet auch Ortvorsteher Lutz Schönthal sehr treffend, drückt es doch genau das aus, was den Verein ausmacht. Beeindruckt zeigte er sich von der modernen Präsentation und Aufmachung der Hauptversammlung und bedankte sich für die tolle Unterstützung mit Auftritten

25 Jahre Vereinsmitgliedschaft

Hedwig Deutschmeyer, Elisabet Kleitsch, Gerlinde Kuttler, Heike Mahler, Karin Schrein, Margit Würth

40 Jahre Vereinsmitgliedschaft

Margot Giraud, Mechthild Heil, Roland Heil, Monika Junker, Elisabeth Kreutzenbeck, Gudrun Oberdorf, Irene Reinmuth, Sigrid Schwab-Herlan, Heinz Sturz

50 Jahre Vereinsmitgliedschaft

Gunther Borel, Brunhilde Hornung, Waltraud Hornung, Else Ratz

70 Jahre Vereinsmitgliedschaft

Siegfried Herlan

Über 70 Jahre Vereinsmitgliedschaft

Erwin Giraud, Bertold Gorenflo, Günther Hengst, Willi Hornung, Ewald Ratz, Günther Reinmuth, Walter Schucker

Weitere Ehrungen

30 Jahre Übungsleiterin: Ellen Donner, 20 Jahre Turnrat: Bodo Ganz, 30 Jahre Turnrat: Werner Fäßler, 15 Jahre Mitgliederverwaltung: Henning Herlan, 20 Jahre Geschäftsführer Finanzen: Rainer Mahler

Sportabzeichen Erwachsene - Gold

Manfred Stadtmüller (49), Monika Aberle (30), Bodo Ganz (28), Sylvia Müller (23), Alfred Abele (18), Kerstin Aberle (18), Corinna Blass (18), Michael Nowack (8), Katrin Tasche (8), Bianca Keilhauer (5), Uwe Tasche (4), Marco Keilhauer (3), Celine Riedling (3), Oliver Riedling (3), Erika Volz (3), Christian Baeßler (2), Jochen Czechowitz (2), Sonja Etienney (2), Michael Mohr (2), Julia Riemann (2), Matthias Höbel (1)

Sportabzeichen Erwachsene - Silber

Jürgen Aberle (9), Gerlinde Kuttler (9), Victoria Hamsch (1), Hannah Schönthal (1)

Sportabzeichen Jugend - Gold

Michele Schneider (6), Lil Grimm (5), Kira Essler (4), Maxie Grimm (4), Luna Heil (4), Joelle Keilhauer (4), Eva Mecke (4), Clea Neumann

(4), Mathilda Steiner (4), Julian Tasche (4), Lucie Hanel (3), Sydney Hock (3), Luisa Hofheinz (3), Sarah Linke (3), Alexa Morlock (3), Lisa Poenicke (3), Melina Riedling (3), Julia Vogel (3), Leonie Zakel (3), Amelie Etienney (2), Leonie Heinz (2), Marie Heinzelmann (2), Kaja Höpfinger (2), Luisa Höpfinger (2), Lenny Mattes (2), Samira Strumm (2), Leonard Baeßler (1), Niels Bitterwolf (1), Fabian Höbel (1), Daniela Hornung (1), Eva Mehnert (1), Lou Neumann (1), Elizabeth Vogel (1)

Sportabzeichen Jugend - Silber

Jan Klapp (10), Suelia Abele (5), Summer Hock (4), Lilly Maleen Kaupp (2), Chiara Kuttner (2), Emily Sander (2), Amelie Diehl (1), Lena Diehl (1), Fatma Ek (1), Marie Etienney (1), Alina Hoffmann (1), Mia Hübner (1), Elisa Riedling (1), David Schäfer (1), Lilli Seidel (1), Amelie Tasche (1), Alexandra Werner (1)

Sportabzeichen Jugend - Bronze

Rafael Baeßler (1)

Sportabzeichen Familie

Familie Aberle (Monika, Jürgen, Kerstin), Familie Baeßler (Christian, Leonard, Rafael), Familie Etienny (Sonja, Amelie, Marie), Familie Keilhauer (Bianca, Marco, Joelle), Familie Riedling (Celine, Oliver, Melina), Familie Tasche (Katrin, Uwe, Lulian)

In Klammern: Anzahl der Wiederholungen



Jugendversammlung 2017



Am Samstag den 11.03. kamen 30 Kinder zur Jugendversammlung mit Spielenachmittag. Gleich zu Beginn der Veranstaltung kam Reimo vom Badischen Turner Bund zu uns und stellte das Breisachlager vor, ein Jugendzeltlager für 11-16 jährige Kinder, in den Sommerferien 31.07-10.08. Mit einer kurzen Bilderpräsentation bekamen alle einen kurzen Einblick in 11 sehr aktionsreiche, spannende und sportliche Tage.

Beim Jugendausschuss gab es keine Veränderungen. Jugendleiterin bleibt weiterhin: Lena Butzer unterstützt wird sie von Eva Hauser, Ann-Kathrin Rühle, Bianca Ansperger und Kerstin Aberle.

Sehr viele Kinder haben im Jahr 2016 das Sportabzeichen absolviert und ihre Urkunde erhalten. Nachdem alle auf dem Siebertreppchen fotografiert wurden, ging auch schon der Spielenachmittag los. Ganz neu dieses Jahr war das Turnen auf dem Airtrack. Altbekanntes wie Slackline, großes Trampolin, Jonglieren, Quiz und Pedalofahren fanden wie immer sehr großen Zuspruch. Alle Kinder hatten an diesem Nachmittag sehr viel Spaß beim TVF.

Lena Butzer



Frühjahrsputz beim TV



Der Frühling steht vor der Tür – ein willkommener Anlass für einen Frühjahrsputz. Dieser ist nicht etwa eine Erfindung der Putzmittelindustrie, denn bereits im alten Rom verfiel man dem jährlichen Reinigungswahn. Das Wort Februar kommt nämlich von „februare“, was im Lateinischen reinigen heißt. Beim TV fand der diesjährige Frühjahrsputz am 6. Mai statt. Platzwart Dirk Witte hatte die Werkzeuge griffbereit und eine Arbeitsliste mit unterschiedlichen Arbeiten zusammengestellt: Reinigung der Sporthalle, Streichen der Pergola, Säuberung der Gehwege und Parkplätze, Hecken und Büsche schneiden, Mähen der Wälle an der Beachvolleyballanlage, Unkraut entfernen, usw. Nach



mehreren Stunden harter Arbeit hatten die zahlreichen HelferInnen die Sigmund-Füßler-Sportanlage und die Walter und Margot Giraud-Halle wieder auf Vordermann gebracht.

Vielen Dank an alle HelferInnen und an Dirk für die tolle Organisation.



Chronik Juni 2016 – Mai 2017

2016

Juli Der TV veranstaltet sein traditionelles Sommerfest mit LBS-Volleyball-Cup, Bouleturnier, E-Jugend-Handballturnier, Spielstraße, Musik und Vorführungen von Turnen, Fitness, Dance.



Oktober Die SGM-Gruppe erreicht beim Schülergruppentreffen in Neureut den 3. Platz.



November Sophia Erb, Darlene Easterling und Cara Schmiady erreichen bei den German Open Championships im Irish-Dance mehrere 1., 2. und 3. Plätze.



Dezember Der TVF nimmt am Weihnachtsmarkt in Friedrichstal teil.

2017

Februar Unsere 7 IrishDancer erreichen bei den beim 13. Württemberger Open Feis 20 Medaillen und 2 riesige Pokale.



März Die U16 Volleyballerinnen erreichen den 3. Platz beim Jugend-Pokal des Nordbadischen Volleyballverbandes.



Bei der Hallenrunde 2016/17 im Handball erreichen die Jugendmannschaften der SGSW dreimal die Vizemeisterschaft in der Badenliga, bei der männlichen A-Jugend, der weiblichen B-Jugend und C-Jugend.



Mai Die weibliche A-, B- und C-Jugend und die männliche C-Jugend qualifizieren sich für die Badenliga.

Beim TVF finden die Internationale Deutsche Meisterschaften mit über 160 Startern in diversen Kampfstile statt.



Fitness 2016/17

Viele Menschen verbringen heute den größten Teil des Tages im Sitzen: im Auto, am Schreibtisch und abends auf der Couch vor dem Fernseher. Dabei wirkt Sport Krankheiten entgegen, kurbelt den Stoffwechsel an und setzt Glückshormone im Körper frei. Es ist wissenschaftlich erwiesen, dass Sport viele positive Effekte auf die Gesundheit hat. Ihr solltet Euch aber natürlich nicht nur aus Vernunftgründen mehr bewegen: Sport macht Spaß und glücklich - vor allem bei uns im Verein!

Zahlen und Fakten!

Abteilungsleiter: Michael Nowack
 Stellvertreter: Susanne Erb-Schmiady
 Aktuelle Mitgliedzahl: 184

Angebote voll im Trend!

Mit Cross Training, Faszien-Fitness und Zumba® haben wir letztes Jahr unser breitgefächertes Angebot weiter ausgebaut. Ihr habt nun die Möglichkeit, Angebote aus folgenden Bereichen zu wählen:

- Functional Fitness (Body Workout für Einsteiger, Fit in den Tag)
- Cross Training
- Bodyforming (Bodystyling, Form Dich Fit, Faszien-Fitness)
- Cardio Training (Step Aerobic)
- Kurse (Rücken Fit, Functional Circuit Training)
- Dance Kids (Schlumpfe, Kids, Remix)
- Show Tanz (For Steps, Change)
- Irish Dance (Spirit Of Phoenix)
- Erwachsene (Dance for all; ZUMBA®)

Neue Wege gehen!

Mit der Einführung der Fitnesskarte stehen seit vergangem Jahr unsere Functional Fitness Angebote, Cross Training sowie Zumba® auch für Nichtmitglieder offen. Nichtmitglieder bezahlen 60 EUR für 10 Einheiten. Diese



können terminlich frei gewählt werden, so dass keine Stunden verfallen. Unsere Fitnesskarte für den Teilnahmenachweis kann über die Übungsleiter bezogen werden.



Meisterlich!

Wir gratulieren Sophia Erb, Cara Schmiady und Darlene Easterling zum Gewinn der Deutschen Meisterschaft und drücken den Mädchen für die kommende Weltmeisterschaft in Irland die Daumen.

Vorankündigung!

Für den Herbst planen wir einen Fitnessaktionstag. In Workshops werden wir neue Trends aus der Fitnessszene vorstellen. Mitmachen und Ausprobieren ist ausdrücklich erwünscht!

Was nicht fehlen darf!

Ein Dankeschön an alle, die die Abteilung Fitness so tatkräftig unterstützt haben. Ohne die Hilfe und das Engagement der Übungsleiter, Mitglieder, Eltern und Freunde des Vereins, wäre vieles nicht zu bewältigen gewesen.

Michael Nowack



Irish Dance 2016/17

Irish Dance beinhaltet verschiedene Volkstänze, welche alleine, paarweise oder auch in Gruppen getanzt werden können. Die Ursprünge hierfür finden sich Mitte des 15. Jahrhunderts. Großen Einfluss auf den irischen Tanz und die irische Kultur hatten die sog. „Dance Master“, wandernde Tanzlehrer, welche um 1750 in ihren Distrikten von Dorf zu Dorf reisten und der Landbevölkerung das Tanzen beibrachte. Diese Dance Master trafen sich auf Märkten und forderten sich gegenseitig zu Tanzwettbewerben heraus. In der heutigen modernen Zeit wurde der Irish Dance durch sehr gut choreografierte Tanzshows wie z.B. Riverdance oder Lord of the Dance weltweit noch populärer gemacht, allen voran durch Michael Flatley.

Bei Wettkämpfen (Feis, Plural Feiseanna) messen sich die Teilnehmer, um hierbei verschiedene Stile vorzuführen und ihre Tanzschulen zu repräsentieren. Von den Mädchen und Frauen werden traditionell weiße Socken (poodle socks), sowie Hard- und Softshoes getragen. Gelockte Perücken (wigs) gehören ebenfalls zu diesem Outfit. Die Kleider fallen heutzutage recht bunt aus, jedoch angelehnt an die traditionellen Kleider des 15. Jahrhunderts mit diversen Verzierungen. Bei Knaben und Männern fällt die Kleidung eher schlichter aus und zwar meist in Form von schwarzen Bundfaltenhosen und einem schlichten Hemd. Traditionelle Bestickungen findet man nur auf deren Westen. Im Laufe der Zeit entstanden weltweit Verbände und Schulen, welche Irish Dance anbieten bzw. nach deren Reglement die Wettkämpfe stattfinden.

Seit dem Jahr 2011 besteht beim TV Friedrichstal die Möglichkeit, die traditionellen irischen Volkstänze zu erlernen. Der TVF bietet unter der Leitung der wettkämpferfahrenen

Übungsleiterinnen Cara Schmiady und Charlotte Schimpfen wöchentlich die gesamte Bandbreite des Irish Dance an. Die Mitglieder aus Friedrichstal nehmen unter dem Banner von SPIRIT OF PHOENIX mit großem Erfolg an Wettbewerben und Meisterschaften teil. Der TV Friedrichstal setzt alles daran, immer mehr junge wie auch ältere Menschen für den Irish Dance zu gewinnen. Eine Altersbeschränkung gibt es beim Irish Dance nicht, Lust und Laune sind entscheidend für die Ausübung dieser Sportart. Getreu dem Motto Sport und Spaß vereint!

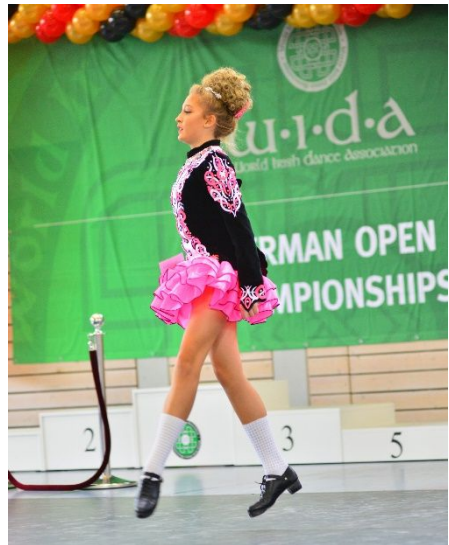
Niederbayrische Open Feis



Am Wochenende nach Christi Himmelfahrt 2016 reisten die Irish Dancer nach Landau an der Isar, um an den Wettkämpfen dort teilnehmen zu können. Betreut wurden sie von Sophia, deren Wettkämpfe erst gegen Spätnachmittag begannen. Während die ersten Tänzer mit ihren Trophäen bereits zum Heimweg aufbrachen, trat Sophia bei ihren ersten Wettkämpfen an. Gestartet wurde mit den Solo-Tänzen, zum Abschluss dann der große Wettkampf des Tages: die Niederbayern-Championship. Sophia sicherte sich hierbei den Pokal für den 3. Platz, sowie jeweils einen Platz auf dem Siegerpodium in allen anderen Tänzen.

German Open Championships

Im November 2016 nahmen Sophia, Cara und Darlene Easterling erfolgreich an den German Open Championships der World Irish Dance Association (WIDA) in Sindelfingen teil. Mit ihrer neuen Choreographie im 3-Hand holten sie sich den Sieg, im 2-Hand erreichten Sophia und Darlene den 4. Platz. Gewohnt ausdrucksstark präsentierten sich Sophia und Darlene am darauffolgenden Tag den drei internationalen Richterinnen über alle vier Runden, so dass bei den Siegerehrungen die Begeisterung groß war: beide



Mädchen hatten es auf das Siegerpodium geschafft!

Unsere drei TVF- Champions sicherten sich hiermit in Sindelfingen die Qualifikation für die Teilnahme an den Weltmeisterschaften im April 2017 in Irland.



Friedrichstaler Weihnachtsmarkt

Neben den Wettkämpfen präsentierten sich unsere Tänzer auch zu verschiedenen Anlässen.

Am Friedrichstaler Weihnachtsmarkt im Dezember 2016 trug der TV Friedrichstal mit Tänzern verschiedener Gruppen der Abteilung Fitness zum großartigen Bühnenprogramm bei.

Am Samstagabend gaben die Irish Dancer ihr Können zum Besten, am Sonntagmittag präsentierten dann zuerst die Showtanzgruppe For Steps ihre weihnachtliche Show und gleich danach kamen die kleinsten Tänzerinnen des TV Friedrichstal als weiße Engelchen und rotweiße Nikoläuse auf die große festliche Bühne und verückten das Publikum mit einer bezaubernden Darbietung. Während die Gruppe der ab 6-jährigen das komplette Programm ganz alleine absolvierte, kam zu den Kleinen ab drei Jahren Trainerin Cara mit auf die Bühne. Die ‚Großen‘ klatschten im Hintergrund im Takt, während die Jüngsten im Vordergrund das Volk zu ihren Füßen begeisterten.

13. Württemberger Open Feis

Im Februar 2017 fuhren sieben unserer Irish Dancer nach Sindelfingen. Es war der erste Wettkampf dieses Jahres und sollte bedauerlicherweise bis zum Redaktionsschluss auch der einzige Wettkampf bleiben, aber dazu später. In den Premierships sicherte sich Fiona Rädler den 2. Platz und Lina Kromer den Sieg. In den 2-Hands siegte das Geschwister-team Sophia und Cara, zweiter wurden Charlotte und Tabea. Beim 3-Hand siegten Sophia, Cara & Lara. In den Solos im Open Level starteten Sophia, Cara und Charlotte und belegten jeweils die ersten drei Plätze auf dem Podium. Den Hat trick schaffte Cara: sie siegte bei allen drei Starts!

Weltmeisterschaft

Die Vorbereitungen für die kommenden Weltmeisterschaften liefen inzwischen auf

Hochtouren, Sophia, Cara und Darlene trainierten fast täglich. Zum ersten Mal fand sich ein Sponsor, der gemeinsam mit dem Verein einen Teil der anfallenden Kosten übernehmen hätte. HÄTTE! Der Frühling in Irland war uns leider nicht vergönnt, da sich unser Team durch zwei verletzungsbedingte Ausfälle von der WM-Teilnahme in Killarney enttäuscht verabschieden musste. Darlene erlitt einen Muskelfaserriss und Sophia brach sich beim Fußball ein paar Zehen. Aus der Traum von der WM.

Weitere Auftritte

Stattdessen wurde der irische Frühling etwas später im Europapark begrüßt. Die Irish Dancer wirkten bei der Show „Europa tanzt durch den Frühling“ mit einem 30-minütigen Bühnenprogramm mit. Da die Show erst ab 17 Uhr begann, hatten wir reichlich Zeit, alle Fahrgeschäfte und Attraktionen ausgiebig zu nutzen. Es war ein fröhlicher Tag voller guter Laune und eindrucksvoller Erlebnisse.

Beim 3. Kleinen Fest der Nationen in der Stafforter Dreschhalle wurde der TV Friedrichstal abermals durch die Irish Dancer in der Öffentlichkeit repräsentiert. Die Gruppe zeigte durch den ständigen Wechsel zwischen Steptänzen und Gruppenchoreographien ein abwechslungsreiches Programm und das Publikum klatschte begeistert mit.

Am nachfolgenden Samstag bereicherten wir das internationale Fest der Kulturen beim Graubau in Blankenloch mit unseren Irischen Tänzen und Liedern.

Wer die Gruppen noch nicht gesehen hat, sollte unbedingt beim Marktplatzfest vom 28. -31. Juli vorbeischaun! Zweimal werden die Irish Dancer auf der dortigen Bühne während des Festes ihr Bestes geben, außerdem gibt es Vorführungen von Caras Aerobic-Gruppe, sowie den Tanzgruppen von Anna-Lena Zink und Ann-Kathrin & Linda Rühle (Remix & For Steps).

Susanne Schmiady



DIE ADRESSE FÜR IHR FAHRZEUG

*wir pflegen noch mit
Herz und Hand*



WASCHPARK & AUTOPFLEGE HARDT

GOTTFRIED-TULLA-STRASSE 1 - STUTENSEE
WWW.AUTOPFLEGE-HARDT.DE



“Für eine schöne,
neue Brille braucht man
einen guten Berater!”

FACKS
OPTIK & AKUSTIK
Bahnhofstr. 33 76356 Weingarten



Getränke Sauder



- ◆ Getränke-Märkte
- ◆ Fachgroßhandel
- ◆ Fest-Service
- ◆ Heimdienst

Getränke-Sauder KG Karlsfeldstr. 16 ◆ 76297 Stutensee ◆ Tel. 07249-3454

E-Mail info@getraenke-sauder.de ◆ www.getraenke-sauder.de ◆ Fax 07249-4216

Getränke-Märkte in:	Stutensee-Fr.	Karlsfeldstr. 16	Tel. 07249 - 34 54
	KA-Durlach	Pfinzstr. 40	Tel. 0721 - 492549
	Bruchsal	W-v-Siemens-Str. 61	Tel. 07251 - 89 2 91



Haustüren
in Holz und Aluminium

Sicherheitstüren
nachrüstbar aus eigener Produktion

Fenster
in Holz/Alu und Kunststoff/Alu

IHR Türenspezialist

Jäger

TÜREN + FENSTER

Unterer-Dammweg 3, 76149 KA-Neureut www.jaeger-tueren.de
B 36 Ausfahrt Neureut-Nord Fon 0721-97 04 60

Genau das Passende für mich!



- einbruchhemmend
- wärmedämmend
- maßgefertigt
- optisch ansprechend
- witterungsbeständig
- nicht mehr streichen

Besuchen Sie unsere Ausstellung!

SG Stutensee-Weingarten 2016/17

Die Handballabteilung des TV Friedrichstal ist ein Mitglied der Spielgemeinschaft Stutensee/Weingarten (SG SW), ein Zusammenschluss mit den Handballabteilungen aus

Blankenloch, Spöck, Weingarten und Grötzingen. Alle Informationen finden Sie im Internet unter www.sgs.w.de.

Männer

Ergebnisse Hallensaison

Mannschaft	Liga	Platz	Spiele	Tore	Punkte	Meister	
1. Herren	Badenliga	8.	26	676:676	24:28	TSV Amicitia Viernheim	
2. Herren	Landesliga	6.	22	630:600	21:23	TGS Pforzheim 2	
3. Herren	Bezirksliga	Mannschaft wurde zurückgezogen					HSG Li-Ho-Li
4. Herren	1. Kreisliga	5.	22	491:515	21:23	Post Südstadt Karlsruhe	
Alte Herren	Ü30	4.	14	335:322	16:12	SV Langensteinbach	

1. Herrenmannschaft



Die 1. Herrenmannschaft spielte in der Badischen Oberliga eine Spielrunde, die mit dem Prädikat „Ziel erreicht“ bewertet werden kann. Im 2. Jahr nach dem Wiederaufstieg wurde der Klassenerhalt bereits vier Spieltage vor Schluss sichergestellt, so dass der Anhang der SG in diesem Jahr nicht bis zum letzten Spieltag zittern musste. Die SG erzielte ein ausgeglichenes Torverhältnis von 676:676 Treffern, was bei 26 Spielen ein durchschnittliches Ergebnis von 26:26 bedeutet! Das Punkteverhältnis konnte mit 24:28

zwar nicht positiv gestaltet werden und bedeutet letztendlich Platz 8 in der Tabelle der 14 Mitkonkurrenten; wie eng es aber tatsächlich war, zeigt die Tatsache, dass Friedrichsfeld mit einem Punkteverhältnis von 26:26 auf Platz 4 der Tabelle steht. Sicher hat die Mannschaft in der Rückrunde einige Punkte verschenkt; am positiven Gesamteindruck für die Spielsaison 2016/2017 ändert dies aber nichts. Die sportliche Führung um Tim Knoll und Ralf Hofheinz arbeitet intensiv an der Fortentwicklung des Männerhandballs.

Für die kommende Saison stehen vier Abgänge fest: Kornej Tjart und Robin Hildenbrand (Knielingen), Raphael Blum (noch unbekannt). Das Weingartener Eigengewächs Tim Kaupa bleibt der SG als Co-Trainer von Steffen Bechtler erhalten. Mit den Neuzugängen Johannes Heiß, Sören Albat, Andre Ockert und Marvin Morlock konnte die Mannschaft gezielt von außen sehr gut verstärkt werden. Dazu kommen noch mehrere Eigengewächse, die aus der Jugend kommen bzw. nächstes Jahr noch A-Jugend spielen können. Als Ziel für nächstes Jahr wird eine Platzierung im oberen Tabellendrittel angestrebt.

Frauen

Ergebnisse Hallensaison

Mannschaft	Liga	Platz	Spiele	Tore	Punkte	Meister
1. Damen	Verbandsliga	8.	22	537:568	18:26	HG Oftersheim/Schwetzingen
2. Damen	Landesliga	9.	18	365:419	8:28	SG Heidelberg/ Helmsheim 2

Jugend

Männliche Jugend – Ergebnisse

Jugend	Staffel	Platz	Spiele	Tore	Punkte	Meister
A-Jugend.	Badenliga	2.	18	518:426	28:8	HG Oftersheim/Schwetzingen
B-Jugend	Badenliga	7.	18	476:494	15:21	TSV Birkenau
B2-Jugend	1. Kreisliga	2.	14	391:296	22:6	FV Leopoldshafen
C-Jugend	Badenliga	8.	18	398:503	8:28	SG Pforzheim/Eutingen
C2-Jugend	1. Kreisliga	8.	16	356:439	5:27	MTV Karlsruhe
D-Jugend	Bezirksliga	10.	18	243:372	5:31	HSG Walzbachtal
D2-Jugend	1. Kreisliga	3.	12	170:144	18:6	HSG Ettlingen/Bruchhausen
E-Jugend	1. Kreisliga	5.	16	237:311	13:19	TSV Rintheim
E2-Jugend	2. Kreisliga	6.	10	185:144	10:10	HSG Li-Ho-Li

Weibliche Jugend – Ergebnisse

Jugend	Staffel	Platz	Spiele	Tore	Punkte	Meister
A-Jugend	Badenliga	6.	16	365:391	12:20	HSG St. Leon/Reilingen
B-Jugend	Badenliga	2.	18	434:303	30:6	HG Saase
B2-Jugend	1. Kreisliga	7.	16	212:301	10:22	HSG Walzbachtal
C-Jugend	Badenliga	2.	18	540:424	29:7	TSG Wiesloch
C2-Jugend	Bezirksliga	6.	12	143:224	6:18	SG Kronau/Östringen
D-Jugend	Bezirksliga	6.	10	135:183	10:10	HSG TB/TG 88 Pforzheim
E-Jugend	Bezirksliga	6.	14	142:140	10:18	HSG TB/TG 88 Pforzheim

In der vergangenen Saison beteiligten wir uns mit 16 Jugendmannschaften am Spielbetrieb des Handballkreises Karlsruhe bzw. dem Badischen Handballverband. Im männlichen Bereich konnten wir von der B-Jugend bis zur E-Jugend und bei der weiblichen Jugend mit der B- und C-Jugend jeweils zweite Mannschaften melden. Diese zweiten Mannschaften ermöglichen auch den schwächeren Handballspielern die Möglichkeit den Handballsport auszuüben. Für unsere Kleinsten bieten wir in

Blankenloch, Friedrichstal und Weingarten Mini-Gruppen an, die in unregelmäßigen Abständen an Spielfesten teilnehmen.

Die Saison 2016/17 begann mit den erfolgreichen Qualifikationen unserer weiblichen A-, B-, C- -Jugend und der männlichen A-, B-, C-Jugend zur Badenliga. Es ist uns zum ersten Mal geglückt, alle 6 Mannschaften in der Badenliga platzieren zu können.

Die männliche A-Jugend beteiligte sich zusätzlich an der Qualifikation zur A-Jugend

Bundesliga, die Trauben hingen aber recht hoch und so blieb es beim Schnuppern und anklopfen an der Eliteliga.

In der Hallenrunde 2016/17 konnten wir dreimal die Vizemeisterschaft in der Badenliga erreichen, bei der männlichen A-Jugend, der weiblichen B-Jugend und C-Jugend. Die übrigen Mannschaften belegten einen Platz im Mittelfeld.

Unsere Spielgemeinschaft hat sich in Baden etabliert. Die Jugend der SG SW ist momentan im Handballkreis Karlsruhe die führende Kraft und stellt einen Schwerpunkt zu den größeren Handballvereinen aus Kronau im Norden und Pforzheim-Eutingen im Süden

dar.

Verschiedene Kooperationen Schule/Verein wurden genehmigt und werden mit dem TMG und der Realschule durchgeführt. Mit den Grundschulen in Friedrichstal, Blankenloch, Weingarten und Grötzingen haben wir in Kooperation mit dem Badischen Handballverband einen Grundschulaktionstag durchgeführt.

Die spielfreien Zeiten werden mit Turnierbesuchen, Trainingscamps oder sonstigen Freizeitgestaltungen überbrückt.

Den Trainingsbetrieb und die Betreuung der Mannschaften wurde durch 33 Trainer/innen gewährleistet

Weibliche C-Jugend der SG-SW geht ungeschlagen in die Badenliga!



Ungeschlagen und auf einem sehr hohen Niveau präsentierte sich unsere weibliche Handball C-Jugend bei der Badenliga Qualifikation in Spöck. Schon im ersten Match gegen Brühl zeigten unsere Mädels ihr Können und ihren sehr hohen athletischen Leistungsstand. Mit einem haushohen Sieg gegen die fairen Spielerinnen aus Brühl avancierte man schnell zum Favoriten. Sowohl Birkenau als

auch Pforzheim konnten trotz cleverer Abwehr raffinessen unser Team nicht wirklich in Bedrängnis bringen. Somit war es ein absolut verdienter Turniersieg für die Badenligasaison 2017/18 für die man sich nun ungeschlagen qualifiziert hat.



Männliche C-Jugend: Geschafft!!! – Badenliga 2017/18 wir kommen

Die Reise zur Nachqualifikation-Chance für die Badenliga 2017/2018 ging nach Weinheim. Wie schon eine Woche zuvor gelang es den SG-Jungs nicht, das 1. Spiel zu gewinnen. Was fehlte war erneut eine konsequente und harte Abwehrarbeit. Trotz drei Trainingseinheiten unter Woche schien der Knoten noch nicht geplatzt zu sein. Hinzu kamen unnötige überhastete Abschlüsse im Angriff, die es

dem Gegner immer wieder ermöglichten in Ballbesitz zu kommen. Am Ende waren die Fehler über die kurze Spielzeit nicht zu kompensieren und man musste sich 9:11 geschlagen geben.

Somit war die Ausgangslage für die restlichen beiden Spiele klar – es mussten zwei Siege her. Und kaum zu glauben, der Knoten bezüglich Abwehrarbeit platzte. Die Jungs standen



wie eine Wand. Nach jedem Ballgewinn brauste der SG-Express gnadenlos auf das Walzbachtaler Tor und sorgte beim Halbzeitstand von 13:2 für klare Verhältnisse. Nach dem Seitenwechsel galt es Kräfte für die

nächste Partie zu schonen. Aber auch die eingewechselten Spieler machten ihren Job hervorragend. An der Anzeigetafel leuchtete ein klares 21:8 beim Schlusspfiff.

Das Spiel gegen die SG Heildesheim/Helmsheim/Gondelsheim war nur in den Anfangsminuten ausgeglichen, denn auch da gelang es den Gegner mit fortlaufender Spielzeit durch gute Teamarbeit in der Abwehr immer mehr unter Druck zu setzen. Zur Pause war die Messe gelesen, es stand 6:12 für die SG-Jungs. In der zweiten Halbzeit gelang das Kunststück in 12:30 Minuten kein Gegentor bekommen zu haben. Eine tolle Mannschaftsleistung von allen Spielern sorgte für einen umjubelten deutlichen 6:22-Sieg.

Geschafft! Badenliga 2017/18 wir kommen. Das große Ziel ist erreicht, allerdings geht jetzt die Arbeit erst richtig los, denn der SG-Express soll in der kommenden Saison für Furore sorgen und so manchen Gegner ärgern.



Haariges ? ist (nicht) Ihr Ding ♦

Aber
wir
fahren
ganz
darauf
ab !

SALON **PIA**
Haare pur

76297 Stutensee-Friedrichstal, Gottfried-Tulla-Str. 3
Tel.: 07249/8014 Fax: 07249/951046

Frische pur - alles unter einem Dach!

www.edeka-bertram-voelkle.de
info@edeka-bertram-voelkle.de

76297 Stutensee-
Friedrichstal
Tel.: 0 72 49 - 95 24 20

76706 Dettenheim
Tel.: 0 72 55 -
72 59 00



- Heizung
- Lüftung
- Öl- und Gasfeuerung
- Sanitäre Anlagen

SCHÖBER GmbH · Bachstraße 73 · 76185 Karlsruhe
Telefon 07 21 - 59 32 07

Wir sind immer für Sie da! 24 Std.- Notdienst!

Inhaber.: Gunther Hofheinz

Schillerstr.86, 76297 Stutensee, Mobil-Telefon (0163) 5260393

- Kundendienst für Öl- und Gasfeuerung
- Heizkesselmodernisierung
- Badmodernisierung
- Heizung – Sanitäre Neuanlagen
- Solar Anlagen

EDEKA Bertram Völkle
Dettenheim • Stutensee-Friedrichstal

- Party- und Lieferservice
- Kühlwagen-Vermietung
- Wein-Events
- Geschenke
- Gutscheine
- Präsentkörbe

Wir lieben Lebensmittel

www.edeka-bertram-voelkle.de
info@edeka-bertram-voelkle.de

76297 Stutensee-Friedrichstal
Tel.: 0 72 49 - 95 24 20

76706 Dettenheim
Tel.: 0 72 55 - 72 59 00

Budo 2016/17



Schwarzgurtprüfungen

Nach den Sommerferien begann für 3 Judoka die Vorbereitung auf den schwarzen Gürtel. Geübt wurde jeden Mittwoch, Freitag und Sonntag. Am 7. Dezember fand die Danprüfung statt. Am Ende hatten wir drei neue Schwarzgurtträger: 1. Dan für Jörg Möhlenhoff, 1. Dan für Erika Volz und 1. Dan für Julian Faas.

Sommercamp

In den Sommerferien fand wieder das Sommercamp auf unserer Anlage statt. Ein wirklich tolles Erlebnis für alle. Es wurde trainiert, gespielt und gebastelt. Mittwochs fuhren wir in den Kurpfalzpark. Neben den sportlichen und kulturellen Aktivitäten kam auch der gesundheitliche Aspekt nicht zu kurz. So konnte man beim autogenen Training oder einer Wellnessmassage bestens entspannen.

Nikolaus-Turnier



Mit einem vielseitigen Turnier startete die Budo- und Kampfsportvereinigung (BKV) in die diesjährige Adventszeit. Rund 65 Judoka nutzen die Gelegenheit, um in drei verschiedenen Disziplinen ihr Können zu zeigen.

Zunächst bei einer Fallschul-Kata (Ukemi), bei der die Teilnehmer die verschiedenen Arten des Fallens technikgenau und ausdrucksstark demonstrierten. Daran anschließend folgten die Kämpfe im klassischen Judo Stand- und Bodenkampf (Kumite). Den Abschluss schließlich machte der Sumo-Wettstreit, bei dem es galt den Gegner mit Geschick und Kraft aus der Mattenfläche zu bringen. In der Bildergalerie haben wir die schönsten Bilder bereitgestellt. Die Kämpfer zeigten sich gut

vorbereitet und kampffreudig. So konnten die Kampfrichter denn auch gute Bewertungen bei der Fallschul-Kata geben und spannende Kämpfe beobachten. Auch für unsere erkrankte Freundin Irene Macherey gab es ein besonderes Highlight – alle Kinder malten ihr wunderschöne Bilder und zum Abschluss winkten ihr alle Beteiligten nochmal zu und wünschten ihr gute Besserung.

Prüfungslehrgang in Friedrichstal

Am 18.02 und 19.02. fand unser Prüfungslehrgang in Friedrichstal statt. An beiden Ta-

gen hatten sowohl die Kleinsten als auch unsere großen Mitglieder die Chance, sich intensiv auf ihre nächste Prüfung vorzubereiten. Gekrönt wurde dies mit dem erfolgreichen Abschneiden aller Beteiligten – wir gratulieren euch allen und bedanken uns natürlich auch bei den fleißigen Helfern.

Danksagungen

Abschließend möchte ich mich bei allen im Verein für die tolle Unterstützung und Zusammenarbeit ganz herzlich bedanken.

Dagmar Schulmeister



160 Starter bei der IDM 2017

Wie die letzten Jahre war auch unsere diesjährige IDM ein voller Erfolg. Mit über 160 Startern haben wir einen neuen Rekord aufgestellt. Möglich wurde dies durch den unermüdlichen Einsatz unserer Abteilungsleiterin Dagmar Schulmeister. Zusammen mit ihren Helfern wurde die lange Vorbereitung mit dieser großartigen IDM gekrönt. Neben den Judoka des TV waren folgende Vereine mit Judoka vertreten: Dokan Bühl, DJK Irrel, Kaminari Düsseldorf, SV Yburg Steinbach, VfB

Blessem, TB Rotenfels Judoabteilung, Ryujin Karlsruhe, Goju Jutsu Union Vaihingen, Blackbelt Center Rottendorf, TV Ehringshausen und natürlich unsere Sportfreunde aus Serbien.

Unser Ehrenvorsitzender Werner Weiler war wie jedes Jahr ebenfalls zu Gast bei diesem Event. Er begrüßte alle Budoka im Namen des Vereins und wünschte diesen sportlich faire Vergleiche.



BUDO



© BKV e.V.



© BKV e.V.



© BKV e.V.



© BKV e.V.



© BKV e.V.

Turnen 2016/2017

Die 600 Mitglieder unserer Abteilung wurden im vergangenen Jahr von 15 Übungsleitern betreut. Ich freue mich sehr, dass von den bisher 6 Helfern im letzten Jahr 4 ihre Ausbildung zum Übungsleiter abgeschlossen haben und mittlerweile selbständig in TGW und SGW Gruppen tätig sind. Es ist schön zu sehen, dass aus unseren eigenen Reihen Nachwuchs heranreift.

Leider musste Jessica Marcelja im Januar ihre Krabbelkinder-Gruppe aus beruflichen Gründen abgeben. Wir haben aber mit Sabrina Strohal einen tollen Ersatz gefunden. Liebe Jessica Dir vielen Dank für Dein Engagement im Verein und Dir Sabrina viel Spaß und Freude mit den Krabbelkindern.

Kinderturnfest in Eggenstein

Am 29.05.2016 fuhren wir mit ca. 30 Kindern nach Eggenstein zum Kinderturnfest. Die Kinder zeigten in den Wettbewerben WAS KANNST DU, ELTERN- KIND und LEICHTATHLETIK ihr Können. Beim Leichtathletik Wettkampf erzielten wir in allen Kategorien Plätze auf dem Siegertreppchen. Entsprechend groß war die Freude bei der Siegerehrung und der Verteilung der Medaillen, die jedes teilnehmende Kind bekam.

Sommerfest

Am 15. und 16.07 lud der Verein zum Sommerfest auf unserem Vereinsgelände ein. Die Turnerinnen und Turner trugen mit vielen Beiträgen zum Programm bei. Auch unsere, seit einigen Jahren angebotene Spielstraße wurde von den Kindern begeistert angenommen. In diesem Jahr war die Wasserbombenschleuder und das vom Turnerbund ausgeliehene Airtrack eine besonders



beliebte Attraktion.

Das Airtrack wurde so begeistert angenommen und besonders von den SGW und TGW Turnern zum Üben einiger Turnelemente genutzt, dass der Vorstand entschied für den Verein ein eigenes Airtrack anzuschaffen. Vielen Dank!!

Ferienspaß



Wie schon seit über 20 Jahren trafen am 16.08. gegen 10:00 Uhr ca. 25 Kinder auf dem Vereinsgelände ein, um einen Vormittag voll Aktion beim TV zu erleben. Das bewährte Team um Monika Aberle hatte sich wieder viele tolle Aktionen ausgedacht und auch die traditionelle Bratwurst zum Mittagessen durfte nicht fehlen.





Wettkampfgruppen beim TV

Unsere SGW (Schüler-Gruppen-Wettstreit) und SGM (Schüler-Gruppen-Meisterschaft) Gruppen waren am 15. Oktober beim Schülergruppentreffen in Neureut.

Die SGW Mannschaft von Lara Kolb und Tannisha Göb erreichte den 10. Platz mit: 4,25 Punkten beim Werfen, 8,85 Punkten beim Turnen und 8,2 Punkten beim Laufen.

Die SGM Mannschaft von Bianca Ansperger erreichte den 3. Platz mit: 8,3 Punkten im Werfen, 8,8 Punkten im Singen, 9,1 Punkten beim Staffellauf und 9,1 Punkten beim Turnen.



Kinderfasching



Am schmutzigen Donnerstag stürmten ca. 80 kleine Narren die Walter und Margot Giraud-Halle. Eingeladen hatten Monika Aberle, Birgit Hofmann und Vanessa Mahler alle aktiven Turnkinder bis 7 Jahre. Unterstützt von Sabrina Strohal und Kerstin Aberle erlebten die Kinder die Premiere dieser Veranstaltung und hatten bei Polonaise, Luftballontanz und Kostümpremierung einen lustigen Nachmittag. Die Mamas hatten Muffins gebacken, die in der Kantine zusammen mit Apfelschorle und Sprudel reißenden Absatz fanden. Vielleicht gibt es im nächsten Jahr wieder einen Kinderfasching beim TV.

Seit November 2016 trainiert eine neue SGW Gruppe mit unseren Jüngsten bis 10 Jahre alten Mädchen unter der Leitung von Celine Schanz, Sarah Hoffmann, Aileen Ketzler und Kerstin Aberle. Wir haben nun in allen angebotenen Wettkampfklassen im Schülerbereich eine Mannschaft, die beim Landeskinderturnfest im Juli 2017 antreten wird.



Auch im erwachsenen Bereich tut sich wieder etwas. Im Juni 2017 findet in Berlin das Deutsche Turnfest statt, die größte Breitensportveranstaltung der Welt. Für diesen Anlass hat sich eine Gruppe aus „ehemaligen“ TGW Turnerinnen und Turnern gefunden und trainiert mittlerweile fleißig, um wieder aktiv beim TGW Wettkampf anzutreten. Wie auch im Schüler- und Jugendbereich müssen die Disziplinen Turnen, Werfen und Singen und/oder Staffellauf trainiert werden.

Sonstige Veranstaltungen

Im Februar 2016 veranstaltete der Turngau Karlsruhe eine Fortbildung zum Thema Seniorenturnen bei unserem Verein. Kursleiter waren Linda Kunz und Erika Ratz.

Danksagungen

An dieser Stelle möchte ich mich bei allen Übungsleiter/innen für ihre geleistete Arbeit

und die gute Zusammenarbeit bedanken. Ich wünsche Ihnen weiterhin viel Spaß bei Ihrer ÜL-Tätigkeit beim TV Friedrichstal. Einen weiteren Dank an die Eltern, Helfer und Freunde, die durch die gute Zusammenarbeit bei Übungsstunden, Veranstaltungen und Wettkämpfen zum Gelingen beim TV Friedrichstal beigetragen haben.

Birgit Hofmann

Kinderturnfest des Karlsruher Turngau



Der Karlsruher Turngau lädt jedes Jahr die Kinder seiner Mitgliedsvereine zu einem Kinderturnfest ein. In diesem Jahr war der TV Friedrichstal am 21.05. Gastgeber dieser Veranstaltung. Über 300 Kinder aus 14 Vereinen hatten sich zu diesem Termin angemeldet.

Der Vormittag gehörte den Kindern zwischen 2 und 7 Jahren. Sie zeigten in einem Parcours ihr Können. Unter dem Motto „Ausflug in das Land der Tiere“ hüpfen sie als Hasen über Seile, sprangen als Pinguine von Eisscholle zu Eisscholle, balancierten als Elefanten über Baumstämme und brachten als Zoowärter allen Tieren schnell ihr Futter. Bei den ganz kleinen Turnern halfen Mama oder Papa bei den Aufgaben mit.

Auf dem Außengelände der Sporthalle ma-

ßen die Schulkinder beim Leichtathletikwettbewerb ihre Kräfte.

Am Nachmittag waren dann die Turnmannschaften der einzelnen Vereine zu einem Turnwettkampf eingeladen. Sie mussten eine Bodenübung, einen Sprung vom Minitrampolin, Zielwerfen und eine Pendelstaffel vor den kritischen Augen der Kampfrichter zeigen.

Alle Teilnehmer hatten viel Spaß und erhielten als Anerkennung für ihre Teilnahme eine Medaille und eine Urkunde.

Herzlichen Dank an alle Helfer, die beim Auf- und Abbau und bei der Bewirtung der vielen Gäste geholfen haben. Einen besonderen Dank an Herrn Völkle von EDEKA-Markt für die Überlassung der Parkplätze.

Birgit Hofmann





Saison 2016/17

Die Volleyballbegeisterung hat auch im Jahr 2016/2017 angehalten, wenngleich wir uns durchaus über den einen oder anderen Zuwachs mehr freuen würden. Hier erhoffen wir uns positive Effekte aus der aktuellen Initiative „Mitgliederwerbung“.

Mädchenmannschaft

Die engagierte Jugendarbeit aus den letzten Jahren wurde auch in diesem Jahr kontinuierlich fortgesetzt. Die aktive Beteiligung und die erfreulichen Erfolge auf Turnieren und Meisterschaften waren die konsequente Folge. Ganz aktuell hat unsere Mädchenmannschaft Jahrgang 01-02 in ihrer Runde gegen 11 andere Mannschaften den 4. Platz belegt. An dieser Stelle der erneute herzliche Dank an die beiden Trainer Christian Kraus und Michael Nowack, die erneut viel Zeit und Leidenschaft in das Training eingebracht haben und durch ihr andauerndes Engagement die nötige Kontinuität in der Jugendarbeit sicherstellen. In diesem Sinne planen wir für April eine neue Anfängergruppe Mädchen 9-10 Jahre.

Freizeit- und Mixed-Mannschaft

Wie in all den Jahren zuvor ragt die Freizeit- und Mixed-Mannschaft zwar nicht unbedingt durch ihre Meisterschaftstauglichkeit und zahlreichen Turniererfolge heraus, glänzt jedoch durch Konstanz, viel Freizeitaktivität rund um das Volleyballspiel herum, aktiver Beteiligung am Vereinsgeschehen sowie der sporadischen Teilnahme und Ausrichtung von Beach-Volleyball-Turnieren. Die Beachsaison wird hier wie jedes Jahr selbstverständlich mit einem Trainingscamp auf Mallorca eröffnet.

Arndt Holste

BMW RATZEL GOES ///M.

Erleben Sie die Faszination der BMW ///M Automobile in unserem neuen, über 300m² großen Showroom in Linkenheim-Hochstetten.



Autohaus

Uwe Ratzel GmbH & Co. KG

Waldstraße 44

76351 Linkenheim-Hochstetten

Tel. : 07247 / 9373-0

www.bmw-ratzel.de

BMW RATZEL

Wer uns findet, findet uns gut!



Reisebüro

Friedrichstal

Mit uns erleben Sie die Welt!

Unsere Leistungen für Sie:

- * Beratung - Buchung - Betreuung
- * unabhängige kompetente Reiseauswahlberatung
- * Ausarbeitung individueller Reiseangebote
- * 24-Stunden-Stöbern auf unserer Wohlfühlhomepage
- * Facebookpräsenz mit ständig wechselnden Themen
- * Unsere weltweite Reiseauswahl ist riesig:
Kur- und Wellnessreisen, Städtereisen, Studienreisen,
Wanderreisen, Kreuzfahrten, Badereisen, uvm.

seit 1997 Kompetenz vor Ort



Besondere Kompetenzen:

- * Vertraut mit "Reise-Großfamilien"
(mehr als zwei Kinder)
- * Weltweite Frachtschiffreisen

Reisebüro Friedrichstal
Hagenbuchenstr. 5
76297 Stutensee

Tel. 07249-952590

info@reisebuero-friedrichstal.de
www.reisebuero-friedrichstal.de

Fitness

Ihr wollt eure Leistungsfähigkeit verbessern und fitter werden? Das könnt ihr erreichen, indem ihr euch für ein regelmäßiges Fitnessstraining entscheidet. Es führt bereits nach kurzer Zeit dazu, dass ihr eine Vielzahl von positiven Veränderungen bei euch registrieren werdet. Euer gesamter Körper wird leistungsfähiger und gesünder. Ein verstärktes Wohlbefinden stellt sich ein. Aber auch, wenn ihr mit eurem Fitnessniveau heute zufrieden seid, solltet ihr nicht auf ein regelmäßiges Training verzichten. Denn schließlich wollt ihr ja immer so fit bleiben, wie ihr jetzt seid.

Fitness Karte

Die Teilnahme an diesen Functional Fitness Angeboten ist für Vereinsmitglieder kostenlos! Nicht-Mitglieder bezahlen 60 EUR für 10 Einheiten. Diese können terminlich frei gewählt werden, so dass keine Stunden verfallen. Unsere Fitness Karte für den Teilnahmenachweis erhaltet ihr bei den Übungsleitern.

Functional

Statt einzelne Muskeln wie beim Gerätetraining isoliert zu kräftigen, trainieren wir bei Functional Fitness ganze Muskelgruppen und komplexe Bewegungsabläufe. Das ist sinnvoll, weil bei Bewegungen im Alltag oder im Sport immer mehrere Muskeln, Sehnen und Gelenke gleichzeitig aktiv sind. Functional Fitness stärkt somit Muskeln, die zusammenarbeiten und stabilisiert Muskelansätze, Sehnen und Gelenke. Ihr optimiert dadurch Bewegungsabläufe und reduziert das Verletzungsrisiko. Functional Fitness kann ideal mit anderen Sportarten ergänzt werden, wenn es darum geht, gezielte Muskelgruppen zu stärken.

Body Workout für Einsteiger

Alle die ihr Leben sportlich aktiver gestalten wollen oder schon längere Zeit keiner regelmäßigen sportlichen Aktivität nachgekommen sind, können sich auf unsere Functional Body Workout Stunde freuen! Wir bieten Euch ein effektives Ganzkörpertraining, bei der die unterschiedlichen Muskelgruppen nicht isoliert, sondern integriert in unterschiedliche Bewegungsmuster trainiert werden. Stundeninhalte sind athletische und funktionale Übungen mit dem eigenen Körpergewicht und mit einfachen Geräten. Durch das ausgewogene und abgestimmte Training werden Kraft, Ausdauer und Kondition kontinuierlich gesteigert.



Wann: Dienstag, 18:15 - 19:15 Uhr
 Wo: Giraud-Halle
 Übungsleiterin: Ingrid Joos
 Kosten: Für Vereinsmitglieder kostenlos, Fitness-Karte möglich



Fit in den Tag

Dieses Ganzkörpertraining eignet sich für jeden, der "Fit in den Tag" kommen möchte. Auf dem Programm steht neben Cardio-Training auch das Kräftigen der Bauch- und Rückenmuskulatur, die für unsere Stabilisation und Sensomotorik verantwortlich ist. Alle Übungen können in Variationen durchgeführt werden, sodass sowohl Anfänger als auch Fortgeschrittene sich ihr eigenes Level auswählen können. Mit Entspannung und Stretching lassen wir die Trainingsstunde ausklingen.



Wann: Mittwoch, 09:45 - 11:00 Uhr
 Wo: Giraud-Halle
 Übungsleiterin: Miriam Boschert
 Kosten: Für Vereinsmitglieder kostenlos, Fitness-Karte möglich



Cross Training

Kuschel-Fitness war gestern. Schweiß, Anstrengung und Beats sind heute! Wer auf Schrittfolgen und Tanzeinlagen verzichten kann, der ist hier genau richtig. Wir bieten Euch ein schweißtreibendes und hochintensives Training, das höchst effizient die Kondition trainiert, gleichzeitig Durchhaltevermögen sowie Willensstärke schult und mit seinem faszinierenden Spaß-Quäl-Faktor ein nicht zu unterschätzendes Suchtpotenzial hat.

Cross Training



Wann: Freitag, 20:00 - 21:00 Uhr
 Wo: Schulsporthalle
 Übungsleiter: Michael Nowack
 Kosten: Für Vereinsmitglieder kostenlos, Fitness-Karte möglich



Cardio

Cardio-Training ist eine Trainingsform, bei der die großen Muskelgruppen durch Ausdauertraining in Bewegung gehalten werden. Dadurch wird vor allem das Herz- Kreislaufsystem und die Atmung trainiert. Unser Angebot ist eine Kombination aus Ausdauertraining und Schritt-Choreographie.

Step-Aerobic



In dieser Stunde erwarten euch einfache bis mittelschwere Schritt-kombinationen, die in der Intervallarbeit das Herz-Kreislauf-System aktivieren und die Muskulatur trainieren. Zur Intensivierung des Trainings werden unterschiedliche Handgeräte eingesetzt. Eine Dehnungsphase beendet das Training. Freut euch auf ein rhythmisches Erlebnis!

Wann: Dienstag, 19:15 - 20:15 Uhr
 Wo: Giraud-Halle
 Übungsleiterin: Ingrid Joos
 Kosten: Nur für Vereinsmitglieder



Bodyforming

Hier haben wir verschiedene Angebote zusammengefasst, die besonders effektiv für eine wohlgeformte Figur sorgen.

Bodystyling



Bodystyling für Sportaktive! Das Training bietet ein abwechslungsreiches rundum Körperfitprogramm mit Erwärmung, Muskeltraining/-aufbau/-stabilisierung, Dehnung und Entspannung, wobei abwechslungsreich mit Sportgeräten (Hanteln, Stepper, Bänder usw.) individuell gearbeitet

wird. Bodystyling ist für männliche wie weibliche Teilnehmer geeignet.

Wann: Montag, 18:30 - 20:00 Uhr
 Wo: Giraud-Halle
 Übungsleiterin: Ingrid Joos
 Kosten: Nur für Vereinsmitglieder



Form Dich Fit

Du möchtest Deinen Körper formen und Deine Fitness verbessern? Dann haben wir genau das richtige für Dich! Spaß am Sport in einer lustigen Gruppe hilft Dir dabei, den Kopf frei zu bekommen und zufrieden mit Dir und Deiner Umwelt zu sein! Wir bieten ein athletisches BodyWorkout für Männer und Frauen an.

Wann: Mittwoch, 19:00 - 20:00 Uhr
 Wo: Vereinshalle
 Übungsleiterin: Claudia Eckhardt
 Kosten: Nur für Vereinsmitglieder

**Faszien-Fitness**

Unser Figurbooster für mehr Geschmeidigkeit und Beweglichkeit! Eine große Rolle für Wohlbefinden, Beweglichkeit, Leistungsfähigkeit und Gesundheit spielt das muskuläre Bindegewebe - die Faszien. Verklebte und verfilzte Faszien können Schmerzen und Bewegungseinschränkungen zur Folge haben. Mit unserem Angebot bringt ihr eure Faszien in Höchstform. Bewegungen werden geschmeidiger, Verspannungen lösen sich.

Wann: Dienstag, 17:30 - 18:15 Uhr
 Wo: Spiegel-Saal
 Übungsleiterin: Ingrid Joos
 Kosten: Nur für Vereinsmitglieder

Gesundheit

Gesundheitssport ist notwendig, da wir uns heute zwei Drittel weniger als vor 100 Jahren bewegen. Im Stuhl sitzend lassen wir unsere 500 Muskeln verkümmern. Mit unseren Angeboten bieten wir euch einen idealen Ausgleich zum Berufsalltag. Gesundheitssport lässt Raum für Freude und Freunde. Perfektionismus und Leistungsdruck sind hier fehl am Platz. Ziel bei allen sportlichen Aktivitäten ist die Verbesserung der individuellen Leistungsfähigkeit.

Yoga

Yoga hat seine Jahrhunderte alten Wurzeln in der indischen Heilkunde und ist ein Übungsweg, der gleichermaßen Körper, Geist und Seele anspricht. Es gibt viele Yoga-Richtungen, wobei in Europa die bekannteste der Hatha-Yogaist. Verschiedene Atem-, Bewegungs-, Entspannungs- und Konzentrationsübungen werden harmonisch miteinander verbunden und

verhelfen zu mehr Körperbewusstsein und innerer Ruhe. Die Übungen wirken positiv auf Atmung, Muskulatur, Gelenke und Organe. Sie lösen Verspannungen, regen den Energiefluss an und beeinflussen positiv unsere Stimmung.

Yoga-Übungen können immer so variiert werden, dass sie auch zu den unterschiedlichen Möglichkeiten und Grenzen der Übenden passen. So kann der Unterricht von Anfängern und Geübten besucht werden. Die Yoga-Stunden enden regelmäßig mit einer Entspannung.

Informationen und Anmeldung:

Wegen der begrenzten Teilnehmerzahl ist für alle Yoga-Kurse eine Voranmeldung erforderlich. Das Anmeldeformular kann über die Homepage oder in unserer Geschäftsstelle bezogen werden. Weitere Infos und Anmeldung bei M. Nowack (Tel: 3219) oder Birgit Hofmann (Tel: 6545) und unter yoga@tv-friedrichstal.de



Yoga 1-Kurs: Mit Yoga sicher und standhaft bleiben...

Dieser Yoga-Kurs beinhaltet einen ganzheitlichen Gesundheitsweg für Menschen mit Rückenproblemen. Du erfährst die Grundprinzipien des Yoga und unternimmst eine Reise zur Körperachse, deiner Wirbelsäule, wobei gerade diese oft sehr strapazierte Körperregion besonders wahrgenommen wird. Mit dem Erlernen von Karanas (Bewegungsabläufen) und Asanas (Körperübungen/ -haltungen) werden Bauch und Rückenmuskulatur gedehnt und gekräftigt und du kannst dadurch eine wunderbare Entspannung des gesamten Rückens erfahren. Entdecke Deinen Atem und lerne deinen Geist zu beruhigen. Erfahre Yoga in seiner Gesamtheit - Körper, Geist und Seele-, der in hohem Maße zur Gesundheit beiträgt.



Durch sanfte Bewegungsabläufe und Bewusstheit gezielter Atemflüsse in einzelne Körperbereiche, wirst du in eine stabile und feste Körperhaltung geführt, die dich deiner eigenen Körperempfindung näherbringt. Mit bekannten Asanas wie Kobra, Hund oder Held wird die gesamte Körpermuskulatur gestärkt und aufgebaut. Das Ziel ist die standhafte, gerade und sichere Aufrichtung des Rumpfes.

Für Einsteiger ebenfalls geeignet!

Wann:	Start: Dienstag 10.01.2017, 20:00 - 21:30 Uhr
Wo:	Spiegelsaal
Übungsleiterin:	Monika Rühle
Kosten:	Vereinsmitglieder 25 EUR, Nicht-Mitglieder 50 EUR
Dauer:	10 Einheiten a 90 Minuten

Yoga 2-Kurs: Entspannung und innere Ruhe



In abgerundeten Yogastunden werden bereits erlernte Yogahaltungen, Atem-, Konzentrations- und Entspannungstechniken vertieft und verfeinert. So können Wohlbefinden, Leistungsfähigkeit und Gesundheit deutlich gesteigert werden.

Fortgeschrittene Variationen und längeres Halten der Grundstellungen sind Merkmale dieses Kurses. Ebenso ein intensiveres Pranayama und Übungen von Konzentration und Meditation.

Wann:	Mittwoch, 20:00 - 21:30 Uhr (fortlaufend, Einstieg jederzeit möglich)
Wo:	Spiegelsaal
Übungsleiter:	Udo Alexnat
Kosten:	Vereinsmitglieder 25 EUR, Nicht-Mitglieder 50 EUR
Dauer:	10 Einheiten a 90 Minuten

Kurs: Rücken Fit

Rückenprobleme können den Alltag zur Qual werden lassen. Doch die meisten Symptome lassen sich mit Bewegung vertreiben. Rücken-Fit ist ein Training zur Stärkung und Stabilisierung der Rumpf- und Rückenmuskulatur sowie aller Muskelgruppen, die zu einer aufrechten Körperhaltung beitragen. Rückenbeschwerden soll vorgebeugt und Bewegungsmangel ausgeglichen werden. Das Kursprogramm Rücken-Fit erfüllt die Kriterien des §20 Abs.1 SGB V, Gesundheitsförderung, und kann von der gesetzlichen Krankenkasse anerkannt und bezuschusst werden.

Information und Anmeldung:

Wegen der begrenzten Teilnehmerzahl ist für alle Kurse eine Voranmeldung erforderlich. Weitere Infos und Anmeldung bei Martina Kaiser (Tel.: 959704) oder unter kaiserwdst@t-online.de



Rücken-1

Wann:	Infos auf der Homepage
Wo:	Spiegelsaal
Übungsleiterin:	Martina Kaiser
Kosten:	Vereinsmitglieder 25 EUR Nicht-Mitglieder 60 EUR
Dauer:	10 Einheiten a 60 Minuten





Rücken-2

Wann: Infos auf der Homepage
 Wo: Spiegelsaal
 Übungsleiterin: Martina Kaiser
 Kosten: Vereinsmitglieder 25 EUR, Nicht-Mitglieder 60 EUR
 Dauer: 10 Einheiten à 60 Minuten

Kurs: Functional Circuit Training

...das Kursprogramm für mehr Kraft und Ausdauer im Alltag!

Bei Functional Training handelt es sich um eine Trainingsmethode, bei der die unterschiedlichen Muskelgruppen nicht isoliert, sondern integriert in unterschiedliche Bewegungsmuster trainiert werden. Kursinhalte sind athletische und funktionale Übungen mit dem eigenen Körpergewicht oder mit traditionellen und einfachen Trainingsgeräten wie Medizinball, Springseil, Schlingentrainer oder Kurzhantel. Zusätzlich erhalten Sie in diesem Kurs umfangreiches Informationsmaterial mit Tipps, Anleitungen und Anregungen für zu Hause.

Functional Circuit Training

Unser Angebot richtet sich an alle, die ihr Leben sportlich aktiver gestalten wollen und auf ein Work-Out mit Choreografie und Tanzschritten verzichten können.

Dieses Kursprogramm wurde von SPORT PRO GESUNDHEIT und der „Zentralen Prüfstelle für Prävention“ zertifiziert und erfüllt die Kriterien des §20 Abs.1 SGB V, Gesundheitsförderung, und kann von der gesetzlichen Krankenkasse anerkannt und bezuschusst werden.

Wann: Infos auf der Homepage
 Wo: Schulsporthalle
 Übungsleiter: Michael Nowack
 Kosten: Vereinsmitglieder 25 EUR, Nicht-Mitglieder 60 EUR
 Dauer: 10 Einheiten à 60 Minuten



Information und Anmeldung

Wegen der begrenzten Teilnehmerzahl ist für alle Kurse eine Voranmeldung erforderlich. Weitere Infos und Anmeldung bei Michael Nowack (Tel.: 3219) oder unter info@tv-friedrichstal.de.

Sportabzeichen

Was ist das Deutsche Sportabzeichen?

Das Deutsche Sportabzeichen (DSA) ist eine Auszeichnung des Deutschen Olympischen Sportbundes (DOSB). Es ist die höchste Auszeichnung außerhalb des Wettkampfsportes und wird als Leistungsabzeichen für überdurchschnittliche und vielseitige körperliche Leistungsfähigkeit verliehen. Die zu erbringenden Leistungen orientieren sich an den motorischen Grundfähigkeiten Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit und Koordination. Der Nachweis der Schwimmfertigkeit ist notwendige Voraussetzung für den Erwerb des Deutschen Sportabzeichens. Das Deutsche Sportabzeichen ist ein Ehrenzeichen der Bundesrepublik Deutschland mit Ordenscharakter.

Viele Krankenkassen gewähren einen Bonus für den Erwerb. Nachfragen rechnet sich!



Wer kann das Deutsche Sportabzeichen machen?

Das Deutsche Sportabzeichen kann von Männern und Frauen sowohl in der Bundesrepublik Deutschland als auch im Ausland erworben werden. Voraussetzung ist das erfolgreiche Absolvieren der im Regelwerk geforderten Leistungen.

Das Deutsche Sportabzeichen wird verliehen

1. als Deutsches Sportabzeichen für Kinder und Jugendliche an Jungen und Mädchen, ab dem Kalenderjahr, in dem das 6. Lebensjahr erreicht wird
2. als Deutsches Sportabzeichen an Erwachsene, ab dem Kalenderjahr, in dem das 18. Lebensjahr erreicht wird.

Auch Menschen mit Behinderung können das Deutsche Sportabzeichen erwerben. Die sportlichen Anforderungen für den Erwerb sind im Handbuch „Deutsches Sportabzeichen für Menschen mit Behinderung“ niedergelegt.

Die Mitgliedschaft beim TV Friedrichstal ist nicht notwendige Voraussetzung für den Erwerb des Deutschen Sportabzeichens.

Was muss ich dafür leisten? In welchen Sportarten muss ich fit sein?

Gefragt ist eine vielseitige, keine einseitige körperliche Leistungsfähigkeit. Um das Sportabzeichen zu erhalten, muss aus vier Übungsgruppen (Kraft, Ausdauer, Schnelligkeit und Koordination) jeweils eine Übung bestanden werden. Es stehen Angebote aus den Sportarten Leichtathletik, Radfahren, Schwimmen und Gerätturnen zur Auswahl. Bei den Zeit- oder Maßeinheitvorgaben wird selbstverständlich das Alter und das Geschlecht berücksichtigt. Die Prüfungen müssen innerhalb eines Kalenderjahres erfüllt werden. Die individuelle Leistungsfähigkeit wird auf den drei Leistungsstufen Bronze, Silber und Gold geprüft.

Einige Leistungsabzeichen (Verbandsabzeichen) können als Ersatz für die Disziplingruppe Ausdauer oder Koordination anerkannt werden. Nähere Einzelheiten dazu finden ihr hier: <http://www.deutsches-sportabzeichen.de>

Ebenso ist der Nachweis der Schwimmfertigkeit eine notwendige Voraussetzung. Für diesen Nachweis gibt es vier Möglichkeiten:

1. Ablegen einer Schwimmdisziplin aus den Disziplingruppen Ausdauer oder Schnelligkeit im Zuge der Sportabzeichen-Prüfung. Ausnahmeregelung für die Disziplingruppe Ausdauer:

Als Nachweis der Schwimmfertigkeit gilt auch, wenn eine Strecke aus der Disziplingruppe Ausdauer vollständig durchschwommen wird, die erreichte Zeit aber nicht der Mindestanforderung für die Leistungsstufe Bronze entspricht

2. 15 Min. Dauerschwimmen (im offenen Gewässer möglich), wobei eine offensichtliche Fortbewegung im Wasser ersichtlich sein muss

3. jünger als 12 Jahre: 50 m Schwimmen ohne Zeitlimit (am Stück und ohne Unterbrechung) genau oder älter 12 Jahre: 200 m Schwimmen in maximal 11 Min. (am Stück und ohne Unterbrechung)

4. Vorlage des „Deutschen Jugendschwimmabzeichens“ in Gold, des „Deutschen Schwimmabzeichens“ bzw. des „Deutschen Rettungsschwimmabzeichens“ der DLRG jeweils ab Bronze

Wo und wann kann ich dafür trainieren?

Der TV Friedrichstal bietet Mitgliedern und Nichtmitgliedern das regelmäßige Training zum Erwerb des Sportabzeichens an.

Wann: Montag, 18:00 - 19:00 Uhr (nicht bei Regen und nicht in den Schulferien)
 Wo: Schulsportanlage der Friedrich-Magnus-Schule
 Übungsleiter: Monika Aberle und Manfred Stadtmüller
 Kosten: Keine Mitgliedschaft notwendig

Outdoor

Wer trendy sein will, geht am Stock. Genauer gesagt, an zwei Stöcken. Nordic Walking ist angesagt und Gesundheitsfans wissen auch warum! Das Training verbessert die Koordination, pumpt mehr Sauerstoff in den Körper, kräftigt und mobilisiert ihn.



Nordic Walking

Wann: Jeden Mittwoch und Samstag ab 16:00 Uhr
 Wo: Treffpunkt: Friedrichstaler Allee, bei der Silcherstraße an der Sitzbank.
 Übungsleiterin: Ingrid Joos
 Kosten: Nur für Vereinsmitglieder

Gesundheitstraining

Unsere Angebote zum Gesundheitstraining haben das grundlegende Ziel, den gesundheitlichen Risikofaktoren Bewegungsmangel, Übergewicht und Stress entgegenzuwirken. Einseitige Bewegungen im Alltag führen zu Gewohnheiten. Dadurch entstehen Fehlhaltungen und die Atmung wird eingeschränkt. Abwechslungsreiche, gezielte Übungen auch mit Handgeräten trainieren unsere Muskelgruppen am ganzen Körper. Dehnungs- und Entspannungsübungen gehören auch zum Wohlfühl für Körper, Geist und Seele. Sie haben die Auswahl in die Gruppen reinzuschneppern.

Fitness Training für den Alltag (Frauen)



Mit spielerischem Aufwärmen und Gymnastik mit Handgeräten werden gesundheitsfördernde Dehn-, Kraft- und Streckübungen ausgeführt. Zum Abschluss gibt es noch Entspannung. Nach dem Duschen treffen sich die meisten Sportlerinnen im Clubraum zum Plaudern bei einem Erfrischungsgetränk.

Wann: Montag, 20:00 - 21:30 Uhr
 Wo: Giraud-Halle
 Übungsleiter: Manfred Stadtmüller
 Kosten: Nur für Vereinsmitglieder

GYMWELT
 GYMNASTIK + FITNESS IM VEREIN

Muskelaufbau für Sie und Ihn

Sie möchten etwas für Ihre Gesundheit tun? Dann haben die beiden Übungsleiter, Monika Aberle und Rudi Ulmerich, genau das Richtige für Sie. Mit individuell auf Sie zugeschnittenen Übungen stärken Sie Ihre gesamte Muskulatur und verbessern Ihren Gleichgewichtssinn. Darüber hinaus erhöhen Sie mit gefühlvollen Übungen die Beweglichkeit Ihres Körpers. Gelegentlich rundet zum Schluss ein Spiel das gesundheitsorientierte Training für erwachsene Frauen und Männer ab.



Wann: Freitag, 20:00 - 22:00 Uhr
 Wo: Spiegelsaal
 Übungsleiter: Monika Aberle, Rudi Ulmerich
 Kosten: Nur für Vereinsmitglieder
 Auszeichnungen:

GYMWELT
 GYMNASTIK + FITNESS IM VEREIN

Rücken-Gym und mehr

Die Sporthalle ist eindrucksvoll gefüllt, wenn mehr als 20 Frauen im Alter von 50+ das fein abgestimmte Gesundheitsprogramm mit fachlicher Unterstützung der Trainerin absolvieren. Das Training startet mit Aufwärmen und Dehnen zu flotter Musik. Danach geht es auf die Matten mit Muskelkräftigungsübungen, die stets in der Reihenfolge Rücken, Bauch, Beine absolviert werden. Auf die korrekte Ausführung achtet die Trainerin und erklärt den



gesundheitlichen Effekt. Dabei kommen auch die Lachmuskeln nicht zu kurz. Die Übungsleiterin lässt sich stets etwas Neues einfallen und setzt wechselweise Kleingeräte, wie Thera-Band, Pezzibälle, Gymstick oder Brazils ein. Locker, entspannt und mit gestärktem Rücken geht's in den Tag.

Wann: Donnerstag, 08:45 - 09:45 Uhr
 Wo: Giraud-Halle
 Übungsleiterin: Brigitte Stöhr
 Kosten: Nur für Vereinsmitglieder

GYMWELT
 GYMNASTIK + FITNESS IM VEREIN

FIT + GESUND (Frauen)



Mit einem ausführlichen Aufwärmprogramm beginnt die Sportstunde. Kleine Spiele bringen viel Bewegung in die Halle. Mit Handgeräten wird gezielt Kraft aufgebaut und die

Kondition verbessert. Kräftigung und Dehnen auf der Matte ergänzen das Programm. Jeden ersten Donnerstag im Monat trifft sich die Frauengruppe nach dem Training im Clubraum und lässt es sich gut gehen.

Wann: Donnerstag, 19:30 - 20:30 Uhr
 Wo: Spiegel-Saal
 Übungsleiterin: Ellen Donner
 Kosten: Nur für Vereinsmitglieder

GYMWELT
 GYMNASTIK + FITNESS IM VEREIN

Fit ins Alter

Sich im Alter zurücklehnen und einen Gang runterschalten? Nicht mit uns. Wer seine eigenen Grenzen im Blick behält, fördert die eigene Gesundheit – und bleibt fit im Kopf. Unsere Angebote helfen hierbei.

Frauen 50plus



Das Hauptthema ist die Beweglichkeit und Mobilität zu erhalten und zu verbessern. Die Übungsstunden sind inhaltlich sehr abwechslungsreich, Handgeräte aller Art werden zum Einsatz gebracht. Beim Herzkreislauf-, Muskel- und Ganzkörpertraining sollen alle Körperteile in Schwung kommen.

Spiele und Partnerübungen sowie am Ende der Übungsstunde Atem- und Entspannungsübungen gehören ebenfalls dazu.

Wann: Montag, 09:00 - 10:00 Uhr
 Wo: Giraud-Halle
 Übungsleiterin: Erika Ratz
 Kosten: Nur für Vereinsmitglieder



Osteoporose-Gruppe



In der gemischten Gruppe im Alter von 45–82 Jahren werden die Übungen meist im Sitzen auf dem Stuhl durchgeführt, da viele Mitglieder sich nicht mehr so gut im freien Raum bewegen können. Es werden Herz, Kreislauf, Muskeln, Reaktion und Koordination mit Musik und Handgeräten trainiert, wobei auch Gedächtnistraining mit einbezogen wird. Bewegung beugt Osteoporose vor, zugleich ist sie aber ein ganz entscheidender Teil der Osteoporose-Therapie.

Wann: Donnerstag, 09:30 - 10:30 Uhr
 Wo: Spiegel-Saal
 Übungsleiterin: Erika Ratz
 Kosten: Nur für Vereinsmitglieder



Ausgleichssport

Fit Mix für Sie und Ihn



Es erwartet Euch ein abwechslungsreiches Trainingsprogramm mit Parcours und Gymnastik. In der von Monika Aberle geleiteten Gruppe trainiert Ihr mit erwachsenen Frauen und Männern intensiv die Bein- Arm- und Rumpfmuskulatur. Ihr verbessert kontinuierlich Eure Kondition und die Balance. Zum Schluss des Trainings habt Ihr viel Spaß beim Indiaca-Spiel.

Wann: Dienstag, 20:15 - 22:00 Uhr
 Wo: Giraud-Halle
 Übungsleiterin: Monika Aberle
 Kosten: Nur für Vereinsmitglieder

GYMWELT 
 GYMNASTIK + FITNESS IM VEREIN

Freitagsmänner

Den Kopf frei bekommen und das Wochenende einläuten mit Sport, Spiel und Spaß am Freitagabend. Das ist das Motto dieser geselligen Männergruppe. In der Regel stellt ein Basketballspiel sicher, dass sich alle ausgiebig warmlaufen. Anschließend ist Gymnastik angesagt mit gesundheitsfördernden Dehn- und Streckübungen. Zum Abschluss wird mit Leidenschaft Volleyball gespielt. Im Sommer ist Beachvolleyball eine beliebte Alternative zum Sport in der Halle. Nach dem Duschen treffen sich die meisten Sportler im Clubraum zu einem Erfrischungsgetränk.



Wann: Freitag, 19:30 - 21:30 Uhr
 Wo: Giraud-Halle
 Übungsleiter: Manfred Stadtmüller
 Kosten: Nur für Vereinsmitglieder

GYMWELT 
 GYMNASTIK + FITNESS IM VEREIN

**Meisterbetrieb seit
über 35 Jahren**



Ihr Fachmann vor Ort

Unser Programm:

- ▶ Anfertigen, aufpolstern, reparieren und neu beziehen von Polstermöbeln aller Art (Stoff und Leder)
- ▶ Montage, Anfertigung und Änderungen von Gardinen, Rollos, Flächenvorhängen und Raffrollos
- ▶ Licht- Sicht- und Sonnenschutz, sowie Insektenschutz
- ▶ Verlegen von CV- und Teppichbelägen
- ▶ Reinigen von Teppichen, Polstern und Gardinen
- ▶ Tapezier- und Malerarbeiten

**Schubertstr. 17 Tel: 07249/ 3421
76297 Stutensee – Fried.**

Seit über 100 Jahren zuverlässiger Partner...



hornung

BAUSTOFF FACHHANDEL

Rheinstraße West 132
76297 Stutensee-Friedrichstal
S2 Haltestelle Friedrichstal Nord
Telefon 07249/78-0
Fax 07249/78-160
kontakt@hornung-baustoffe.de
www.hornung-baustoffe.de

- Baustoffe
- Transportbeton
- Fliesen
- Sanitär
- Profi-Baumarkt
- Brennstoffe
- Garten-/Landschaftsbau



hornung

Der Fachhandel für
Natur Baustoffe

Helmholtzstraße 14
76297 Stutensee-Blankenloch
Telefon 07244/73 69-0
Fax 07244/73 69-40
kontakt@hornung-baustoffe.de
www.hornung-baustoffe.de

- Naturbaustoffe
- Konventionelle Baustoffe
- Türen, Tore, Treppen, Fenster
- Profi-Baumarkt
- Haustechnik
- Garten-/Landschaftsbau



hagebaumarkt mit gartencenter®

Heinrich-Hertz-Straße 2
76297 Stutensee-Friedrichstal
S2 Haltestelle Friedrichstal Nord
Telefon 07249/78-244 · Fax 07249/78-245
hbm@hornung-baustoffe.de
www.hornung-baustoffe.de



hagebaumarkt FLORA LAND

hagebaumarkt Ettlingen GmbH & Co. KG
Hertzstraße 3 · 76275 Ettlingen
S31+S32 Haltestelle Ettlingen West
Telefon 07243/5 05 74-0 · Fax 07243/5 05 74-50
info@hbm-ettlingen.de
www.hbm-ettlingen.de



...fürs Bauen, Renovieren und Gestalten.

Dance

Dance Kids

Schlümpfe (3-6 Jahre)



Wann: Donnerstag, 18:00 - 18:45 Uhr
 Wo: Spiegel-Saal
 Übungsleiterin: Cara Schmiady
 Kosten: Nur für Vereinsmitglieder

Auf spielerische Art werden kleine Chorographien in Aerobic und Tanz erlernt. Die Kinder sollen schon in diesem Alter ihr Rhythmus- und Koordinationsgefühl trainieren. Auf öffentlichen wie auf vereinsinternen Veranstaltungen wird dann vorgeführt, was in der Trainingsstunde eifrig geübt wurde.

Schlümpfe (7-10 Jahre)

Auf spielerische Art werden kleine Chorographien in Aerobic und Tanz erlernt. Die Kinder sollen schon in diesem Alter ihr Rhythmus- und Koordinationsgefühl trainieren. Auf öffentlichen wie auf vereinsinternen Veranstaltungen wird dann vorgeführt, was in der Trainingsstunde eifrig geübt wurde.

Wann: Donnerstag, 18:45 - 19:30 Uhr
 Wo: Spiegel-Saal
 Übungsleiterin: Cara Schmiady
 Kosten: Nur für Vereinsmitglieder



Kids (ab 9 Jahre)

Spielerisch/tänzerisch werden Rhythmusgefühl, Orientierungsfähigkeit, Koordination mit Spielen und kleinen Choreographien in Aerobic und Tanz erlernt und trainiert, welche bei verschiedenen Veranstaltungen (z.B. Vereinsfesten, städt. Veranstaltungen wie Einweihungen oder Weihnachtsmarkt) gerne vorgeführt werden.



Wann: Donnerstag, 18:00 - 19:00 Uhr
 Wo: Giraud-Halle
 Übungsleiterin: Pauline Huber / Sandra Schwab
 Kosten: Nur für Vereinsmitglieder

Remix (ab 12 Jahre)



Spielerisch/tänzerisch werden Rhythmusgefühl, Orientierungsfähigkeit, Koordination mit kleinen Choreographien in Aerobic und Tanz erlernt und trainiert, welche bei verschiedenen Veranstaltungen (z.B. Vereinsfesten, städt. Veranstaltungen wie Einweihungen oder Weihnachtsmarkt) gerne vorgeführt werden.

Wann: Dienstag, 19:00 - 20:00 Uhr
 Wo: Spiegelsaal
 Übungsleiterin: Linda Rühle / Anna-Lena Zink
 Kosten: Nur für Vereinsmitglieder

Show-Tanz

Du willst den Steps und Moves der angesagtesten Beats folgen und hast den Mumm, dein Können bei Auftritten unter Beweis zu stellen? Dann bist du in unseren Show Tanz Gruppen genau richtig. Hier erlernst du die Grundschrirte, Sprünge und Moves der aktuellen Styles. Trainierst Schrittkombinationen, einzeln und in der Gruppe und hast Raum für deine eigene Improvisation und Kreativität. Mit viel Rhythmusgefühl trainierst du die Koordination deines Körpers und die Interpretation von trendiger Musik. Dadurch entsteht automatisch eine Verbesserung deiner Beweglichkeit, sowie der muskulären Fähigkeiten. Spaß, Ausstrahlung und Energie stehen bei uns im Vordergrund. Wenn du Tanzen als deine Leidenschaft bezeichnest, komm und teile sie mit uns! Egal ob Jungs oder Mädels, schaut einfach vorbei!

Showtanzgruppe "For Steps"



Diese Gruppe eignet sich für Teens mit Vorerfahrung bzw. im fortgeschrittenen Training! Es werden vorwiegend Choreographien in Aerobic und Tänze aus verschiedenen Musikrichtungen einstudiert. Die Gemeinschaft und Zusammenarbeit sowie

das Miteinander sind sehr wichtig, daher werden oft verschiedene Ballspiele (z. B. Völkerball, Basketball) zur Erwärmung der Muskeln im Training eingebaut. Auch Stretch- und Dehnungsübungen sind Teil jeder Übungsstunde. Bei größeren Veranstaltungen tragen die Teens gerne zur Unterhaltung und Programmgestaltung bei.

Wann: Donnerstag, 19:00 - 20:00 Uhr
 Wo: Giraud-Halle
 Übungsleiterin: Anna-Lena Zink, Ann-Kathrin Rühle
 Kosten: Nur für Vereinsmitglieder

Showtanzgruppe "Change"

Wenn ihr Erfahrung im tänzerischen Bereich habt und gerne interessante Choreographien erlernt, dann seid ihr hier genau richtig. Hier werden aus dem Bereich Aerobic und Tanz tänzerische Formationen zusammen gestellt. Das Ganze ist mit modernen und alt bekannten Rhythmen musikalisch unterlegt. Schaut doch einfach mal vorbei!

Wann: Donnerstag, 20:00 - 21:00 Uhr
 Wo: Giraud-Halle
 Übungsleiterin: Anja Joos
 Kosten: Nur für Vereinsmitglieder



Irish Dance



Bei Irish Dance handelt es sich ursprünglich um einen irischen Volkstanz, der der Entspannung nach getaner Arbeit diente. Im Laufe der Zeit hat sich dieser Tanz so entwickelt, dass es mittlerweile eigene Wettbewerbe in Irish Dance gibt. Getanzt wird allerdings immer noch auf traditionelle Rhythmen. Geleitet wird die Stunde im Wechsel von mehreren erfahrenen Welt-, Europa- und deutschen Meisterinnen in Irish Dance. Wer neugierig geworden ist, kann einfach mal vorbeischaun.

Wo: Spiegel-Saal
 Übungsleiterin: Cara Schmiady, Charlotte Schimpfen
 Kosten: Nur für Vereinsmitglieder

Open (Championship) Training

Wann: Montag, 18:00 - 20:00 Uhr

Hardshoe (all Levels)

Wann: Donnerstag, 16:30 - 18:00 Uhr

Anfänger + Fortgeschrittene

Wann: Freitag, 17:00 - 18:00 Uhr

Choreo

Wann: Freitag, 18:00 - 18:45 Uhr

Wettkampftraining

Wann: Freitag, 18:45 - 19:30 Uhr

Erwachsene

ZUMBA®

Unsere zertifizierte ZUMBA® Trainerin bietet jeden Freitag ihr lateinamerikanisch inspiriertes Tanz-Fitness Workout an. Bewegung, Spaß und Musik stehen im Vordergrund. Stress und überflüssige Pfunde werden einfach weggetanzt. Durch die ständige Bewegung und wechselnde Geschwindigkeiten verbessert der Tanz eure Kondition und hilft zugleich dabei, Gewicht zu reduzieren. Die Fettverbrennung wird angeregt, neue Muskeln setzen mehr Energie um und der Körper wird gestrafft, ohne dass das Gesicht Sorgenfalten bekommt.



Unser Angebot ist für alle geeignet, die sich gerne zu latein-amerikanischen Klängen ins Schwitzen bringen lassen. Die Schritte und Drehungen sind leicht erlernbar.

Wann: Freitag, 09:00 - 10:00 Uhr
Wo: Giraud-Halle

Wann: Mittwoch, 18:00 - 19:00 Uhr
Wo: Spiegel-Saal

Übungsleiterin: Tatjana Windbühl

Kosten: Für Vereinsmitglieder kostenlos, Fitness-Karte möglich, 10er Karte für Nicht-Mitglieder möglich!





Menger
Elektrotechnik
www.menger-elektro.de

Parkstr.-West 24
76297 Stutensee-Fr.
Tel. 07249 / 8300
Fax 07249 / 3542
Email: info@menger-elektro.de

- ✗ Beratung
- ✗ Planung
- ✗ Ausführung
- ✗ Verkauf
- ✗ Wartung
- ✗ Reparatur

Turnen

Eltern und Kind

Krabbelgruppe/Kleinkinder (1½–3 Jahre)



Im frühen Kindesalter wird die Basis für das spätere Bewegungsverhalten gelegt. Zusammen mit einer Begleitperson lernt Ihr Kind im Alter zwischen 1½ und 3 Jahren spielerisch die für eine gesunde Entwicklung so wichtigen Grundfähigkeiten zu entwickeln und zu festigen.

Wann: Montag, 16:00 - 17:00 Uhr und Dienstag, 9:45 - 10:45 Uhr
 Wo: Giraud-Halle
 Übungsleiterin: Sabrina Strohal
 Kosten: Nur für Vereinsmitglieder

Eltern + Kind (3-4 Jahre)

Die Kinder lernen zusammen mit ihren Eltern oder auch Großeltern spielerisch die einzelnen Turngeräte kennen. Gemeinsam üben sie im Geräteparcours einfache Grundkenntnisse wie Klettern, Balancieren, Rollen und Springen. Mit Hilfe von Kleingeräten werden die motorischen Fähigkeiten (z.B. Fangen und Werfen) geschult. Im Vordergrund steht hierbei der Spaß. Die Freude an der Bewegung und am Sport soll geweckt werden.



Wann: Dienstag, 15:45 - 16:45 Uhr und Donnerstag, 15:00 - 16:00 Uhr
 Wo: Giraud-Halle
 Übungsleiterin: Birgit Hofmann
 Kosten: Nur für Vereinsmitglieder

Bewegungserfahrung (4-5 Jahre)



Spielerisch werden mit Bewegungen zu Musik und Turnen mit und an Geräten Grundübungen im Turnen vermittelt. Die Freude und der Spaß der Kinder stehen hierbei im Vordergrund.

Wann: Dienstag, 14:45 - 15:45 Uhr und Donnerstag, 16:00 - 17:00 Uhr
Wo: Giraud-Halle
Übungsleiterin: Birgit Hofmann
Kosten: Nur für Vereinsmitglieder

Turn Kids

Vorschulkinder: „Fit für die Schule“ (5-6 Jahre)



Dieses Sportangebot richtet sich an Kinder, die eingeschult werden sollen. Ziele der Übungsstunden sind: Freude an der Bewegung vermitteln, Bewegungserfahrungen an allen Turngeräten sammeln, Steigerung der körperlichen Fitness, Kennenlernen von ver-

schiedenen Organisationsformen, Grundlagen für die leichtathletischen Disziplinen wie Laufen, Springen und Werfen. Das mag alles sehr trocken klingen, aber durch den Einsatz von Musik und Kleingeräten werden viele Bewegungserfahrungen geübt, ohne dass es langweilig wird - denn Sport soll Spaß machen!

Wann: Mittwoch, 14:00 - 15:00 Uhr
Wo: Schulsporthalle (C)
Übungsleiterin: Monika Aberle
Kosten: Nur für Vereinsmitglieder

Erstklässler-Turnen: "Fit wie ein Turnschuh" (7-12 Jahre)



"Fit wie ein Turnschuh" ist ein funktionelles Fitness- und Konditionsprogramm für Kinder im Alter von 7 bis 12 Jahren und wurde von der Projektgruppe Wettbewerbe und Wettkämpfe im Kinderturnen der Deutschen Turnerjugend entwickelt. Durch verschiedene altersgemäße Übungen können Ausdauer, Geschicklichkeit, Schnelligkeit und Körperspannung gefördert und bestimmte Muskelgruppen wie Arme, Bauch und Beine trainiert werden. Bei allen "Fit wie ein Turn-

schuh"- Übungen steht die Freude an der Bewegung im Vordergrund. Das Bedürfnis der 7- bis 12-Jährigen nach Spiel, Sport und Bewegung bildet die Grundlage dieser Aktion.

Wann: Montag, 15:00 - 16:00 Uhr
 Wo: Giraud-Halle
 Übungsleiterin: Vanessa Mahler
 Kosten: Nur für Vereinsmitglieder

Mädchenturnen (7-12 Jahre)

Mädchen, die gerne an Geräten turnen und neue Bewegungsimpulse suchen und nebenbei das Sportabzeichen in den leichtathletischen Disziplinen ablegen möchten, sind hier richtig.

Wann: Mittwoch, 15:00 - 16:00 Uhr
 Wo: Schulsporthalle (C)
 Übungsleiterin: Monika Aberle
 Kosten: Nur für Vereinsmitglieder



Gemischte Sportgruppe (7-10 Jahre)

Das sportliche Angebot richtet sich an Jungen und Mädchen ab der zweiten Klasse bis 10/11 Jahre. Die turnerischen Elemente wie Rolle, Handstand und Rad schlagen werden erlernt. Sämtliche Klein- und Großgeräte werden ausprobiert. Grundlagen der Leichtathletik werden vermittelt mit dem Ziel, das Sportabzeichen zu erwerben.



Wann: Montag, 17:00 - 18:00 Uhr
 Wo: Schulsporthalle (C)
 Übungsleiterin: Monika Aberle
 Kosten: Nur für Vereinsmitglieder

Wettkampf

SGW/TGW (Schüler/Turnerjugend-Gruppen-Wettstreit)

SGW/SGM/TGW und TGM sind Gruppenwahlwettkämpfe der Deutschen Turnerjugend. Eine Gruppe (6-16 Personen) stellt sich aus acht verschiedenen Disziplinen ihren Wettkampf zusammen. Wir vom TVF starten mit unseren derzeit 4 Gruppen in den Disziplinen Turnen, Medizinballweitwurf, Staffellauf und Singen bei Badischen Meisterschaften, beim Landeskinderturnfest und die TGW Gruppe auch auf deutschen Meisterschaften bzw. beim Deutschen Turnfest. Trainiert wird neben der Turntechnik auch Kraft, Koordination, Synchronität und Leichtathletik.



Für Neueinsteiger haben wir eine Gruppe, bei der bereits 6-jährige in das Training einsteigen können. Jungs und Mädchen, die Spaß am Turnen haben, sich aber nicht bei Einzelwettkämpfen, sondern in der Gruppe messen wollen, sind hier genau richtig.

SGW-Neueinsteiger (6-12 Jahre)

Wann: Freitag, 15:30–17:00 Uhr
 Wo: Spiegel-Saal
 Übungsleiterin: Kerstin Aberle

SGW (bis 10 Jahre)

Wann: Montag, 17:00–18:30 Uhr
 Wo: Giraud-Halle
 Übungsleiter: C. Schanz, S. Hoffmann, K. Aberle

SGW Wettkampfgruppe (10-14 Jahre)

Wann: Dienstag, 16:30–17:00 Uhr und 18:15–18:45 Uhr
 Wo: Spiegelsaal
 Wann: Dienstag, 16:45–18:15 Uhr und Freitag, 14:30–16:15 Uhr
 Wo: Giraud-Halle
 Übungsleiter: Kolb, Göb

SGM Wettkampfgruppe (bis 14 Jahre)

Wann: Montag, 18:00–19:00 Uhr
 Wo: Schulsporthalle
 Übungsleiter: B. Ansperger

SGM Wettkampfgruppe (11-14 Jahre)

Wann: Freitag, 16:15–17:30 Uhr
 Wo: Giraud-Halle
 Übungsleiter: B. Ansperger

TGW 12+/ Erwachsene (ab 12 Jahre)

Wann: Freitag, 17:30–19:30 Uhr
 Wo: Giraud-Halle
 Übungsleiter: Kerstin Aberle

TGW Erwachsene

Wann: Sonntag, 18:00–20:00 Uhr
 Wo: Giraud-Halle
 Übungsleiter: Kerstin Aberle



Budo

Judo

Kids



Schon im Kindergartenalter ab etwa 6 Jahren kann man bei uns mit dem Judo beginnen – sehr altersgemäß, also „Judo spielend lernen“. Die Kinder erleben die Anfänge des Judo spielerisch und erwerben gleichzeitig Respekt vor dem Partner. Schwerpunkt ist die Motorikschulung in der spielerischen Auseinandersetzung mit anderen Kindern. Neben dem richtigen Fallen vorwärts, seitwärts und rückwärts lernen sie auch die ersten Würfe - aber Spiele haben einen hohen Stellenwert in dieser Judogruppe.

Wann: Mittwoch, 17:00 - 18:30 Uhr
 Wo: Giraud-Halle
 Übungsleiter-/in: Dagmar Schulmeister, Peter Klettenheimer
 Kosten: Nur für Vereinsmitglieder

Jugendliche und Erwachsene

In dieser Gruppe sind derzeit alle Gürtelfarben von weiß bis blau vertreten, außerdem trainieren hier unsere Dan-Träger. Schon lange beim Judo? Einfach nur neugierig? Oder Wieder-Einsteiger? In dieser Gruppe sind sie alle willkommen!

Wann: Mittwoch, 18:30 - 20:00 Uhr
 Wo: Giraud-Halle
 Übungsleiter-/in: Dagmar Schulmeister, Peter Klettenheimer
 Kosten: Nur für Vereinsmitglieder



Jui Jitsu

Kids

Neben den traditionellen Judotechniken, wie Würfe, Festhaltegriffe und Falltechniken werden zusätzlich noch Schlag- und Tritt-Techniken erlernt. Im Gegensatz zum Judo, wo lediglich das Ellenbogengelenk gehebelt werden darf, dürfen im Jiu Jitsu auch andere Gelenke, wie zum Beispiel das Handgelenk gehebelt werden. Auch Gürtelprüfungen abgestuft nach den Farben weiß-gelb, gelb, gelb-orange, orange, grün-orange usw. können abgelegt werden.

Wann: Mittwoch, 17:00 - 18:30 Uhr
 Wo: Giraud-Halle
 Übungsleiter-/in: Dagmar Schulmeister, Peter Klettenheimer
 Kosten: Nur für Vereinsmitglieder

Jugendliche und Erwachsene

In dieser Gruppe trainieren die Jugendlichen und Erwachsenen. Im Gegensatz zum Judo sind im Jiu Jitsu Schläge und Tritte erlaubt. Auch die Wettkampfregeln unterscheiden sich grundlegend vom Judo.

Wann: Mittwoch, 18:30 - 20:00 Uhr
 Wo: Giraud-Halle
 Übungsleiter-/in: Dagmar Schulmeister, Peter Klettenheimer
 Kosten: Nur für Vereinsmitglieder

Handball

Für Kinder zwischen 4 und 6 Jahren bietet SG Stutensee Weingarten ein Training in Friedrichstal an.



Wann: Donnerstag, 17:00 - 18:00 Uhr
 Wo: Walter und Margot Giraud-Halle
 Übungsleiter: Birgit Hofmann, Clara Michalczyk
 Kosten: Nur für Vereinsmitglieder

Alle Infos zu den Mannschaften und den Trainingszeiten der SG Stutensee Weingarten gibt es unter <http://sgsw.de>

Volleyball

Jugend Mädchen (Jahrgang 2001-2002)

Unsere Mädchen spielen aktuell in der NVV Quadro-Runde und sind Titelverteidiger des NVV Pokals 2015/2016.

Wann: Montag, 19:00 - 20:00 Uhr und Freitag 18:00 – 20:00 Uhr
 Wo: Schulsporthalle (C)
 Übungsleiter: Christian Kraus
 Kosten: Nur für Vereinsmitglieder



Freizeit Mixed Mannschaft

Wer locker trainieren und spielen möchte, für den ist diese Gruppe bestens geeignet.

Wann: Montag, 20:00 - 22:00 Uhr und Freitag 20:00 - 22:00 Uhr

Wo: Schulsporthalle (C)

Übungsleiter: Michael Nowack. Christian Kraus

Kosten: Nur für Vereinsmitglieder

Beachvolleyball - Trainingszeiten ab 19. Juni 2017

Mädchen (10-12 Jahre)

Wann: Freitag, 17:30 - 18:30 Uhr

Wo: Feld 1+2

Übungsleiter: Michael Nowack

Mädchen (ab 13 Jahre)

Wann: Mittwoch, 18:30 - 20:00 Uhr und Freitag, 18:00 - 19:30 Uhr

Wo: Feld 1+2

Übungsleiter: Christian Kraus

Turnier-Mannschaften/ Fortgeschrittene

Wann: Montag, 19:00 - 21:00 Uhr und Mittwoch, 19:00 - 21:00 Uhr

Wo: Feld 1+2

Übungsleiter: Michael Nowack

Freizeit

Wann: Freitag, 18:30 - 21:00 Uhr

Wo: Feld 1

Übungsleiter: Michael Nowack

Heimvorteil



Wir sind für Sie da ...

- ... wenn Sie eine Wohnung oder ein Haus für sich und Ihre Familie suchen.
- ... wenn Sie über die Vermietung oder den Verkauf Ihrer Immobilie nachdenken.
- ... wenn wir Sie sonst bei der Umsetzung Ihres Wohnprojektes unterstützen können.

Persönlich.

Vor Ort.



wohnen-in-stutensee.de

Eine Marke der Seeger Gruppe

Lust auf **Badrenovierung** zum Festpreis und Fixtermin mehr Bad?



WITTEMANN
BAD · HEIZUNG · KLIMA · SOLAR

Karlsfeldstraße 15 · 76297 Stutensee-Friedrichstal
Mail: info@ihrbad.de · Web: www.ihrbad.de

Telefon: 07249/94460

Ihr Komfortbad vom Badprofi: bequem, sicher, schön.



Turnverein Friedrichstal 1899 e.V.

Hermann-Löns-Straße 2, 76297 Stutensee, Tel.: (07249) 1092
 IBAN DE25 6606 1724 0000 0215 04
 BIC GENODE61WGA Volksbank Stutensee Hardt e.G.

Der Vorstand des Turnverein Friedrichstal 1899 e.V.

Vorsitzender	Christian A. Steiner	Tel: (07249) 953633 christian.steiner@tv-friedrichstal.de
Ehrenvorsitzender	Werner Weiler	Tel: (07249) 8888 werner.weiler@tv-friedrichstal.de
Geschäftsführer Korrespondenz /Koordination	Michael Nowack	Tel: (07249) 3219 michael.nowack@tv-friedrichstal.de
Geschäftsführer Finanzen	Rainer Mahler	Tel: (07249) 4986 rainer.mahler@tv-friedrichstal.de
Geschäftsführer Termine	Kerstin Aberle	Tel: (07249) 3874103 kerstin.aberle@tv-friedrichstal.de
Geschäftsführer Organisation	Birgit Hofmann	Tel: (07249) 6545 Birgit.Hofmann@tv-friedrichstal.de
Mitgliederverwaltung	Henning Herlan	Tel: (07249) 953659 henning.herlan@tv-friedrichstal.de
Pressewart	Markus Böhm	Tel.: (0721) 9688144 markus.boehm@tv-friedrichstal.de
Jugendleiterin	Lena Butzer	Tel.: (0151) 50181873 lena.butzer@tv-friedrichstal.de
Abteilungsleiter Fitness	Michael Nowack	Tel: (07249) 3219 michael.nowack@tv-friedrichstal.de
	Susanne Schmiady	Tel: (07249) 954191 susanne.schmiady@tv-friedrichstal.de
Abteilungsleiter Handball	Klaus Hofmann	Tel: (07249) 7903 klaus.hofmann@tv-friedrichstal.de
Abteilungsleiterin Judo	Dagmar Schulmeister	Tel.: (0721) 1615432 dagmar.schulmeister@tv-friedrichstal.de
Abteilungsleiterin Turnen	Birgit Hofmann	Tel: (07249) 6545 Birgit.Hofmann@tv-friedrichstal.de
Abteilungsleiter Volleyball	Arndt Holste	Tel: (07249) 952055 arndt.holste@tv-friedrichstal.de

Weitere Mitglieder des Turnrats

Bodo Ganz (Marketing), Arnt Neher, Monika Aberle, Peter Klettenheimer, Heidi Klein, Werner Fäßler, Manfred Stadtmüller, Ulrike Hofheinz, Helmut Fütterer

Mitgliedschaft ab 2018

Kinder Bis 17 Jahre	Erwachsene Ab 18 Jahre	Familien Ab 3 Personen Kinder bis 21 Jahren
33 € Grundbeitrag pro Jahr Berechtigt zur Teilnahme an Veranstaltungen und am Kurssystem	46 € Grundbeitrag pro Jahr Berechtigt zur Teilnahme an Veranstaltungen und am Kurssystem	84 € Grundbeitrag pro Jahr Berechtigt zur Teilnahme an Veranstaltungen und am Kurssystem
zzgl. Aktivbeitrag pro Jahr 33 € Berechtigt zur Teilnahme am regulären Übungsbe- trieb	zzgl. Aktivbeitrag pro Jahr 53 € Berechtigt zur Teilnahme am regulären Übungsbe- trieb	zzgl. Aktivbeitrag pro Jahr Kinder 33 € Erwachsene 53 € Berechtigt zur Teilnahme am regulären Übungsbe- trieb

Familien

Für Familien ist eine Beitragshöchstgrenze von 220 € festgesetzt. Eine Familie besteht aus den Eltern (auch Elternteile) und Kinder(n) (mindestens 3 Personen). Kinder zählen bis zur Vollendung des 21. Lebensjahres.

Mitgliedsanträge

Eintrittserklärungen, Abteilungswechsel, Abteilungsbeitritt und Änderungsmitteilungen können online über die Homepage des TV Friedrichstal oder durch Abgabe des Beitrittsformulars beim Übungsleiter oder bei der Mitgliederverwaltung erfolgen.

Vereinsaustritt

Der Austritt ist zum Schluss eines Kalenderhalbjahres möglich. Er ist spätestens sechs Wochen vorher online über die Homepage oder schriftlich gegenüber dem Vorstand zu erklären. Abweichungen hiervon kann der Vorstand zulassen, insbesondere bei Wohnwechsel.

Zahlungsweise

Für die Beiträge gilt jährliche Zahlungsweise. Die Mitglieder sind verpflichtet, die fälligen 12 Monatsbeiträge jeweils im Voraus zu entrichten. Bei Eintritt im zweiten Halbjahr sind nur 6 Monatsbeiträge fällig.

Arbeitsstunden

Alle aktiven Mitglieder zwischen 16 und einschließlich 65 Jahren sind zu fünf Arbeitsstunden im Jahr verpflichtet. Ersatzweise sind pro Stunde 10,00 € zu entrichten.

Änderung Adressdaten

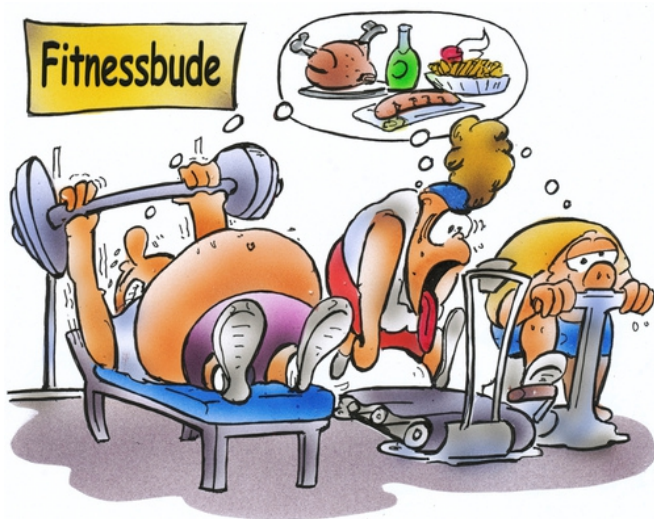
Bitte teilen Sie uns Änderungen an der Bankverbindung oder der Adresse per Onlineformular oder Email mit. Sie helfen uns damit den Verwaltungsaufwand zu reduzieren.

Weitere Informationen

Henning Herlan, Tel: (07249) 953659
E-Mail: mitgliederverwaltung@tv-friedrichstal.de

.Erscheinungsweise	jährlich
Herausgeber	Turnverein Friedrichstal 1899 e.V.
Internet	http://www.tv-friedrichstal.de
Email	info@tv-friedrichstal.de
Redaktion	Markus Böhm Tel.: (0721) 9688144 Email: markus.boehm@tv-friedrichstal.de
Anzeigen	Bodo Ganz Tel.: (07249) 1287 Email: bodo.ganz@tv-friedrichstal.de
Satz und Layout	Markus Böhm
Auflage	750
Druck	WirmachenDruck.de

Die Mitglieder machen die Inserenten und Sponsoren des TVF erfolgreich und kaufen ihre Waren und Dienstleistungen vorrangig dort ein!



WirmachenDruck.de
Sie sparen, wir drucken!

Ich brauch täglich meinen Sport!

- **Ensinger Sport!**
- **Wertvolles Magnesium!**
- **Besonders viel Calcium!**



Ensinger

...mit dem wertvollen Magnesiumgehalt



zur besseren Calcium-
und Magnesium-
versorgung geeignet



Ensinger SPORT

Natürliches Mineralwasser
mit wenig Kohlensäure versetzt,
aus der Ensinger Mineralquelle, enteint



5 Vitamine
zusätzlich

Ensinger SPORT iso grape

KALORIENARMES ISOTONISCHES
ERISCHUNGSGETRÄNK GRAPE

124 mg Magnesium und 528 mg Calcium pro Liter



Entdecken Sie den Unterschied
in Ihrer Sparkasse.

Wie Sie sich die Zukunft auch ausmalen –
wir helfen Ihnen, sie zu gestalten.

Das Sparkassen-Finanzkonzept.

 Sparkasse
Karlsruhe Ettlingen

Der Unterschied beginnt beim Namen. Deshalb entwickeln wir mit dem Sparkassen-Finanzkonzept eine ganz persönliche Rundum-Strategie für Ihre Finanzen. Gemeinsam mit Ihnen und abgestimmt auf Ihre Zukunftspläne. Mehr erfahren Sie in Ihrer Sparkassenfiliale oder im Internet unter www.sparkasse-karlsruhe-ettlingen.de.
Wenn's um Geld geht – Sparkasse.