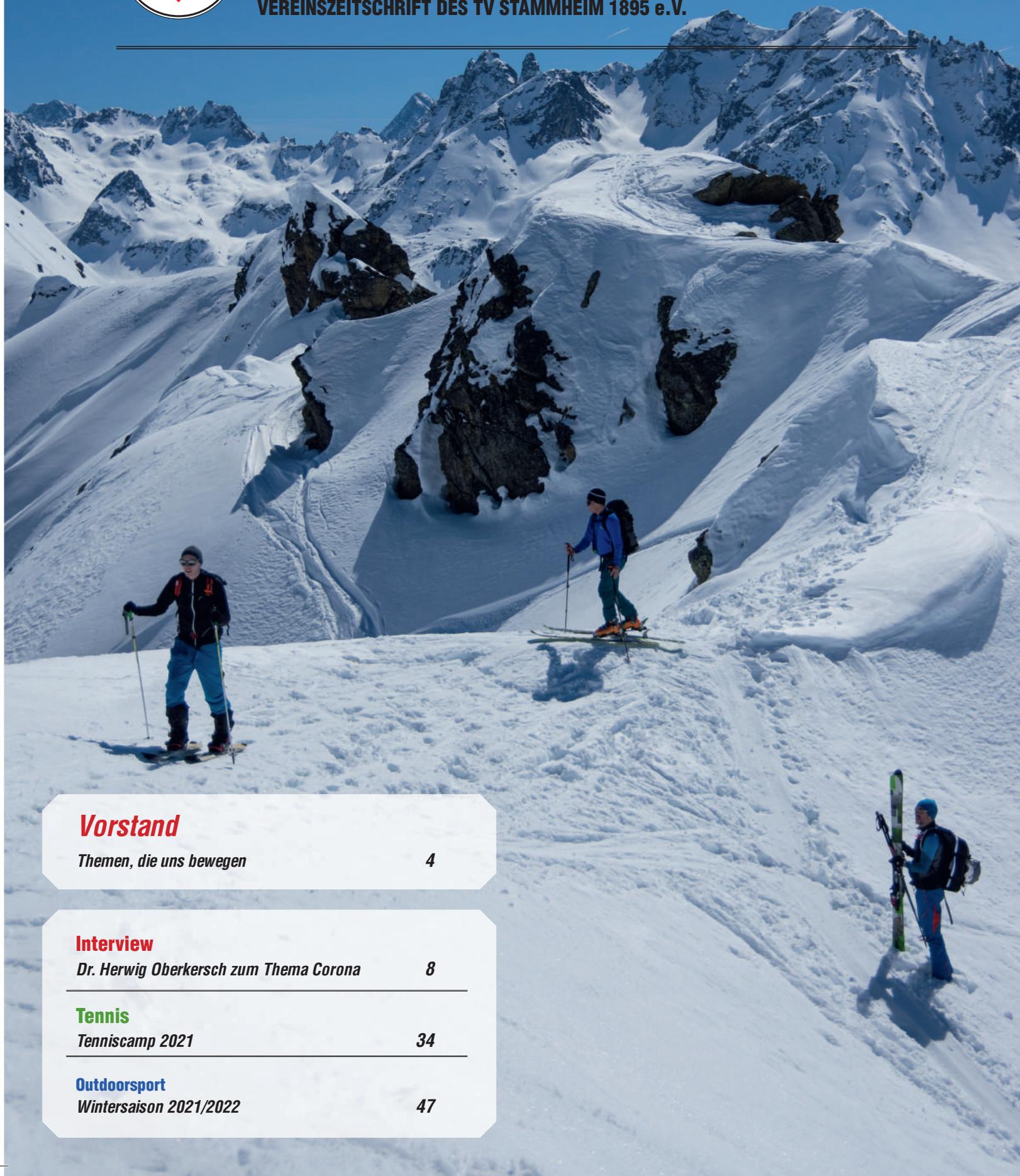




TV TOTAL

VEREINSZEITSCHRIFT DES TV STAMMHEIM 1895 e.V.



Vorstand

Themen, die uns bewegen

4

Interview

Dr. Herwig Oberkersch zum Thema Corona

8

Tennis

Tenniscamp 2021

34

Outdoorsport

Wintersaison 2021/2022

47

Einladung zur Jahreshauptversammlung 2022



November 2021

Wir laden Sie recht herzlich zu unserer ordentlichen **Mitgliederversammlung** (Jahreshauptversammlung) am

Dienstag, 22.03.2022 um 19:00 Uhr

in die Turn- und Versammlungshalle Stammheim ein.

Tagesordnung

1. Begrüßung
2. Rechenschaftsbericht des Vorstands
3. Bericht des Kassiers
4. Bericht der Kassenprüfer und Entlastung des Kassiers
5. Entlastung des Vorstands
6. Berichte der Abteilungsleiter
7. Entlastung der Abteilungsleiter und der übrigen Hauptausschussmitglieder
8. Mitgliederehrungen
9. Beschlussfassung zur Änderung der Satzung und der Finanzordnung
10. Wahlen (Vorstand Finanzen, Beisitzer Technik, Gleichstellungsbeauftragte)
11. Festsetzung des Haushaltsplanes 2022
12. Anträge
13. Sonstiges

Anträge müssen nach § 13 Abs. 2 der Satzung 2 Wochen vor der Mitgliederversammlung beim Vorstand oder der Geschäftsstelle schriftlich eingereicht sein.

Mit sportlichen Grüßen

Gez. Thorsten Beck, 1. Vorsitzender

Das Protokoll über die Mitgliederversammlung 2021 liegt in der Geschäftsstelle und vor der Mitgliederversammlung 2022 zur Einsichtnahme aus.

LIEBE LESER/INNEN,

die Pandemie – das „Sch..... Corona Glump“, wie es ein Vereinskamerad einmal drastisch formuliert hat – prägte entgegen unserer optimistischen Erwartungen auch das Jahr 2021 und so können nicht alle Abteilungen über ihre Aktivitäten berichten. Aber diese Ausgabe des TV TOTAL zeigt trotzdem, mit wie viel Einsatz, zusätzlicher Arbeit und Flexibilität der Sportbetrieb aufrechterhalten wurde und oftmals ganz neue Ideen getestet und realisiert werden konnten.

Vieles wurde nach draußen verlagert. Und so flogen auf dem Sportplatz nicht nur Faustbälle (Feldsaison), sondern die Pampersrocker hüpfen ebenfalls auf dem Rasen herum und freuten sich an der gemeinschaftlichen Bewegung.

Die traditionellen Outdoor-Sportarten waren natürlich wieder im Vorteil, auch wenn das Wetter ziemlich oft zu wünschen übrig ließ.

Auch gemeinsame Arbeitseinsätze waren wieder möglich; so wurde das Jägerstübli in Gargellen nach dem Wasserschaden von vielen fleißigen Helfern wieder hergerichtet und steht nun allen Vereinsmitgliedern zur Verfügung.

Und so zeigt dieses „Blättle“ Aufbruchsstimmung, Neubeginn und vor allem Hoffnung auf die Zukunft! Liebe Leserin, lieber Leser! Lassen Sie sich davon inspirieren und haben Sie viel Freude mit unserem Vereinsmagazin! Wir wünschen Ihnen darüber hinaus ein frohes Weihnachten und ein gesundes 2022 mit viel Sport im TV!

Allen Autorinnen und Autoren dieser Ausgabe herzlichen Dank für die Mühen am Schreibtisch und PC!

Euer Team vom TV Total!

Vorstand
Seite 4
Geschäftsstelle
Seite 6
aktiv
Seite 10
Fit und gesund
Seite 12

Turnen &
Freizeitsport
Seite 16

Faustball
Seite 20

KISS
Seite 18

Übungszeiten
Seite 28
Adressen
Seite 31

Tischtennis
Seite 26

Handball
Seite 32

Tennis
Seite 34

Outdoor
Seite 40

Tanzoase
Seite 38

IMPRESSUM TV Stammheim e.V. Solitudeallee 162,70439 Stuttgart, Telefon 0711 / 80 45 89, **1. Vorsitzender:** Thorsten Beck
Geschäftsführer: Alwin Oberkersch, **Internet-Adresse:** www.tv-stammheim.de, **E-mail-Adresse:** info@tv-stammheim.de, **Redaktion:** Gabi Reißner, tv-total@tv-stammheim.de, **Gestaltung:** Yvonne Hornikel, **Druck:** Wir machen Druck, **Redaktionsschluß** dieser Ausgabe: 30. September 2021, **Titelfoto:** Outdoorsport **Redaktionsschluß** der nächsten Ausgabe: 30. April 2022

CORONA – SPORTAUSÜBUNG – HALLENBAU – GASTSTÄTTE: **THEMEN, DIE UNS BEWEGEN**

Seit Monaten findet Sport unter Coronabedingungen statt. Die Ausübung des Breiten- und Leistungssports muss daher regelmäßig an die geänderten Rahmenbedingungen angepasst werden.

Diese Rahmenbedingungen haben auch Auswirkungen auf den Wiederaufbau der Turn- und Versammlungshalle mit der TV-Gaststätte „Auszeit“. Und gerade wegen dieser Begleitumständen ist es wichtig, dass wir den Fokus der über Jahre bzw. Jahrzehnte gewachsenen Sportgemeinschaft im TV Stammheim weiter positiv in die Zukunft richten.

Corona und der Sport

Seit nunmehr eineinhalb Jahren befindet sich der Breiten- und Leistungssport im Ausnahmezustand. Lockdown, Lockerung, Lockdown, Lockerung, das ist der Rhythmus, mit dem auch der TV Stammheim seit dem Frühjahr 2020 leben muss. Das schlägt aufs Gemüt und macht natürlich auch die Sportler/innen im TV Stammheim mürbe. Und dennoch: Der TV Stammheim stemmt sich dem Trend der rückläufigen Mitgliederzahlen – die ca. 3-5% im bundesweiten Durchschnitt betragen – entgegen. Insofern geht ein großer Dank an die mehr als 1.400 Sportlerinnen und Sportler, die ihrem TV die Treue zeigen und auch in schwierigen

Zeiten die Herausforderungen gemeinsam meistern wollen. Wir sind guter Dinge, dass das „Tal der Tränen“ nun durchschritten ist und die Entwicklung langsam aber stetig einen positiven Verlauf beschreitet. Einen großen Anteil daran haben insbesondere die zahlreichen ehrenamtlich, neben- und hauptberuflich tätigen Personen, ohne die sich das Stammheimer Sportkarussell nicht drehen würde. So entstanden in vielen Bereichen neue und kreative Sportangebote bzw. neue Organisationsformen der bestehenden Formate. Hier ist ein hoher Grad an Eigenmotivation erforderlich, den wir nicht hoch genug einschätzen und würdigen können: Herzlichen Dank dafür und weiter so!

Nach dem Feuer und mitten im Bau – die TuV-Halle

Wenig los auf der TV-Baustelle? Der Schein trügt, denn die Bauarbeiten in der Turn- und Versammlungshalle gehen weiter. Und auch hier zeigt sich, dass ehren- und hauptamtlich Tätige eine optimale Kombination darstellen. So stellt das Architekturbüro Keck & Lorch einen großen Teil der vorhandenen Arbeitskapazitäten in die Planung und Bauaufsicht des Sportgebäudes. Gemeinsam mit dem TV-Geschäftsführer und den weiteren Mitgliedern im Bauausschuss werden die

Weichen gestellt, so dass die Bauarbeiten voranschreiten können. Der Rohbau ist im Großen und Ganzen fertiggestellt und der Innenausbau ist in vollem Gange. Wärmedämmung und Dampfsperren sind eingebaut, das Dach ist eingedeckt und die Dachgauben verkleidet. Stahlstützen und Querträger wurden eingebaut und auch der Trockenbau ist in einigen Bereichen bereits abgeschlossen. Nun werden sich folgend die Elektro-, Fußboden-, Schreiner und Malerarbeiten anschließen und die finale Bauphase einleiten.

Allerdings musste der Zeitplan in den letzten Wochen regelmäßig angepasst werden, so dass Stand heute mit einer Fertigstellung im ersten Quartal 2022 gerechnet werden kann.

Warum wird uns die Fertigstellung der Halle nicht mehr in diesem Jahr gelingen?

Die Arbeiten auf der TV-Baustelle sind selbstverständlich auch abhängig von den Baumaterialien, die rechtzeitig zur Verfügung stehen müssen und den Handwerkern, die sich an die Verrichtung der entsprechenden Gewerke machen. Diese Lage hat sich in den letzten Wochen nochmals zugespitzt, so dass auch hier laufende Arbeiten ins Stocken geraten sind bzw. die Ausführ-

rung der einzelnen Gewerke umorganisiert werden musste. Dieses flächendeckende Problem der Bauwirtschaft hat natürlich auch Auswirkungen auf den Hallen-Wiederaufbau und dennoch blicken wir optimistisch nach vorne. Wir sehen positive Entwicklungen und den stetigen Fortschritt der Arbeiten, so dass wir davon ausgehen können, dass der „Stau am Bau“ sich weiter erholen wird.

Positiv zeigt sich, dass der veranschlagte Preiskorridor der Baumaterialien weitestgehend gehalten werden konnte und insbesondere der Gesamtfinanzierungsplan aus heutiger Sicht eingehalten werden kann. Die Wertschätzung aller am Wiederaufbau Beteiligten kann nicht groß genug ausfallen. Insbesondere sollten hier unsere Bauleiter Gerd Lorch und Christian Fink hervorgehoben werden, die täglich Baumaterialien und Gewerke „jonglieren“ und so maßgeblich dazu beitragen, dass die Bauarbeiten weiter voranschreiten und wir hoffentlich im ersten Quartal 2022 Halle und Gaststätte in Betrieb nehmen können.

***Gaststätte „Auszeit“ –
Pachtvertrag abgeschlossen***

Unser bisheriger Wirt Stanko Tomic, der in den letzten Jahren gut bürgerliche Küche und

kroatischen Spezialitäten in den TV Stammheim gebracht hat, hat uns bekanntlich verlassen. In diesem Zusammenhang nochmals einen herzlichen Dank an sein gesamtes Team, das in den letzten Jahren stets gut für unser leibliches Wohl gesorgt hat.

Anfang Juli dieses Jahres konnte der TV Stammheim Bozidar Pavisic als neuen Pächter für die Gasstätte „Auszeit“ gewinnen. Vielen wird er von der vorübergehenden Bewirtung im TV-Clubhaus bekannt sein, in dem er mit seiner Frau Heike für einen Übergangszeitraum für das leibliche Wohl gesorgt hat. Wir sind sehr froh, mit Bozidar Pavisic einen Pächter gefunden zu haben, der die gut bürgerliche Küche in der „Auszeit“ fortführen und zudem eigene kulinarische Kreationen anbieten wird. Lassen wir uns überraschen und hoffen, dass unsere „Auszeit“ bald wieder öffnen kann und zur Pflege des Gemeinwohls vor, nach und neben dem Sport, beitragen wird.

Mitgliederversammlung 2021

Auf eine besondere Mitgliederversammlung am 21. Juni 2021 kann der TV Stammheim zurückblicken, die in der Schulsporthalle Stammheim stattfand. Thorsten Beck wurde von der Mitgliederver-

sammlung zum neuen 1. Vorsitzenden gewählt und folgte somit auf Martin Reißner, der sich nach 13 Jahren nicht mehr der Wiederwahl stellte. Tim Dillenberger folgte außerdem als neu gewählter Kassier auf Gerd Borchardt, der sich nach 35 Jahren in verschiedenen Ämtern, davon 6 als Hautkassier, ebenfalls nicht mehr der Wiederwahl stellte. Bestätigt wurde in seinem Amt Florian Gruner als 2. Vorstand. Neu begrüßen wir Lisa Hurst als neu gewählte Beisitzerin.

Vielen Dank

Die herausfordernde Coronazeit hat der TV Stammheim nur als geschlossene Gemeinschaft bis heute positiv bestritten. Diese starke Gemeinschaft, bestehend aus treuen Mitgliedern, engagierten Trainern sowie einem hervorragenden Zusammenspiel aus Ehrenamt und Hauptamt ist darüber hinaus die Basis für die positive Entwicklung des TV Stammheim. Aus diesem Grund bedankt sich der TV Stammheim bei Allen, die ihm in verschiedensten Formen verbunden sind.

*Thorsten Beck,
Florian Gruner*

WIE GEWOHNT IST **UNSER TEAM** DER GESCHÄFTSSTELLE **FÜR EUCH DA**

Bei allen Fragen rund um den Mitgliedsbeitrag, die Familiencard, Adressenpflege, Auskunft und Beratung zu Sportangeboten oder Mitgliedschaft und alle weiteren Themen meldet euch gerne – wir freuen uns über eure Nachrichten! Wie unter Sportkameraden üblich, pflegen wir die Kommunikation mit unseren Mitgliedern gerne „per du“.

Per Mail und Telefon ist unser Geschäftsführer Alwin Oberkersch jeden Tag der Woche von ca. 9.00-17.00 Uhr zu erreichen. Wer nur den Anruferbeantworter erreicht (falls Alwin in der Halle oder bei Terminen unterwegs ist) und einen Rückruf wünscht, hinterlässt einfach eine kurze Nachricht. Die beste Erreichbarkeit ist per Mail gegeben:
info@tv-stammheim.de.

Einen Mitgliederservice vor Ort bieten wir aktuell aufgrund der Pandemiesituation und des Wiederaufbaus unserer Halle nicht an.

Zur Unterstützung des Geschäftsführers arbeiten Beate Borchartt (Buchhaltung) und Chrissi Oberkersch (Kursverwaltung) nebenberuflich für den TV Stammheim und komplettieren das Team der Geschäftsstelle.

Weiterhin können wir leider keine Familienkarten direkt

bei uns einlösen. Das Guthaben kann dennoch eingelöst werden. Unter Angabe unserer Angebotsnummer 20190 können die Karten im Bezirksamt Stammheim eingeleistet werden. Das Guthaben wird dann wie gewohnt von uns an die jeweiligen Mitglieder überwiesen.

Änderung Jahresrechnungen

Eine Änderung in Bezug auf die Jahresrechnungen wird es ab dem kommenden Jahr 2022 geben. Bisher haben wir jedem Vereinsmitglied zu Beginn jeden Jahres eine schriftliche Jahresrechnung mit individueller Aufschlüsselung der für das Jahr fälligen Vereins- und Abteilungsbeiträge zugesandt. Dieses Vorgehen ist mit einem erheblichen Verwaltungsaufwand verbunden.

Ab dem Jahr 2022 werden wir uns dem Großteil der Stuttgarter Sportvereine angleichen, keine detaillierten Jahresrechnungen mehr zu versenden, sondern nur noch über das Datum des Beitragseinzuges zu informieren.

Die Höhe der Jahresbeiträge ist zu jeder Zeit in der Beitragsordnung einzusehen. Bei konkreten Fragen zum Beitrag wendet euch bitte an das Team der Geschäftsstelle.

Sportprogramm des Hauptvereins

Während die Abteilungen des Vereins sehr autark ihre Sportangebote organisieren und auch überwiegend selbst mit ihren Sportlern kommunizieren, gibt es inzwischen bereits vier Sportbereiche, die von der Geschäftsstelle mit organisiert und verwaltet werden.

Fit&Gesund: Unter diesem Namen werden die Basis- und Spezialkurse des Vereins zusammengefasst. Auch für Nichtmitglieder ist die Teilnahme möglich. Hierzu zählen Gymnastik- und Fitnessangebote für alle Zielgruppen. Von Klassikern wie Zumba, Yoga oder Rückensport über Sport für Schwangere bis hin zu Rehasport oder Sportangeboten für Senioren 70+.

Karin Lachenmayer organisiert und gestaltet unsere Angebote federführend und ist unter **fitundgesund@tv-stammheim.de** erreichbar.

Für die Verwaltung der Kurse wird sie von Chrissi Oberkersch unterstützt. Alle Fragen zu Kursplätzen sowie Anmeldungen gehen dafür an:
kurse@tv-stammheim.de

KiSS: Sportangebote für Kin-

der von drei Monaten bis ca. zehn Jahren bilden unter dem Dach unserer Kindersportschule den Einstieg für die kleinsten Vereinssportler. Dazu kommen Kooperationen mit zehn Kindergärten in Stammheim, Zuffenhausen und Kallenberg. Hier ist für jedes Kind etwas dabei! Unter **kiss@tv-stammheim.de** ist unser KiSS-Leiter Alwin Oberkersch erreichbar.

Tanzoase: Wer gerne tanzt, kommt bei den Angeboten der Tanzoase auf seine Kosten. Unter Leitung von Gerda Massen geht es mit tänzerischen Grundlagen für die Kleinsten los. Für alle Altersstufen wird orientalischer Tanz angeboten. Ein besonderer Hinweis gilt unserer inklusiven Kindergruppe von Celine sowie den Ballettkursen von Emiko. Gerda erreicht ihr unter **tanzoase@tv-stammheim.de**.

aktiV: Auch durch die meiste Zeit der Pandemie nutzbar war und ist unser vereinseigenes Fitness- und Gesundheitsstudio aktiV: Es ist an sieben Tagen die Woche von frühmorgens bis spätabends geöffnet und zu den Kernzeiten mit intensiver, individueller Betreuung durch unser qualifiziertes

Trainerteam. Neue Mitglieder können jederzeit aufgenommen werden. Für ein unverbindliches Beratungsgespräch oder direkt ein Probetraining meldet Euch gerne bei Anne Förstel, der sportlichen Leitung unter **aktiv@tv-stammheim.de**.

Information zu Mitgliedschaft, Beiträgen und Kündigungen

Immer wieder gehen Fragen ein, daher erläutern wir unsere Beiträge gerne auch hier nochmals: Für die Mitgliedschaft im TV Stammheim bezahlen alle Mitglieder einen Jahresbeitrag. Diesen buchen wir jedes Jahr im März ab. Bei Vereinsbeitritt im laufenden Jahr berechnen wir quartalsgenau und buchen diesen anteiligen Jahresbeitrag zeitnah nach dem Beitritt ab. Gleiches Prozedere gilt für die Abteilungsbeiträge (Faustball, Handball, Outdoor Sport, Tanzsport, Tischtennis, Tennis).

Kündigungen aus dem TV Stammheim sind ohne besondere Frist immer zum Jahresende schriftlich (gerne auch per Email bis spätestens 31.12.) möglich.

Im aktiV wird der Monatsbeitrag zu Beginn jeden Monats abgebucht. Nach Beitritt läuft

die Mitgliedschaft im aktiV für ein Jahr, danach kann jeweils zum Trimesterende (30.04., 31.08., 31.12.) gekündigt werden.

Alle Kurse der Tanzoase und von Fit&Gesund sind im aktiV-Beitrag bereits enthalten.

Für die Mitgliedschaft in Fit&Gesund berechnen wir Trimesterbeiträge. Die Beiträge beziehen sich nicht auf einzelne Kurse. Je nach gewähltem Beitrag (Basis- oder Spezialkurse), stehen alle Kurse dieser Kategorie zur Teilnahme offen. Kündigungen sind immer zum Trimesterende (30.04., 31.08., 31.12.) möglich.

Nach gleichem Strickmuster verfahren wir in der Tanzoase: Trimesterbeiträge - Kündigungen zum Trimesterende.

Ebenso trimesterweise sind die Kurse Babys in Bewegung und MiniKids in Bewegung der Kindersportschule organisiert. Abweichend dazu: Die KiSS-Kurse für Kinder von zwei bis zehn Jahren werden in Halbjahren organisiert. Kündigungen sind jeweils zum Halbjahresende (31.03. und 30.09.) möglich.

Alwin Oberkersch

DR. HERWIG OBERKERSCH ZUM **THEMA CORONA**

TV Stammheim: Herwig, du warst über drei Jahrzehnte hinweg beruflich sehr intensiv mit Themen der Präventionsmedizin beschäftigt. Auch als Reisemediziner musstest du dich sehr mit Infektionsprophylaxe und den entsprechenden Impfungen befassen.

Mit was für einem Virus haben wir es denn bei „Corona“ zu tun und wie können wir uns effektiv dagegen schützen?

Herwig: Grundsätzlich ist es ein Virus wie viele andere auch und der Umgang wie auch die notwendigen Schutzmaßnahmen unterscheiden sich nicht so sehr.

Man kann auch mit diesem Virus in Berührung kommen, erkrankt aber nicht oder man erkrankt nur leicht, hat wenig Symptome. Man kann aber eben auch sehr schwer erkranken, ja an der Krankheit trotz medizinischer Intervention sterben. Dieses Virus bzw. die Erkrankung daran ist eine tödliche Bedrohung.

Ebenso gibt es aber gute Schutzmaßnahmen und die mit Abstand effektivste ist natürlich die Impfung.

TV Stammheim: Du bezeichnest die Impfung als effektivste Schutzmaßnahme.

Offensichtlich teilen viele Menschen diese Meinung nicht und entscheiden sich bewusst gegen die Impfung. Geht es denn nicht auch ohne die Impfung?

Herwig: Wir haben nun die vierte Welle, sprechen vereinzelt schon von der fünften Welle, die Intensivstationen der Krankenhäuser sind „ausgebucht“, die Todesrate steigt...Und: Wie zu erwarten, erkranken jetzt in erster Linie die bisher nicht Geimpften.

Nochmals: Der einzelne Ungeimpfte muss nicht unbedingt schwer erkranken. Aber sein Risiko, ernst und lebensbedrohend zu erkranken, ist viel höher als bei den Geimpften.

Und die soziale Komponente: Alle Ungeimpften halten „die Seuche am Laufen“, in Ihnen findet das Virus, die Möglichkeit sich zu vermehren, sich weiter zu verbreiten. Welle auf Welle droht mit allen Konsequenzen, unter denen wir so leiden.

TV Stammheim: Das klingt eindeutig, aber die Angst oder die Bedenken vieler sind vielleicht nicht rational, aber dennoch vorhanden. Sind Zweifel an den Impfstoffen oder dem Impfen denn unberechtigt?

Herwig: Kritische Fragen, Bedenken und Zweifel sind zunächst immer angebracht. Aber wir müssen es akzeptieren, dass nichts auf dieser Welt nur gut oder schlecht ist. Wir müssen sachlich und nüchtern Risiko gegen Risiko abwägen.

Natürlich ist man durch keine Impfung, auch die Coronaimpfung nicht, zu 100% geschützt. Aber: Wer geimpft ist, erkrankt seltener. Und kommt es doch zum Impfdurchbruch, sinkt die Gefahr, auf die Intensivstation zu müssen oder gar zu sterben um ein Vielfaches!

Natürlich hat auch jeder Impfstoff potenzielle, unterschiedlichste Nebenwirkungen. Aber: Entsprechend der Art, Schwere und Häufigkeit muss ich wieder die Gefahr der Nebenwirkung gegen die Gefahr der Erkrankung abwägen. Und da ist die Impfung mit großem Abstand die bessere Option!

TV Stammheim: Da heißt: Impfen schützt den Geimpften. Aber schützt es auch die anderen? Kann ein Geimpfter das Virus dennoch in sich tragen und sogar andere Menschen damit anstecken?

Herwig: Sehr gute Frage! Ja, das können sie. ABER: Ein Geimpfter ist besser gegen das Virus geschützt, sein Immun-

system bekämpft das im Körper aufgenommene Virus also besser, als wäre er ungeimpft. Dementsprechend geringer ist auch die „Menge und Stärke“ der Viren, die er an andere Menschen abgeben kann.

TV Stammheim: Jetzt wo wir darüber sprechen, kommen natürlich noch eine Unmenge von kritischen Fragen in diesem großen Zusammenhang auf. Die können wir aber an dieser Stelle nicht alle abhandeln. Die Medien sind durch das Thema beherrscht, und gefühlt jeder zweite äußert sich als Experte. Auf wen kann man sich verlassen?

Herwig: Erstmal rate ich, man möge doch genauer hinschauen, von wo bzw. von wem man vertrauenswürdige(!) Informationen bekommt. Ärzte und da insbesondere das Robert-Koch-Institut können hier liefern. Ihnen vertraue ich als Experte, der natürlich auch immer Fragen für seine Bedenken hat.

TV Stammheim: Und dein Vertrauen ist so hoch, dass du die Impfung auch den Sportkameraden im TV empfehlen kannst?

Herwig: Es gibt wohl keinen vernünftigen Menschen auf der Erde, der leugnet, dass Impfungen eine der größten

Segnungen der Medizin für die Menschheit sind. Speziell zum Coronavirus, über das wir jetzt sprechen: Als Arzt habe ich auch hier viele zusätzliche Erkenntnissen und Erfahrungen gesammelt. Deshalb: Selbstverständlich bin ich mir der Verantwortung mir selbst und meinen Mitmenschen gegenüber bewusst: Ich bin selbst geimpft, meine Kinder haben sich impfen lassen und ich empfehle das auch allen meinen Sportkameraden im TV!



Dr. med. Herwig Oberkersch

Dr. med. Herwig Oberkersch war von 1993 – 1998 1. Vorsitzender des TV Stammheim, seit 1986 bis zum heutigen Tag ist der inzwischen 72-jährige Sportler zudem Übungsleiter im Verein. Über all die Jahre betreute er den TV Stammheim als Sportmediziner.

Beruflich war der mehrfache Facharzt mit etlichen Zusatzqualifikationen zuletzt als Werksarzt in der Daimlerkonzernzentrale tätig. In leitender Position war er unter anderem zuständig für das Impfwesen und für die Erstellung eines Katastrophenschutzplanes für den Fall einer Pandemie.

JETZT **aktiV** WERDEN!

Heute erscheint unser aktiV-Rückblick mal anders. Wisst ihr, wieso jeder Mensch Krafttraining durchführen sollte? Nein?! Dann aufgepasst:

Ab dem 30. Lebensjahr baut der Mensch bis zu ein Prozent Muskeln pro Jahr ab. Die Muskeln werden nach und nach in Fett umgewandelt. Ohne Sport büßt ein Mensch bis zum 80. Lebensjahr bis zu 40 Prozent seiner Muskelmasse ein! Die Gefahr von Stürzen und Knochenbrüchen nimmt zu. Die gute Nachricht ist, dass sich der Muskelabbau durch regelmäßige Bewegung aufhalten und sogar umkehren lässt - egal in welchem Alter! Allerdings reicht ein Spaziergang nicht aus. Die Muskeln müssen durch gezieltes Ziehen, Drücken oder Heben angesprochen werden. Darüber hinaus erhöht Krafttraining die physische Leistungsfähigkeit, reduziert das Verletzungsrisiko bei Stürzen und verbessert die Körperhaltung. Außerdem werden durch mehr Muskeln auch mehr Kalorien verbrannt - auch in Ruhe. Somit ist eine erhöhte Muskelmasse perfekt für den langfristigen Fettabbau.

Gerade jetzt nach mehreren Lockdowns und im Homeoffice gilt es, verkümmerte Muskeln wieder zu stärken, um leistungsfähiger, fitter und schmerzfrei zu sein! Mein Team und ich freuen uns auf euch. Bis bald im aktiV!

Anne Förstel



Aktion

Werde jetzt aktiV und erhalte 1 Monat
 Gratistraining und spare die Aufnahmegebühr
 (Gesamtbetrag von 89 Euro gespart)!

Im aktiV erwartest dich

- Milon-Zirkel (Kraft-Ausdauertraining)
- Five-Geräte (Beweglichkeitstraining)
- Freitrainingsfläche
- Cardibereich
- Kursprogramm
- Tanzoase des TV Stammheim

Wir erstellen mit dir deinen individuellen Trainingsplan!

Melde dich noch heute

unter 0711- 50 09 45 27 oder aktiv@tv-stammheim.de

Öffnungszeiten

Montag-Samstag: 06:00-22:00 Uhr und
 Sonntag 09:00-13:00 + 15:00-20:00 Uhr

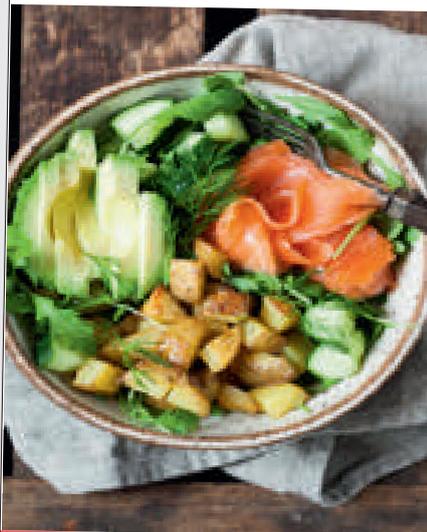
Aktion gültig bis zum 31.12.2021

Neben dem Training im aktiV, hat auch die richtige Ernährung einen Einfluss auf den Trainingseffekt.
Genießen aber Gesund: Mit unserem Rezept des Monats!



ZUTATEN FÜR 2 PORTIONEN

- 400 g Kartoffeln
- 2 EL Olivenöl
- 200 g Joghurt (1,5% Fett)
- Saft einer halben Zitrone
- 2 EL Dill
- 150 g Rucola
- 100 g Gurke
- 1/2 Avocado (ca. 150g)
- 120 g Räucherlachs
- Salz und Pfeffer



Kartoffel-Lachs-Power-Bowl

ZUBEREITUNG

- Ofen auf 200 Grad Umluft vorheizen und ein Backblech mit Backpapier vorbereiten.
- Kartoffeln waschen und in mundgerechte Stücke schneiden.
- Kartoffeln auf dem Blech verteilen und möglichst gleichmäßig mit dem Olivenöl beträufeln. Gerne noch etwas vermischen, damit alle Kartoffelstücken etwas von dem Öl abbekommen.
- Kartoffeln für 35-45 Minuten backen, bis die Spalten knusprig braun sind. Teste mit einer Gabel, ob sie gar sind.
- Für das Dressing den Joghurt mit dem Zitronensaft, Salz, Pfeffer und Dill verrühren.
- Gurke und Rucola waschen. Rucola auf die Schüsseln verteilen. Gurke würfeln und ebenfalls in die Schüsseln geben.
- Avocado in zwei Hälften teilen, Kern entfernen und eine Hälfte mit einem Esslöffel aushöhlen. Das Fruchtfleisch in feine Scheiben schneiden und ebenfalls in die Schüsseln geben.
- Dann den Lachs und die Kartoffeln auf das Gemüse geben und alles mit dem Dressing beträufeln.

Guten Appetit!

HEUTE SCHON **YOGA** GEMACHT?

An jedem Wochentag Energie schöpfen mit einem unserer Fit & Gesund Yoga- Kurse.



Angelina



Katharina



Sybille

MONTAG 18.30–19.30 Uhr PowerYoga mit Katharina oder Angelina

Die Übungen aus dem Vinyasa Yoga werden in einer sinnvoll aufeinander aufbauenden Weise im Fluss unterrichtet. Dabei ist die Atmung ein verbindendes Element zur Bewegung. Neben kräftigenden und stärkenden Haltungen - sowie der einen oder anderen kleinen Herausforderung - hält auch immer wieder Entspannung Einzug in die Stunde. Musik darf ebenfalls nicht fehlen. Yoga-Grundkenntnisse empfehlenswert, aber nicht erforderlich.



DIENSTAG 07:00–08:00 Uhr Yogalates vor dem Job mit Sybille

Das Beste aus Yoga und Pilates für alle, die vor der Arbeit Energie schöpfen wollen.

18:00–19:30 Uhr **und 19:45–21:15 Uhr** Hatha – Yoga mit Heide

Ziel unserer Hatha-Yoga Übungsstunden ist es, Ungleichgewichte in der Körperhaltung zu korrigieren, die Gelenke beweglich zu halten, Muskeln zu kräftigen, Muskeln und Sehnen zu dehnen, den hektischen Alltag zu vergessen, Ruhe zu finden, Harmonie von Körper, Geist und Seele herzustellen.

MITTWOCH 08:30–10:00 Uhr Hatha – Yoga mit Ursel

Der Schwerpunkt liegt in der Durchführung der klassischen Körperübungen, deren Wirkung sich wohltuend und heilend entfaltet, wenn sie im Atemrhythmus und achtsam geübt werden – ein jeder im Rahmen seiner Möglichkeiten. Den Abschluss der Stunden bilden unterschiedliche Entspannungstechniken. Die Yogastunden richten sich individuell nach den Teilnehmern.



Ursel





DONNERSTAG
YOGA am frühen Morgen
mit Sybille oder Heide

(In den Wintermonaten 08:00 – 09:00 Uhr im Studio, in den Sommermonaten von 07:00 – 08:00 Uhr als „Sport im Park“ auf dem Sportplatz)

18:00–19:30 Uhr
Hatha – Yoga mit Heide

19:45–21:15 Uhr
Yoga Flows mit Heide

Wir üben die klassischen Yoga Flows wie Surya Namaskar - den Sonnengruß, die Rishikesh-Reihe, die Lonavla-Reihe, die 8-fache Bewegung der Wirbelsäule, die kleine dynamische Reihe und den Katzenzyklus. Diese klassischen Yogareihen werden systematisch erarbeitet, in Einzelschritten kennengelernt und dann in anspruchsvoller Weise in ihrer Gesamtheit praktiziert. Mit abschließenden Entspannungs- und Visualisierungsübungen verankern wir die heilende Energie, so dass sich Körper, Geist und Seele gereinigt, geheilt und verbunden fühlen.

Die Yogastunde ist körperlich anspruchsvoll und setzt eine gewisse körperliche Kondition voraus bzw. die Bereitschaft, diese Kondition durch intensives Üben aufzubauen.



Heide

FREITAG
18:00–19:00 Uhr
YOGA „Entspannt und
geerdet ins Wochenende“

Der frühe Freitagabend ist der ideale Zeitpunkt, um die Anstrengungen der Woche hinter sich zu lassen und sich auf ein entspanntes Wochenende einzustimmen! Mit ausgewählten Elementen aus dem Hatha - Yoga wirst du auch als Yoga - Neuling schnell die positiven Aspekte von Beweglichkeits- und Kraftübungen in Zusammenspiel mit Atmung und Meditation spüren.

FIT UND GESUND MIT **ZWEI NEUEN** ZERTIFIZIERTEN **TRAINERINNEN**

Fit & Gesund gratuliert Sabine Jung-Israel und Marie-Theres Warnecke zur bestandenen Trainerinnen C-Lizenz.

Wir wissen, dass eure vier Ausbildungsstufen in diesen besonderen Zeiten mit vielen Unwägbarkeiten, Anpassungen und Neuerungen verbunden waren.

Da bedarf es höchster Motivation sowie Mut und Durchhaltevermögen bis zum Bestehen der theoretischen Prüfung mit anschließender Lehrprobe.

Herzlichen Glückwunsch und herzlich willkommen im Fit & Gesund - Trainer/innen-Team!

Karin Lachenmayer



Sabine Jung-Israel

PRÜFUNGSSTRESS UND **FREUDE** IN DER SKIGYMNASTIK

Es ist Mittwochabend, kurz vor 19 Uhr. Ein großes Kommen und Gehen. Ein „Hallo“ hier, ein „wie geht's“ da. Gleich beginnt die Skigymnastik. Ich bereite alles vor: Matte. Geräte. Stundenentwurf. Musik.

Vor gut acht Jahren habe ich mich entschieden, vorne zu stehen, den Übungsleiterpart zu übernehmen. Und ich hätte nie gedacht, dass es mir so viel Freude macht, jede Woche diese Stunde vorzubereiten und sie zu geben. Es war eine gute Entscheidung.

Deshalb habe ich auch gerne die Trainerausbildung im Dezember 2019 begonnen und stehe seit diesem Sommer als lizenzierte Trainerin, offizielle Bezeichnung „DOSB-Trainerin C Breitensport Sportart „Fitness und Gesundheit“, vor euch. Doch – ich bin schon echt stolz darauf, dass ich das geschafft habe.



Marie-Theres Warnecke

Natürlich war es schön und anstrengend zugleich. Die persönlichen Begegnungen während der Ausbildung bereicherten mich, neue Freundschaften entstanden, es gab so viel Muskelkater wie Sporttheorie.

Ja und dann standen auch noch die Prüfungen an. Was habe ich da gebüffelt! Und als der Tag für die theoretische Prüfung da war, wurde es noch mal spannend. Diese Prüfung wurde online abgenommen. Stress pur. Steht die Internetverbindung, werde ich nicht gestört, habe ich genügend gelernt, komme ich mit dem neuen Format zurecht? Es hat alle geklappt. Und nach der erfolgreich bestandenen praktischen Prüfung war ich glücklich, alles gemeistert zu haben.

Schon während der Ausbildung habe ich mein neues Wissen gleich in der Skigymnastik ausprobiert. Und die Rückmeldungen haben mich motiviert, so weiter zu machen. Wie geht es weiter? Mit gutem Kraft-Ausdauer-Sport in der Skigymnastik am Mittwochabend um 19 Uhr, ein Workout für den ganzen Körper, und seit kurzem auch mit einer neuen Stunde, die Veronika und ich zusammen leiten – Core am Montagabend. Jetzt dürft ihr alle kommen, zum Schnuppern und zum Bleiben. Bis bald!

Marie - Theres Warnecke



Martina

REHASPORT KURS KNIE SPEZIAL

DONNERSTAG
17:00–17:45 Uhr

Unsere Rehasport-Leiterin Martina ist selbst Betroffene und hat als Übungsleiterin „Orthopädisches Knietraining“ viel Erfahrung und spezielles Knowhow, wenn es um die Verbesserung von Knieproblemen durch gezielte Beweglichkeits- und Kräftigungsübungen geht.

Martina Guilliard ist jeden Mittwoch von 09:00 bis 11:00 Uhr unter der Nummer 01573 236 24 98 oder per Email an rehasport@tv-stammheim.de erreichbar. Noch mehr Infos gibt es unter: www.tv-stammheim.de/abteilungen/fit-gesund/rehasport

INTERESSIERT?

In den meisten Fit & Gesund - Kursen gibt es noch wenige freie Plätze, bei Interesse bitte unbedingt vor der ersten Kursteilnahme bei Chrissi unter kurse@tv-stammheim.de anfragen!

Schnuppern ohne vorherige Anmeldung ist aus organisatorischen Gründen nicht mehr möglich. Wenn der Kurs deinen Erwartungen nicht entspricht, melde dich unbedingt spätestens nach der dritten Teilnahme schriftlich wieder ab, damit dir keine Kosten entstehen.



KINDERTURNEN UNTER PANDEMIE-BEDINGUNGEN

Kinder benötigen Bewegung und andere Kinder, um sich weiterzuentwickeln und neue Dinge zu erlernen. Im letzten Jahr war es leider nur bedingt möglich, ein Sportangebot zu bieten.

Wie es uns in diesem Jahr gegangen ist und mit welchen Schwierigkeiten wir zu kämpfen hatten, möchten wir hier berichten:

Start in das Jahr 2021

Das Jahr 2021 begann, wie das Jahr 2020 endete. Wir alle hatten mit vielen Einschränkungen zu kämpfen und auch im Sport, speziell im Kleinkindbereich, war wegen Corona an Turnen nicht zu denken.

Daher freuten wir uns alle sehr, als unser Verein uns im Februar mit Online-Sport ein Angebot machte. Mittels Zoom wurde hier für alle Kinder ab drei Jahren über die KiSS eine Sport-Stunde angeboten. Vor dem Fernseher bewegte man sich zusammen und es wurde Sport getrieben. An dieser Stelle einen herzlichen Dank an die KiSS und Lehrkraft Marco, der uns mit vielen Übungen mit Alltagsgegenständen auf Trab gehalten hat.

Sport in Kleingruppen draußen

In den folgenden Monaten änderte sich die Corona-Verordnung des Öfteren. Jedes Mal keimte die Hoffnung auf, dass es uns wieder möglich wäre,

mit den Kindern wieder Sport zu machen. Leider wurden wir immer wieder enttäuscht, da die Anforderungen nicht umzusetzen waren. Maximal zwei Haushalte oder das strikte Einhalten des Mindestabstands sollen hier nur als zwei Beispiel dienen.

Ende April/Anfang Mai gab es dann zum wiederholten Male eine neue Corona-Verordnung, die uns alle überraschte. Sport im Freien in 5er Gruppen war wieder erlaubt. Unser Verein, und wieder maßgeblich die KiSS, nahmen diese Lockerung direkt auf und bot ein Sportangebot für alle Kinder ab vier Jahren an. Leider waren zu diesem Zeitpunkt bei den Pampersrockern und ELKIs die meisten Kinder noch nicht so alt. Somit waren wir bei diesem Angebot außen vor. Aber das war für uns kein Hindernis. Nach einem kurzen Gespräch mit unserem Geschäftsführer Alwin kamen wir direkt überein, dass es uns frei stehe, ein Sportangebot für unsere Gruppen draußen in 5er Gruppen zu machen. Als Sportstätte wurde uns das Faustball-Stadion zur Verfügung gestellt.

Nun begann die große Organisation: Welche Altersgruppe? Wer hat Interesse? Wer hat wann Zeit? Wie soll der Sport aussehen? Da der TV ja bereits für Kinder ab vier Jahren ein Sportangebot stellte, sollte unser Angebot sich an die Kin-

der richten, die aktuell entweder bereits bei den Pampersrockern oder ELKIs im Kurs waren und drei Jahre alt waren. Hauptgrund war hier, dass wir alle keine Erfahrung hatten, wie es wirklich funktionieren wird. Und so fanden sich am 6. Mai drei Gruppen zu je fünf Kindern am Faustball-Feld ein. Statt der großen Turngeräte standen uns nur Kleingeräte zur Verfügung, aber schnell wurden aus kleinsten Geräten interessante Bewegungslandschaften aufgebaut. Statt über Kästen zu klettern, wurden Hindernisse aus Steppern gebaut, Krabbeltunnel integriert oder Seile zum Balancieren verwendet. Auch mit Bällen und Hütchen wurden zusammen mit den Kindern neue Spiele kreiert. So trafen wir uns von da an jede Woche bei Wind und Wetter und lernten, wie sich die Outdoorsportler fühlen, mal Regen, mal Sonne und auch mal sehr windig.

Anhand der Begeisterung, die die Kinder jedes Mal an den Tagen legten, sah man direkt, wie sehr es allen gefehlt hatte, sich in einer Gruppe zu bewegen. Das Ganze funktionierte so gut, dass bei Absagen auch mal die jüngeren Geschwisterkinder mitmachen konnten. So hatten wir immer volle 5er Gruppen und viel Spaß. An dieser Stelle gebe ich aber gerne zu, dass ich am Ende des Tages mindestens genauso k.o. war wie die Kinder.



Ende Mai gab es dann die nächste Veränderung der Corona-Verordnung. Statt fünf Kindern in einer Gruppe durfte diese nun auf 20 Personen vergrößert werden. Hier war es den Eltern (sofern die 3Gs erfüllt waren) erlaubt, wieder am Sport teilzunehmen. Wieder stellte sich die Frage, wie wir damit umgehen wollten. 19 Kinder und ein Übungsleiter oder 10 Kinder, 9 Eltern und 1 Übungsleiter? Schnell wurde klar: Wir benötigen beide Varianten. Und so sollten nun auch die Jüngeren mit ihren Eltern die Möglichkeit haben, am Sport draußen teilzunehmen. Statt drei Gruppen a fünf Kindern gab es von nun an vier Gruppen: zwei für die Pampersrockers mit Eltern und zwei Gruppen für die ELKIs ohne Eltern. An dieser Stelle ein herzlichen Dank an Birgit, die die beiden Gruppen für die Pampersrockers zeitweise übernommen hatte.

Sport in der Turnhalle

Doch nichts verändert sich schneller als die Corona-Verordnung. Und so war ab Anfang Juni Sport in der Hal-

le wieder erlaubt, allerdings noch mit einer beschränkten Gruppengröße. So hatten die Pampersrockers als erste die Möglichkeit, wieder in die Halle zurückzukehren. Die beiden von Birgit betreuten Gruppen gingen wieder in die Halle und konnten fast wie gewohnt Bewegungslandschaften aufbauen und alles nutzen, was die Halle so hergibt. Die Kinderaugen strahlten jedes Mal, da es neben Pinguinrutsche, Trampolin oder Weichboden-Matte immer wieder etwas Neues zu entdecken gab.

Doch was für die einen eine Rückkehr zur Normalität mit den Eltern und der Halle war, bedeutete für die ELKIs ein wenig Warten. Und so turnten wir weiter draußen bei Wind und Wetter auf dem Faustball-Feld in zwei Gruppen. Als Ende Juni dann die Beschränkung der Gruppengröße wegfiel, kehrten alle in die Halle zurück. Die Pampersrockers turnen nun wieder wie gewohnt montags von 15:00 Uhr bis 16:00 Uhr. Im Anschluss an die Pampersrockers turnen dann die ELKIs von 16:00 Uhr bis 17:00 Uhr.

Man könnte fast meinen, bei

uns habe sich nun so etwas wie Normalität eingestellt, doch dem ist nicht so. Statt wie früher in die Halle zu stürmen, werden erst routiniert die 3Gs der Eltern kontrolliert. Bei den ELKIs ist der Andrang mittlerweile so groß, dass die Gruppe geteilt wurde, da mit über 40 Kindern kein Sport möglich ist. So ist jedes Kind mindestens alle zwei Wochen beim Turnen dabei. Bei den Pampersrockers haben wir unsere maximale Gruppengröße mit 25 Kindern auch erreicht.

Fazit und Ausblick

In vielen Dingen waren wir in der ersten Jahreshälfte sehr eingeschränkt. Viele Kleinigkeiten haben uns dort schon sehr glücklich gemacht. Mittlerweile können wir unserem Sport in unserer gewohnten Umgebung wieder nachgehen. Wir hoffen, dass uns dieses auch noch lange weiterhin möglich bleibt. Für die Zukunft haben wir uns schon viele neue Ideen überlegt. Wir werden mal schauen, was wir davon wie umsetzen können, aber davon berichten wir dann in einer der nächsten Ausgaben.

Fabian Marth

DIE **KISS** NIMMT WIEDER GEWALTIG **AN FAHRT AUF**



Es scheint sowas wie Normalbetrieb bevorzustehen in der KiSS. Die coronabedingten Einschränkungen werden weniger, das Interesse an allen Sportangeboten bewegt sich schon wieder in Rekordhöhen. Offensichtlich können es Eltern und Kinder kaum noch erwarten, sich endlich wieder so richtig im Vereinssport auszutoben!

Während wir die Angebote Capoeira und Leichtathletik leider aus dem Programm nehmen mussten, sind alle anderen Kurse der KiSS mit Vollgas gestartet.

KiSS-Kurse für Kinder von 2-10 Jahren

An inzwischen sechs Standorten (Stammheim, Eberdingen, Korntal, Pflugfelden, Schwieberdingen, Zazenhausen) unterrichten unsere qualifizierten Sportfachkräfte die wöchentlichen KiSS-Kurse.

Die 2-3-jährigen Kinder empfangen wir gemeinsam mit einem Elternteil zu Eltern-Kind Kursen, ab 3-4 Jahren kommen die Kinder dann schon allein und können bis zum Ende der Grundschulzeit unsere Kurse durchgängig besuchen.

In Stammheim haben wir aufgrund des großen Andrangs neben den bisherigen Kurstagen Dienstag und Donnerstag auch noch den Mittwoch als Kurstag aufgenommen; so gibt es nun wieder genügend Kursplätze, um alle Kinder aufzunehmen und niemanden zu lange auf einer Warteliste zu verträsten.

Babys in Bewegung und MiniKids in Bewegung

Bereits kurz nach der Geburt können Mütter mit ihren Babys zum Sport zu uns kommen. Bei Babys in Bewegung (kurz: BiB) stehen in drei Altersstufen (3-6 Monate, 6-9 Monate und 9-12 Monate) erste spielerische Bewegungs- und Wahrnehmungserfahrungen mit allen Sinnen auf dem Programm. Im zweiten Lebensjahr begrüßen wir dann unsere MiniKids in Bewegung (1-2 Jahre) zur konsequenten Fortsetzung des BiB-Konzeptes.

Von klein auf finden auch schon Babys und Kleinkinder somit den Weg zum Sport, ab zwei Jahren steht dann der Wechsel in einen Eltern-Kind Kurs der KiSS auf dem Programm.

Kindergartensport

Wir freuen uns über jedes Kind, das zu uns in den Verein kommt, um mit uns und unseren qualifizierten Trainern Sport zu treiben!

Dennoch wissen wir, dass wir mit unserem Vereinssportangebot nicht alle Kinder in Stammheim erreichen können. Daher stehen wir mit zehn Einrichtungen für Kinder in festen Kooperationen: fünf in Stammheim, eine in Kallenberg und vier in Zufenhausen. Dort bringen wir wöchentlich den Sport zu den Kindern in die Einrichtung – sei es im Bewegungsraum im Kindi oder teilweise in unserer Halle.

Schule und Ganzttag

Auf positive Entwicklungen beim Thema Sport im Ganzttag dürfen wir aktuell doch tatsächlich vorsichtig hoffen.

Aus den letzten Gesprächsrunden, in denen auch Vertreter des Jugend- und des Schulverwaltungsamtes involviert waren, zeichnen sich nun Entwicklungen ab, die bisher

nicht abzusehen waren. Nach den zermürbenden und aussichtslos erscheinenden bisherigen Erfahrungen sind wir zwar nicht zu euphorisch, dennoch scheint durchaus eine realistische Chance zu bestehen, dass der TV Stammheim die Grundschüler in Stammheim doch noch irgendwann sportlich begleiten darf.

Wir warten es ab und bleiben am Ball, vielleicht bringt das Jahr 2022 hier ja endlich den Durchbruch, an dem wir seit inzwischen 5 Jahren arbeiten.

Für alle Angebote freuen wir uns jederzeit über Interessensbekundungen und bieten bei freien Plätzen gerne unverbindliche Schnuppertermine an. Bei allen Fragen und bei Interesse:

KiSS-Leiter Alwin Oberkersch

Telefon: 0711 804589

Mail: kiss@tv-stammheim.de

www.kiss-stammheim.de

Alwin Oberkersch





U12 bei der DM in Rosenheim

FAUSTBALL IN CORONA-ZEITEN

Wie die folgenden Berichte zeigen, gab es beim Faustball schon ganz viel Normalität trotz immer noch anhaltender Pandemie. Aber im Sommer wird eben glücklicherweise draußen gespielt.....

U16 mit zwei Mannschaften

Wieder mit zwei U16 Teams starteten die Stammheimer in die Feldsaison. Während das jüngere Stammheim 2 knapp in der Zwischenrunde die Qualifikation für die Württembergische Meisterschaft verpasste und am Ende Rang 4 bei der Landesmeisterschaft belegte, qualifizierte sich der TVS 1 souverän für die WM. Hier musste man sich knapp dem Dauerrivalen TV Unterhaugstett geschlagen geben und sicherte sich die Silbermedaille. Damit war allerdings das Saisonziel erreicht: Qualifikation zur Heim-DM.

Deutsche Meisterschaften U16 in Stammheim

Trotz langer Pause und Sommerferien zwischen den bei-

den Meisterschaften trainierten die Jungs meist zahlreich und konzentriert auf ihr Saisonhighlight hin. Am ersten Septemberwochenende war es dann soweit und der TVS durfte die zehn besten U16-Teams des Landes im Faustballstadion begrüßen. Bei bestem Spätsommerwetter trugen die Stammheimer Jungs auf dem Feld zum guten Gelingen der Meisterschaft bei.

Erfolg der U16

Mit etwas Glück am Samstag, aber durchaus ansprechenden Leistungen zog man als Dritter der Gruppe in das Qualifikationsspiel am Sonntag ein. Hier schlug man den letztjährigen U14-Deutschen Meister deutlich und zeigte seine beste Leistung des Wochenendes. Somit hatte man die Qualifikation fürs Halbfinale sicher und wollte nun auch nach den Medaillen greifen. In einem spannenden Halbfinale unterlagen die Spieler des TV dem späteren Deut-

schen Meister TV Waibstadt knapp mit 1:2 Sätzen. Im Spiel um die Bronzemedaille verlor Stammheim deutlich gegen den TV Unterhaugstett deutlich in zwei Sätzen.

Nichtsdestotrotz kann die TVS-Truppe stolz auf sich sein, als eines der jüngsten Teams der Meisterschaft im Kampf um die Medaillen mitgemischt zu haben. Auf die erste Medaille bei einer DM muss man sicher nicht mehr lange warten, wenn die Jungs weiter so hart und konzentriert arbeiten.

Männer 3 Bezirksliga

In der Feldsaison gab es ein neues Gesicht für die dritte Herrenmannschaft in der BzL, denn hier machten unsere talentierten U16 Jungs mit Unterstützung ihrer Trainer die ersten Schritte im Herrenfaustball, diesmal auf dem Feld. Hier zeigte sich ab und zu, dass es doch große Unterschiede zur Jugend gibt.

Bei den meisten Spielen der einfachen Runde war man aber nie richtig unterlegen und zeigte durch technisch guten Faustball, dass mit dieser Mannschaft in Zukunft zu rechnen ist. Am Ende belegte man Rang 3 in der Liga. Mit etwas mehr Glück hätte man sogar um den Aufstieg in die Landesliga mitmischen können, aber was nicht ist, kann ja noch werden. Auf die erste Saison im Herrenfaustball kann man zu Recht stolz sein.

STB-Auswahlspieler

Dass der TV Stammheim talentierte Jugendspieler hat, blieb auch den Auswahltrainern des STB nicht verborgen. Benjamin Dudda & Jakob Sailer wurden für die U14 nominiert und die erst 15jährigen Tobias Beck & Tom Aigner sogar für die U18. Gemeinsam mit den weiteren Auswahlspielern des TVS erreichten sie mit den schwäbischen Auswahlmannschaften den Gesamtsieg beim Jugend-Europa-Pokal.

Männer steigen nach guter Saison in die 2.BL ab.

Dass es zwischen der 1. und der 2. Bundesliga bei den Männern ein großes Leistungsgefälle gibt, weiß man im Lager des TV Stammheim schon lange. Dass man in der 2. Bundesliga jederzeit zu den Favoriten auf den Aufstieg gehört, in der 1. Liga aber hart um den Klassenerhalt kämpfen muss, ebenfalls.

Auch die Feldsaison 2021 bestätigte diese Erkenntnis ein-



mal mehr. Trotz des letztlichen Abstiegs hatte man aber doch das Gefühl, dass Stammheim näher an die Spitzenteams der 1. Liga herangerückt ist.

Gute Leistungen an den ersten Spieltagen

Nach dem Auftaktspieltag, an dem man sich den beiden Spitzenteams und DM-Kandidaten aus Calw und Unterhaugstett erwartungsgemäß geschlagen geben musste, gelang am zweiten Spieltag gegen den TV Waldrennach der erste Sieg.

Beim 3:2 Erfolg gab erst der allerletzte Ball den Ausschlag. Max Gayer verwandelte per Angabenass zum 15:14.

Beflügelt durch diesen hart erkämpften, knappen Sieg gelang vor heimischem Publikum am dritten Spieltag direkt Saisonsieg Nummer 2. Dem FBC Offenburg ließ Stammheim bei einem klaren 3:0 Erfolge keine Chance und auch gegen DM-Stammgast TV Oberndorf spielte man stark,

musste sich am Ende über die knappe 2:3 Niederlage sogar etwas ärgern, denn nach einer 2:2 Satzführung hatte man alle Trümpfe in der Hand gehalten, auch dieses Spiel mit positivem Ausgang zu beenden.

Spieltag Nummer vier ließ die beiden Topteams der Liga Kärfertal und Pfungstadt auf den TVS warten. Erwartungsgemäß blieb der TVS gegen die mit Nationalspielern gespickten Gegner ohne Punkte, rang beide aber jeweils einen Satz ab und spielte bei den 1:3 Niederlagen munter und zeitweilig auf Augenhöhe mit.

Abschluss auf dem 7. Tabellenplatz

Nach dem Ende der Hinrunde empfing Stammheim zur Abstiegsrelegation (bei der die unteren vier Teams der Tabelle aufeinandertrafen) Waldrennach, Offenburg und Unterhaugstett im Stammheimer Faustballstadion.

In ausnahmslos engen Spie-

len revanchierte sich Waldrennach für die Heimspielniederlage – diesmal lautete das Spielergebnis 3:2 für die Nord-schwarzwälder. Durch den folgenden Sieg über Offenburg (3:1) erhielt sich Stammheim die Chancen auf den direkten Klassenerhalt, der TV Unterhaugstett spielte aber wie aus einem Guss und war in dieser Verfassung für Stammheim eine Nummer zu groß.

Teilnahme an den Aufstiegs-spielen

Die Erstligasaison schloss der TVS demnach auf dem 7. Tabellenplatz ab, der im Regelfall den Abstieg in die 2. Bundesliga bedeutet hätte. Da die Deutsche Faustball-Liga aufgrund der besonderen Corona-Saison aber den Absteigern der 1. BL die Teilnahme an den Aufstiegs-spielen einräumte, gab es eine weitere Chance. In Vaihingen/Enz traf Stammheim auf das Heimteam, den TV Augsburg und den TV Waibstadt. Mit einem Auftakt-sieg gegen den Meister der 2. Bundesliga Süd, den TV Augsburg, gelang dem Team ein Start nach Maß, danach aber folgten, personell dezimiert, Niederlagen gegen Waibstadt und Vaihingen/Enz, die sich beide den Aufstieg sicherten. Stammheims Abstieg in die 2. Liga war somit besiegelt.

Frauen 2. BL

Die Saison der Damenmannschaft wurde auf eine einfache Runde verkürzt und an lediglich zwei Spieltagen durchgeführt. Mit nur einer Niederlage qualifizierte sich das Team

anschließend für die Aufstiegs-spiele zur 1. Bundesliga. Damit war das ausgegebene Saisonziel bereits erreicht.

Nicht wie sonst üblich, nahmen an dieser Runde neben den beiden erstplatzierten Teams aus der 2. BL Süd und West auch die beiden Absteiger der 1. Bundesliga Süd teil. Diese erhielten so die Möglichkeit, die Aufstiegs-spiele als Relegation nutzen zu können und im „Nachsitzen“ die Liga doch noch zu halten.

Aufgrund guter Testspielergebnisse und Trainingsleistungen rechnete man sich trotz des starken Teilnehmerfeldes etwas aus. Leider erwischte das Team jedoch einen „gebrauchten“ Tag. Nahezu in allen Mannschaftsteilen konnte nicht an die zuvor gezeigten Leistungen angeknüpft werden. Somit musste man bereits nach den beiden Vorrundenspielen wieder die Heimreise antreten. Letztendlich nutzten die beiden Absteiger die Möglichkeit der Relegation und spielen somit auch im kommenden Jahr in der 1. BL.

„Wir haben mit der Qualifikation zu den Aufstiegs-spielen unser Saisonziel erreicht. Alles Weitere wäre ein Zusatz gewesen“, zeigte sich das Trainer-team trotzdem sehr zufrieden mit der abgelaufenen Saison. Somit wurde der Blick auch umgehend auf die anstehende Hallensaison gelegt. Nicht mehr für den TV Stammheim auflaufen wird dabei Saskia Schwabl, die zum benachbarten TSV Gärtringen wechselt.

Die ersten Trainingseindrücke im September und Oktober stimmen sehr positiv ein auf die Hallensaison, die Mitte November startet und wieder eine reguläre Spielrunde vorsieht. In die Saison startet das Trainerteam mit Melanie Israel, Larissa Keser, Denise Fichtl, Anja Brezing, Anika Gruner und Lea Weller.

Ausblick

In der Hallensaison 2021/22, die bei Erscheinen des TV TOTAL bereits am Laufen sein dürfte, geht der TVS in der 2. Bundesliga an den Start. Das klare Saisonziel lautet Aufstieg und Rückkehr in die 1. BL.

Kleinfeld-Serie: Alter schützt vor Siegen nicht

Es ist schon eine Weile her, dass Chris Nacke und Alwin Oberkersch zu Zwecken des Wettkampff Faustballs gemeinsam auf dem Feld standen. Die größten Erfolge des Vereins hatten beide gemeinsam gefeiert, über mehr als ein Jahrzehnt als Teamkollegen hatten beide von der Jugend bis zum Deutschen Meistertitel 2020 und der Silbermedaille beim Europapokal 2011 erfolgreiche Spiele bestritten.

Dass die beiden inzwischen 40-Jährigen aber nach wie vor guten Faustball spielen können, stellten sie beim neuen Wettkampfformat 2vs2 in Nürnberg-Eibach unter Beweis. Was bei Landesturnfesten und als beliebte Trainingsformat schon lange als Kleinfeldfaustball bekannt ist, etabliert der Internationale Faustballver-



band derzeit als neue Wettkampfform. Als „Team 1981“ nahmen Nacke und Oberkersch als mit Abstand ältestes Team am Turnier teil, das mit Bundesliga- und Nationalspielern durchaus illustert besetzt war: „Was bedeutet euer Teamname? Ist das das Gründungsjahr eures Vereins?“, rätselte so manch junger Gegner, dem die 80er Jahre des letzten Jahrtausends doch offensichtlich sehr weit weg vorkamen.

Nachdem man im ersten Spiel das sehr siegesgewisse, junge Gegnersteam (als voll im Saft stehende Angriffsspieler eines Zweitligisten sollte man gegen diese beiden alten Männer doch leichtes Spiel haben??) ob ihrer niemals erwarteten Niederlage sichtlich ratlos zurückließ, marschierten die Stammheimer Oldies recht souverän von Sieg zu Sieg und standen letztlich im Halbfinale, wo man auf das Duo Nick Trinemeier/Fabian Sagstetter traf. Beide sind aktuelle Nationalspieler, mehrfache Welt- und Europameister und waren Topfavoriten auf den Turniersieg.

In einem hochstehenden Spiel gewann das „Team 1981“ den ersten Satz, musste am Ende aber anerkennen, dass die größere Fitness im Laufe des kräftezehrenden Turniers nun doch den Ausschlag für den Gegner gab. Auf dem dritten Platz beendeten Nacke und Oberkersch schließlich das Turnier, und auch wenn die Zeit nicht unbedingt für das neu gegründete Team spielt, so werden weitere Einsätze sicherlich folgen. Mal sehen, welch weitere junge Gegner dann erfahren müssen, dass Alter eben vor Siegen nicht schützt.

U8

Mit zwei Teams startete Stammheim in die U8-Runde. Der lange Lockdown schien die Stammheimer aber nicht gestört zu haben. Bei beiden Turnieren konnten die Jüngsten absolut überzeugen. Das Jungs-Team um „Routinier“ Mika Oberkersch konnte sogar einen Tagessieg erreichen und auch unser Mädels-Team wusste mit tollen Ballwechsellern zu gefallen.

U10

Unsere Jungs der U10 wussten in der Feldsaison zu begeistern. Stammheim startete mit drei Teams und konnte alle Mannschaften zur Württembergischen Meisterschaft bringen. Man sieht bei den Jungs, dass sie sehr früh mit dem Faustball begonnen und auch ihre Freizeit oft am Sportplatz verbracht haben. Am Ende belegten die Stammheimer Teams 2 und 3 die Plätze 4 und 5.

Stammheim 1 in der Besetzung Fabian Schlegel, Leander Dörr, Till Aigner und Matti Nacke mussten sich am Schluss nur mit einem Punkt Unterschied dem TV Unterhaugstett geschlagen geben. Hier will man in der Halle noch einen Platz besser abschneiden.

U12

Stammheim ist die neuntbeste Mannschaft in Deutschland in der Altersklasse U12. Nachdem man sich in Rosenheim bei der Süddeutschen Meisterschaft völlig überraschend für die Deutsche Meisterschaft qualifiziert hatte, wollte man bei der ersten DM-Teilnahme ein paar Erfahrungen sammeln und nicht den letzten Platz belegen. Das Team durfte bis auf Paul Schreiber und Carl Huber noch komplett als U10 auflaufen. Leider musste man kurzfristig auf Hauptangreifer Kai Rupp verzichten.

Die Mannschaft gab stets ihr Bestes und konnte viele Spiele spannend gestalten. In



der Vorrunde gewann sie am Ende ein Spiel und belegte den vierten Platz in ihrer Gruppe. Im Überkreuzspiel am Sonntagmorgen musste man sich dem bayerischen Vertreter aus Herrenwahlthan knapp mit 1:2 Sätzen geschlagen geben. Im abschließenden Spiel um Platz 9 ging es gegen das Team aus Karlsdorf. Nach anfänglichem Satzrückstand konnte das Spiel noch gedreht werden und das Ziel wurde erreicht: nicht Letzter werden. Die vielen Fans, die das Team begleiteten, feierten mit den Kids den Erfolg. Die Mannschaft schwor sich ein, dass noch viele DM-Teilnahmen dazukommen sollen und sie künftig einen höheren Platz anpeilen wollten.

U14 w

Das Team der U14w konnte in der Vorrunde den zweiten Tabellenplatz sichern und qualifizierte sich damit zur Württembergischen Meisterschaft.

Nach einem verletzungsbedingten Ausfall bei der WM konnte das Team leider nur ein Spiel für sich entscheiden und belegte am Ende den dritten Platz. Damit verpasste man die Qualifikation zur Süddeutschen Meisterschaft knapp. In der kommenden Hallensaison werden vier weibliche

Jugendmannschaften für den TV Stammheim an den Start gehen. Mit einer U12 Mannschaft, zwei U14 Mannschaften und einem U18 Team ist man in fast allen Altersklassen vertreten.

*Chris Nacke,
Alwin Oberkersch,
Annika Gruner*





Die Bundesligamänner, hier mit Christian Gayer und Timo Heyenga (hinten) haben den Klassenerhalt in der 1. Bundesliga verpasst

WIR TRAINIEREN **WIEDER!**

Nachdem die letzte Ausgabe des TV Total der Pandemie zum Opfer gefallen ist, kann die Tischtennisabteilung nun wieder einen kurzen Artikel schreiben.

Wir trainieren wieder...! Seit die Lockerungen in Kraft getreten sind – ich weiß schon gar nicht mehr wann genau, aber ich glaube, es war Anfang Juni. Auf Grund des milden Sommers haben wir nahezu jeden Dienstag und Donnerstag an mindestens vier Tischen trainiert und konnten anschließend unsere Erfolge bei einem gemeinsamen Bier in den Lokalitäten Stammheims diskutieren. Apropos: Wir sehen uns danach, dass unser Vereinsheim wieder aufmacht, da die Auswahl an Lokalitäten in Stammheim doch sehr überschaubar ist.

Unser Einladungsturnier

Sportlich konnten wir am letzten Ferienwochenende unser Einladungsturnier durchführen. Es kamen Mannschaften aus der unmittelbaren Nähe – Zuffenhausen, Mühlhausen –, zwei „zusammengewürfelte“ Mannschaften – Jörgs und Heikos Freunde –, wir stellten zwei Mannschaften und dann vor allem unsere Schweizer Freunde aus Stettlen. Corona bedingt konnten die Jungs aus

Sachsen leider nicht teilnehmen. Das Turnier begann mit einer Überraschung, da mit Ausnahme eines Teilnehmers (getestet) alle geimpft waren! Auf Grund der Teilnahme von nur sieben Mannschaften ließ der Turnierleiter – der Autor dieses Artikels – jeder gegen jeden spielen.

Am Ende waren alle ziemlich fertig. Unter der Pergola wurde die Siegesfeier veranstaltet, die mit frisch gebratenen Roten im Brötchen von Achim einen krönenden, wenn auch etwas verspäteten Abschluss fanden.

Das Turnier gewann die Mannschaft aus Mühlhausen, unsere beiden Mannschaften schlossen mit einem 3. und 5. Platz ab und in einem spannenden Finale um den letzten Platz gewannen Jörg and Friends den 6. Platz. Die Rote Laterne konnte leider nicht vergeben werden, weil diese noch in Sachsen weilte; somit belegten die Schweizer Freunde den „vorletzten Platz“.

Und jetzt wieder Normalbetrieb im sportlichen Bereich...

Ansonsten ist unsere Spielrunde gestartet. Wir spielen wieder mit fünf Mannschaften.

Trotz Corona ist die Zahl unserer Spielberechtigten gestiegen.

Gerne Schnuppern!

Dies trifft leider nicht auf unsere Jugendmannschaften zu; hier haben wir ein Defizit, können aber immerhin eine U18 Mannschaft stellen. Hier also ein Aufruf an alle, die diesen Artikel lesen und interessierte Mädchen und Jungen haben oder kennen: Schickt sie uns am Dienstag- und/oder Donnerstagabend ins Training. Wir würden uns freuen. Schnuppern kann jeder.

... und im gesellschaftlichen

Gesellschaftlich konnten wir auch dieses Jahr wieder unsere Saisonabschlussfeier durchführen. Bei schönem Wetter und in Gerhards Garten gab es wieder allerlei (s. meine Berichte in den vergangenen Jahren).

Durchgeführt werden auf jeden Fall noch die Offenen Vereinsmeisterschaften der Jugend und Aktiven und vielleicht findet eine Weihnachtsfeier wieder statt. Aber das ist in diesen Zeiten so ungewiss wie das Wetter.

Hans-Joachim Pohl



ANGEBOTE FÜR KINDER UND JUGENDLICHE

KiSS: Babys in Bewegung

| | | | | |
|-------------------|-------------|----|-------------|-------------------|
| Babys in Bewegung | 3-6 Monate | Mi | 09.00-09.45 | Pfister Sportraum |
| Babys in Bewegung | 6-9 Monate | Mi | 09.55-10.40 | Pfister Sportraum |
| Babys in Bewegung | 9-12 Monate | Mi | 10.50-11.35 | Pfister Sportraum |

KiSS: MiniKids in Bewegung

| | | | | |
|----------------------|-----|----|-------------|-------------------|
| MiniKids in Bewegung | 1-2 | Di | 10.15-11.00 | Pfister Sportraum |
| MiniKids in Bewegung | 1-2 | Do | 15.30-16.15 | Pfister Sportraum |
| MiniKids in Bewegung | 1-2 | Do | 16.15-17.00 | Pfister Sportraum |

KiSS: Sportartenübergreifende grundmotorische Ausbildung

| | | | | |
|-----------|-------------------|----|-------------|----------|
| KiSS-Kurs | 2-3 (Eltern-Kind) | Di | 15.30-16.15 | TV Halle |
| KiSS-Kurs | 2-3 (Eltern-Kind) | Di | 17.00-17.45 | TV Halle |
| KiSS-Kurs | 2-3 (Eltern-Kind) | Do | 14.45-15.30 | TV Halle |
| KiSS-Kurs | 3-4 | Do | 16.30-17.15 | TV Halle |
| KiSS-Kurs | 4-5 | Di | 16.15-17.00 | TV Halle |
| KiSS-Kurs | 5-6 | Do | 15.30-16.30 | TV Halle |
| KiSS-Kurs | VS+1.Klasse | Mi | 16.45-17.45 | TV Halle |
| KiSS-Kurs | 1.-3. Klasse | Mi | 15.45-16.45 | TV Halle |

Die KiSS unterrichtet auch in Eberdingen, Korntal, Pflugfelden, Schwieberdingen und Zazenhausen.
Bei Fragen zu diesen Kurszeiten entweder: kiss@tv-stammheim.de oder www.kiss-stammheim.de

Angebote der Tannoase

Tannoase für Kinder und Jugendliche

| | | | | |
|--|-------|----|-------------|----------|
| Ballett: Pré-Ballett | 4-6 | Mo | 15.00-15:45 | Clubhaus |
| Ballett: Pré-Ballett | 4-6 | Mo | 15.45-16:30 | Clubhaus |
| Ballett: Pré-Ballett | 4-6 | Mo | 16.30-17.15 | Clubhaus |
| Ballett Stufe 1 | 6-10 | Mo | 17:15-18:00 | Clubhaus |
| Rhythmische Früherziehung | 3-4 | Di | 16:00-16:45 | Clubhaus |
| Rhythmische Früherziehung | 5-6 | Di | 16:45-17:30 | Clubhaus |
| Rhythmische Früherziehung | 7-9 | Di | 17.30-18:15 | Clubhaus |
| Orientalischer Tanz – El Afrah, Inklusionskurs | | Mi | 17.15-18:15 | Clubhaus |
| Orientalischer Tanz - Karima | ab 12 | Mi | 18.15-19:15 | Clubhaus |

Angebote der Abteilungen

Faustball für Kinder und Jugendliche

| | | | | |
|--------------------|-------|----|-------------|-----------------|
| Minis, U8 & U10 | 5-10 | Fr | 15.30-16.30 | Schulsporthalle |
| U12 & U14 männlich | 11-14 | Fr | 16.30-17.30 | Schulsporthalle |
| U12 & U14 männlich | 11-14 | Mi | 18.45-20.00 | Schulsporthalle |
| U12 & U14 weiblich | 11-14 | Fr | 17.30-19.00 | Schulsporthalle |
| U14 & U18 weiblich | 14-18 | Di | 18.45-20.15 | Schulsporthalle |
| U16 & U18 männlich | 15-18 | Mi | 20.00-21.45 | Schulsporthalle |
| U18 weiblich | 15-18 | Fr | 19.00-20.30 | Schulsporthalle |

Handball für Kinder und Jugendliche

| | | | | |
|---------------------|-------|-------|-------------|-----------------|
| E-Jugend m&w | 8-10 | Mi | 17.15-18.45 | Schulsporthalle |
| D-Jugend männlich | 11-12 | Mo | 17:15-18:45 | Talwiesenhalle |
| D-Jugend männlich | 11-12 | Mi | 17:15-18:45 | Schulsporthalle |
| D+C-Jugend weiblich | 11-14 | Di+Do | 17:15-18:30 | Talwiesenhalle |
| C2-Jugend männlich | 13-14 | Mo | 17:45-19:15 | Talwiesenhalle |
| C2-männlich | 13-14 | Mi | 17:30-19:00 | Talwiesenhalle |
| C1-männlich | 13-14 | Di | 17:45-19:15 | Talwiesenhalle |
| C1-männlich | 13-14 | Mi | 17:45-19:15 | Talwiesenhalle |
| A-Jugend weiblich | 15-18 | Di+Do | 18:30-20:00 | Talwiesenhalle |
| A- Jugend männlich | 15-18 | Mo+Do | 18:30-20:00 | Talwiesenhalle |

Tennis für Kinder (Wintermonate / Hallentraining)*

| | | | | |
|--------|------|----|---------------|-------------------------|
| Jugend | 3-18 | Mo | 16:30 – 19:00 | Sporthalle Neuwirtshaus |
| | | Mi | 17.00 – 19.30 | Halle SC Stammheim |
| | | Fr | 13.15 – 19.00 | TV-Halle |
| | | Sa | 09.15 - 13.00 | TV-Halle |

Tischtennis für Kinder

| | | | | |
|--------------------------|------|----|-------------|----------|
| Tischtennis | 8-18 | Di | 18.00-19.30 | TV Halle |
| Tischtennis für U15 ,U18 | 8-18 | Do | 17.30-19.00 | TV Halle |

Turnen für Kinder

| | | | | |
|--------------------|-------------|----|-------------|----------|
| Pampersrockers | Laufalter-3 | Mo | 15.00-16.00 | TV Halle |
| Pampersrockers | Laufalter-3 | Mo | 15.00-16.00 | TV Halle |
| Eltern-Kind Turnen | 3-4 | Mo | 16.00-17.00 | TV Halle |
| Vorschulturnen | 4-6 | Fr | 16.30-17.30 | TV Halle |
| Mädchenturnen | 1.+ 2. Kl | Mo | 17.00-18.00 | TV Halle |
| Mädchenturnen | 3. + 4. Kl | Mo | 18.00-19.00 | TV Halle |
| Mädchenturnen | ab 5. Kl | Mo | 19.00-20.00 | TV Halle |
| Bubenturnen | 5-8 | Fr | 17.30-18.30 | TV Halle |
| Bubenturnen | 8-12 | Fr | 17.30-18.30 | TV Halle |

ANGEBOTE FÜR ERWACHSENE UND SENIOREN
Fit & Gesund
Fit & Gesund KURSPLAN (Stand Okt. 2021)

| | | |
|---|------------------------------|------------------|
| Pilates 60+ | Mo 09.00-10.00 | Studio |
| Mobilisation 70+ (im Stand / auf dem Stuhl) | Mo 10.00-11.00 | Studio |
| Core - Training | Mo 18.00-19.00 | Pfister Kursraum |
| Poweryoga | Mo 18.30-19.30 | Studio |
| Fitnessstraining für aktive Frauen | Mo 19.00-20.00 / 20.00-21.00 | Pfister Kursraum |
| Frauengymnastik | Mo 20.15-21.15 | Schulsporthalle |
| Yogalates vor dem Job | Di 07.00-08.00 | Studio |
| Mama fit - Baby mit | Di 09.00-10.00 | Pfister Kursraum |
| Gymnastik 70 Fit | Di 17.00-18.00 | Pfister Kursraum |
| Rückentraining „Gesunder Rücken“ | Di 18.15-19.15 | Pfister Kursraum |
| Yoga I / II | Di 18.00-19.30 / 19.45-21.15 | Studio |
| Yoga | Mi 08.30-10.00 | Studio |
| Standfest und Stabil (Sturzprophylaxe) | Mi 11.00-12.00 | TV Halle |
| Stretch & Relax | Mi 18.00-19.00 | TV Halle |
| Step - Aerobic | Mi 18.30-19.30 | Pfister Kursraum |
| Skigymnastik | Mi 19.00-20.00 | TV Halle |
| Rückentraining „Gesunder Rücken“ I/II | Mi 18.00-18:45 / 19.00-19:45 | Studio |
| Zumba® | Mi 19.30-20.30 | Pfister Kursraum |
| Fitness Mix für Sie und Ihn | Mi 20.15-21.15 | TV Halle |
| „Winter“ Yoga am frühen Morgen | Do 08.00-09.00 | Studio |
| Aerobic, Tanz, Fitness | Do 09.30-11.00 | Pfister Kursraum |
| Beckenboden - Training | Do 18.00-19.00 | Pfister Kursraum |
| Yoga | Do 18.00-19.30 | Studio |
| Yoga Flow | Do 19.45-21.15 | Studio |
| PowerGym | Do 19.00-20.30 | Pfister Kursraum |
| Bauch, Beine, Po & Co | Fr 09.15-10.15 | TV Halle |
| Wirbelsäulengymnastik | Fr 10.30-11.30 | TV Halle |
| Yoga „Entspannt ins Wochenende“ | Fr 18.00-19.00 | Studio |
| Fitnessstraining für aktive Frauen | Fr 18.30-19.30 | Pfister Kursraum |

**Aus organisatorischen Gründen bitten wir darum,
sich per Email an [Chrissi \(kurse@tv-stammheim.de\)](mailto:kurse@tv-stammheim.de)
unverbindlich anzumelden bzw. freie Plätze zu erfragen.**

Orthopädischer Rehasport

Die Kurse allgemeiner orthopädischer Rehasport finden montags am Vor- und Nachmittag statt.

Neu seit Oktober: Reha-Sportkurs KNIE spezial, donnerstags 17.00 – 17.45 Uhr.

Unsere Rehasport - Leiterin Martina Guilliard informiert und berät Sie bevorzugt in der telefonischen Sprechstunde jeden Mittwoch von 09.00 – 11.00 Uhr, Rehasport - Tel.: 01573 236 24 98 oder rehasport@tv-stammheim.de

ANGEBOTE FÜR ERWACHSENE UND SENIOREN

Ballsport

Ballspiele für Jedermann

| | | | | |
|----------------------------------|-------|----|-------------|-------------------|
| Oldiefix Volleyball + Ballspiele | Ü50 | Mo | 20.15-21.45 | Schulsporthalle |
| Jedermann- Volleyball | ab 16 | Fr | 20.15-22.00 | TV Halle |
| Basketball | ab 18 | So | 13.00-15.00 | TV Halle |
| Badminton | ab 16 | Mo | 20.00-22.00 | TV Halle |
| Prellball | Ü60 | Mi | 17.00-18.30 | Pfister Sportraum |
| Futsal | ab 16 | Sa | 18.00-20.00 | TV-Halle |

Faustball

| | | | | |
|-------------------|--|----|-------------|-----------------|
| Männer Bundesliga | | Di | 20.15-21.45 | Schulsporthalle |
| Männer Bundesliga | | Do | 18.45-20.15 | Schulsporthalle |
| Männer offen | | Fr | 20.15-21.45 | Schulsporthalle |
| Frauen | | Mo | 19.00-20.00 | Schulsporthalle |
| Frauen | | Mi | 20.00-21.45 | Schulsporthalle |
| Frauen | | Fr | 19.00-20.30 | Schulsporthalle |

Handball siehe auch www.hsv-stam-zuff.de

| | | | | |
|------------|--|-------|-------------|------------------|
| 1. Männer | | Mo+Mi | 20:00-21:45 | Talwiesenhalle |
| 1. Frauen | | Di+Do | 19:45-21:45 | Talwiesenhalle |
| 2. Männer | | Do | 20:00-21:45 | Sporth. Freiberg |
| Senioren 1 | | Do | 20:15-21:45 | Schulsporthalle |

Tennis

| | | | | |
|---------------------------|--|----|---------------|--------------|
| Erwachsene | | Di | 19.45 – 21.45 | Tennisanlage |
| Erwachsene | | Fr | 20.15 – 21.00 | Tennisanlage |
| Damen | | Do | 18.30 – 21.00 | Tennisanlage |
| Herren 1 | | Do | 17.00 - 21.00 | Tennisanlage |
| Herren 30 1 | | Mi | 18.00 – 21.00 | Tennisanlage |
| Herren 30 2 | | Mo | 18.00 – 21.00 | Tennisanlage |
| Herren 70 | | Mo | 16.00 - 19.00 | Tennisanlage |
| Freies Spiel für Senioren | | Di | 09.00 - 13.00 | Tennisanlage |

Tischtennis

| | | | | |
|------------------------|-------|----|-------------|----------|
| Tischtennis für Aktive | ab 18 | Di | 19.30-22.00 | TV Halle |
| Tischtennis für Aktive | ab 18 | Do | 19.00-22.00 | TV Halle |

Turnen, Tanzen, Outdoorsport und vieles mehr

Gerätturnen

| | | | | |
|-------------|---------|----|-------------|----------|
| Gerätturnen | 12 – 40 | Fr | 18.30-20.15 | TV Halle |
|-------------|---------|----|-------------|----------|

Laufen, Walken, Radfahren

| | | | | |
|--------------------------|-------|----|-------------|---------------|
| Lauftreff | ab 16 | Mo | ab 19.00 | Treffpunkt TV |
| Lauftreff | ab 16 | Mi | ab 19.00 | Treffpunkt TV |
| Walking/Nordic-Walking | ab 16 | Mo | ab 18.00 | Treffpunkt TV |
| Walking/Nordic-Walking | ab 16 | Di | ab 19.00 | Treffpunkt TV |
| Walking/Nordic-Walking | ab 16 | Mi | 09.30-10.30 | Treffpunkt TV |
| Radtreff (April-Oktober) | ab 16 | Mo | ab 19.00 | Treffpunkt TV |
| Radtreff (April-Oktober) | ab 16 | Mi | ab 18.30 | Treffpunkt TV |

Tanzoase

| | | | | |
|--|--|----|-------------|----------|
| Orientalischer Tanz – Just for Fun | | Mo | 09.45-11.00 | Clubhaus |
| Orientalischer Tanz – Alima – Auftrittsgruppe | | Mo | 19:00-20:15 | Clubhaus |
| „Shake it out“ Orientalisches Fitnessprogramm | | Mo | 18:15-19:00 | Clubhaus |
| Orientalischer Tanz – Niran - Auftrittsgruppe | | Di | 19.15-20.30 | Clubhaus |
| Orientalischer Tanz – Farida - Auftrittsgruppe | | Mi | 19.30-20.45 | Clubhaus |
| Orientalischer Tanz – Wahida - Auftrittsgruppe | | Do | 18.45-20.00 | Clubhaus |
| Orientalischer Tanz – Farashad - Auftrittsgruppe | | Do | 20.00-21.15 | Clubhaus |

Tanzsport Standard + Latein

| | | | | |
|------------------|---------|----|-------------|-------------------|
| Tanzen für Paare | 30 - 70 | Di | 19.30-20.30 | Pfister Sportraum |
| Tanzen für Paare | 30 - 70 | Di | 20.30-21.30 | Pfister Sportraum |



Vorstand

1. Vorsitzender: Thorsten Beck vorstand@tv-stammheim.de
2. Vorsitzender: Florian Gruner oeffentlichkeitsarbeit@tv-stammheim.de
3. Vorsitzende: Steffi Beck (Amt ruht seit 22.06.2021) sport@tv-stammheim.de

Geschäftsführender Ausschuss

- Kassier: Tim Dillenberger kassier@tv-stammheim.de
Schriftführerin: Heike Schotters schriftfuehrung@tv-stammheim.de
Technischer Leiter: Erwin Gorcenko technik@tv-stammheim.de

Hauptausschuss

- Gleichst.Beauftragte: Ulrike Lange gleichstellung@tv-stammheim.de
Jugendleiter: Kevin Hummel jugend@tv-stammheim.de
Beisitzer: Lisa Hurst beisitzer@tv-stammheim.de
Beisitzer: Bernd Lachenmayer beisitzer@tv-stammheim.de
Faustball: Christian Nacke faustball@tv-stammheim.de
Handball: Fabian Funk handball@tv-stammheim.de
Outdoorsport: Alexander von Stockhausen outdoor@tv-stammheim.de
Tanzsport: Georg Faschingbauer tanzsport@tv-stammheim.de
Tennis: Erwin Meinert tennis@tv-stammheim.de
Tischtennis: Gerhard Leib tischtennis@tv-stammheim.de
Turnen & Freizeitsport: Martina Schwarz turnen@tv-stammheim.de
KiSS: Alwin Oberkersch kiss@tv-stammheim.de

weitere Ansprechpartner

- Seniorenbeauftragte: Elvira Klein senioren@tv-stammheim.de
Hausmeister Halle: Götz Buchner 80 18 92
Leitung aktiv: Anne Förstel aktiv@tv-stammheim.de
Hüttenwartteam Gargellen: Fabian Glück, Tobias Wunsch und Simeon Kull
jaegerstueble@tv-stammheim.de
Fit & Gesund: Karin Lachenmayer fitundgesund@tv-stammheim.de
Tanzoase: Gerda Masen tanzoase@tv-stammheim.de
Inserate TV Total: derzeit unbesetzt inserate@tv-stammheim.de
Redaktion TV Total: Gabi Reißner tv-total@tv-stammheim.de
Layout TV Total: Yvonne Hornikel tv-total@tv-stammheim.de
Geschäftsführer: Alwin Oberkersch 80 45 89
www.tv-stammheim.de
info@tv-stammheim.de
Geschäftsstelle TV Stammheim 1895 e.V.
Solitudeallee 162, 70439 Stuttgart
- Verwaltung Kurse: Chrissi Oberkersch kurse@tv-stammheim.de
Buchhaltung: Beate Borchardt geschaeftsstelle@tv-stammheim.de
TV Gaststätte „Auszeit unter den Kastanien“, Solitudeallee 162, 70439 Stuttgart
Bozidar Pavisic 81 04 61 63

Bankverbindung

IBAN DE39 60090300 0057927006, BIC GENODES1ZUF, Volksbank Zuffenhausen

MIT **GUTER LAUNE** ZURÜCK! WIR SIND WIEDER DA!

Nach dem Abbruch der Saison 2020/2021 im Oktober letzten Jahres sind wir seit Mitte Juni endlich wieder auf dem Handballfeld zu finden.

Teambuilding ist angesagt!

Die Stimmung? Übertollend! Endlich kein Online Training mehr, keine Laufchallenges, keine virtuellen Teamabende. Das Handball-Leben findet wieder in der Realität statt und das genießen unsere Mannschaften in vollen Zügen!

In der Vorbereitung für die Saison 2021/2022 ist nach so langer Pause Teambuilding ganz oben auf der Agenda. So konnten wir für unsere männliche C- und B- Jugend einen Ausflug in den Europapark organisieren und den ganzen Samstag bei tollem Wetter mit Adrenalin, Achterbahnen und jede Menge Spaß verbringen.

Auch unsere Damen und Männer genossen die Lockerungen sehr und konnten im Juli sogar an einem Beachturnier in Renningen teilnehmen.

Unsere Mannschaften

Seit Mitte September läuft die Saison 2021/2022 und die HSV Stammheim Zuffenhausen ist mit folgenden Mannschaften im Einsatz.



E-Jugend gemischt

Trainer: Jörg Matthies,
Martin Schneider

C-Jugend männlich

Trainer: Giulian Maccarone

B-Jugend männlich

Trainer: Jenny Jaster,
Marco Schäfer

A-Jugend weiblich

Trainer: Gerhard Vogl,
Maximilian Wiedenmann

Damen (Bezirksliga)

Trainer: Gerhard Vogl,
Maximilian Wiedenmann

Männer 1 (Bezirksklasse)

Trainer: Otto Siegle,
Daniel Renna

Männer 2 (Kreisliga A)

Trainer: Niclas Blank

Die Spieler unserer männlichen A-Jugend haben diese Saison Gastspielrecht bei der Hbi Weilimdorf/Feuerbach, da sie aufgrund der engen Personaldecke keine eigene Mann-

schaft aufstellen lassen konnte.

Erste Spiele in der laufenden Saison

Während der Saisonbeginn für die aktiven Mannschaften eher durchwachsen verlief, starteten die Jugenden siegreich in die neue Saison. Die Heimspiele finden alle in der Sporthalle Stammheim statt. Über Unterstützung freuen sich unsere Mannschaften sehr!

Personelle Veränderungen

Zum Schluss möchten wir euch noch ein paar Infos geben, was während der Corona Pause bei uns so los war:

Unsere Vereinsführung wurde neu gewählt. An dieser Stelle möchten wir uns noch ein-



mal herzlich bei Harry Förster (ehemaliger Abteilungsleiter Handball SSV Zuffenhausen) und Francesco Leanza (ehemaliger Abteilungsleiter Handball TV Stammheim) für ihren jahrelangen Einsatz beim HSV Stammheim/Zuffenhausen bedanken. Die beiden bleiben uns aber zum Glück als Schiedsrichter weiterhin erhalten.

Ihre Ämter haben Philipp Hengemühle (SSV Zuffenhausen) und Fabian Funk (TV Stammheim) übernommen. Zusammen mit David Schmidt (TV Zuffenhausen) bilden die drei 94er Jahrgänge die neue, junge Führung unserer Handball Spielvereinigung.

Neu sind auch das Logo, das Fabian Dieterich (Instagram: @fabiandrch) für uns entworfen hat und unsere HSV Kollektion, die in Kooperation mit dem SportShop Anton in Weilimdorf entstanden ist.

Die aktuellen Trainingszeiten findet ihr immer auf unserer Website. Wenn ihr Lust habt, selbst ein Teil unserer Teams zu werden, dann schreibt uns gerne eine Mail an hsvstamzuff@gmail.com oder besucht uns auf Instagram (@hsv_stammheim_zuffenhausen).

*Wir freuen uns auf Euch!
Fabian Funk*





TENNISCAMP 2021

***Sommer, Sonne, Ferien und Tennis-
vergnügen pur: Was gibt es Schöneres
zum Ende der Sommerferien?***

Einen sportlichen Ferienspaß gab es für zwölf Kinder im Alter von fünf bis vierzehn Jahren bei bestem „Tenniswetter“ in der Zeit vom 06.09.-10.09.2021.

Für unsere jungen Ballartisten stand täglich vier Stunden tennisreicher Sport auf dem Stundenplan. Es wurde in verschiedenen Übungseinheiten der Umgang mit dem Schläger und der gelben Filzkugel perfektioniert sowie koordinative

und technische Fähigkeiten geschult. Unter fachkundiger Leitung bauten die Kids in altersgerechten Gruppen ihre vorhandenen Kenntnisse aus oder wurden gezielt an den Tennissport herangeführt. Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer ließen sich ihr Laune auch nicht von dem heißen Wetter verderben und trainierten fleißig auf der roten Asche.

Vielseitiger Wettkampf als Höhepunkt

Die Nachwuchssportler konnten sich täglich auch in einem sportlichen Wettkampf mes-

sen und Punkte sammeln. Es mussten viele verschiedene Disziplinen bestritten werden wie Seilspringen, Weitspringen, Weitwerfen, Schnelligkeit und Koordination, Tennis spielen auf Ziele, Mannschaftsspiele wie Hockey und Fußball. Natürlich gab es auch ein Tennisturnier.

Das Camp fand einen krönenden Abschluss in einer großen Siegerehrung, in der die Kids ihre wohlverdienten Medaillen erhielten.

Alle zukünftigen Tennisstars hatten sehr viel Spaß und

waren stets mit großer Motivation bei der Sache. Auch in diesem Jahr war unser Tennis-camp also wieder ein voller Erfolg!

***Auch die Erwachsenen
waren fleißig.***

Neben dem Jugendcamp fand auch wieder das beliebte Erwachsenen-camp statt, in dem die zahlreichen Teilnehmer in täglichen Trainingseinheiten von zwei Stunden ihre sportlichen Leistungen verbesserten oder erste Einblicke in das Spiel mit der gelben Filzkugel erhielten.

Ich freue mich darauf, auch im nächsten Jahr wieder zahlreiche Teilnehmer beim Tenniscamp in der ersten Sommerferienwoche (01.08. - 05.08. 2022) und in der letzten Ferienwoche (05.09. - 09.09. 2022) auf unserer schönen Tennisanlage begrüßen zu dürfen.

Falls ihr Lust habt, diesen tollen Sport zu erlernen, nach einer Pause vielleicht wieder einsteigen möchtet oder einfach nur eure spielerischen Fähigkeiten verbessern wollt: Meldet euch! Nach vorheriger Absprache ist es jederzeit möglich, in eine bestehende Gruppe reinzuschnuppern.

Euer Tomek



UNSERE MANNSCHAFTEN IN AKTION

In der vergangenen Sommersaison 2021 nahmen drei Mannschaften an der Verbandsrunde des WTB (Württembergischer Tennisbund) teil.

Dies waren zwei Herren 30 4er Mannschaften, sowie eine aktive Herren 6er Mannschaft. Schauen wir uns ihr Abschneiden in der Saison der Reihe nach an:

Herren 30.1

Zuerst sehr erfolgreich ...

Voll motiviert und mit eigentlich guter Spielerbesetzung gingen unsere Herren 30.1 in der Staffelliga an den Start. Dort warteten ein starkes Teilnehmerfeld und drei potenzielle Abstiegsplätze. Dennoch starteten die Herren 30 in die Saison gegen den TC Neuweiler an einem perfekten 1. Spieltag, den sie 6:0 gewannen.

...dann leider mit eher gemischten Ergebnissen.

Die nächsten drei Spieltage gegen den TC Muckensturm, den TC Ebhausen und gegen



den TA SV Althengstett verliefen dann leider auch aufgrund von personellen Problemen nicht so gut und gingen alleamt hart umkämpft verloren. Spieltag Nr. 5 gegen den TA VfL Sindelfingen 1862 verlief dagegen in besserer Besetzung wieder nahezu perfekt. Hier gewannen unsere Jungs 5:1. Der 6. und 7. Spieltag gegen den TA TSV 1848 Altensteig und den TC Aidlingen waren dann wieder von großer Personalnot geprägt und ausgerechnet am letzten Spieltag galt es gegen den Tabellenführer den Abstieg zu verhindern. Dieser Versuch war leider nicht von Erfolg gekrönt und die Herren30 1 beendeten die Saison mit einer 3:4 Bilanz auf dem 6. Tabellenplatz, der

leider auch ein Abstiegsplatz war.

Hoffen wir, dass die Jungs nächste Saison wieder angreifen!

Herren 30.2

Etwas entspannter konnten es unsere Herren 30.2 angehen, die in der Bezirksstaffel 1 antraten mit einer stärkeren personellen Besetzung als in den vorherigen Jahren. Schon vor dem Start der Saison wurde eine Mannschaft komplett zurückgezogen, womit der Absteiger in dieser Gruppe schon feststand.

Die ersten drei Spieltage gegen den TA TSV Kuppigen, den TC Frielzheim und den



Spvgg Warmbronn Tennis verliefen alle sehr gut für unsere Jungs. Hier waren schon mal drei stark erkämpfte Siege zu verbuchen.

Spieltag Nr. 4 und 5 gegen den TA SC Neubulach und den TA SV Magstadt verliefen dann leider weniger erfolgreich, weil diese mit starker Besetzung aufwarteten. Dies macht der 6. Spieltag gegen den TC Heimsheim aber wieder wett und es konnte hier der vierte Sieg der Saison gesichert werden. So landeten die Herren30 2 nach einer starken Saison und mit einer positiven 4:2 Bilanz auf einem sehr guten dritten Platz.

Macht weiter so Jungs!

Aktive Herren: Klassenerhalt geschafft

Unsere aktiven Herren gingen mit einem eindeutigen Ziel in die Saison: Verteidigung des im

letzten Jahr erkämpften Aufstiegs in die Bezirksklasse 2!

Dieses Vorhaben bekam am ersten Spieltag gegen den TA SC Neubulach aber erstmal einen herben Dämpfer. Hier kassierten unsere Jungs eine deutliche 2:7 Niederlage.

Der zweite und dritte Spieltag gegen den TA SV Holzgerlingen und den TV Feuerbach verliefen dagegen deutlich erfolgreicher und unsere Herren errangen sich zwei wichtige Siege auf dem Weg zum Klassenerhalt.

Gegen den TA SV Möhringen an Spieltag Nr. 4 mussten sich unsere Jungs aber nochmals geschlagen geben und gingen so mit einer ausgeglichenen 2:2 Bilanz in die Sommerpause. Es folgte der 5. Spieltag gegen den SPG TC Gäufelden/Nebringen, wo es sehr gute Chancen gab, den Klassenerhalt schon mal fest zu machen. Und dies gelang unseren Herren mit

einem überzeugenden 6:3 Sieg auch, wodurch dann ganz entspannt der letzte Spieltag angegangen werden konnte.

Denn es ging nun gegen den Tabellenführer, den Cannstatter TC. Dies wurde am Spieltag dann auch deutlich und die Jungs kassierten abermals eine deutliche Niederlage.

Unterm Strich lässt sich die Saison aber als Erfolg verbuchen, weil das Ziel des Klassenerhalts nach letztjährigem Aufstieg erreicht wurde.

Und nächste Saison geht es hoffentlich wieder mit neuem Elan zur Sache!

Wir sehen also für zwei unserer drei Mannschaften verlief die Saison weitgehend erfolgreich und wir hoffen sehr, dass alle in der nächsten Saison wieder mit dabei sind und bereit sind anzugreifen!

Niki Härle



HURRA! WIR TANZEN WIEDER!!!

Die Freude an der Bewegung, das unbeschwerte Zusammensein, das Lachen und die persönlichen Kontakte haben uns monatelang gefehlt! Nun ist das Interesse am Tanzen riesig groß!

Wir sind glücklich darüber, dass der – fast – normale Tanzunterricht wieder möglich ist! Mit viel Elan und Schwung starten wir durch!

Ballett, Kindertanz, Inklusionskurs und Orientalischer Tanz für Teenies – fast alle Kindertanzgruppen sind voll belegt! Aus drei Ballett-Gruppen und sehr vielen Anmeldungen haben wir vier Gruppen gebastelt. Ein herzliches Dankeschön an Emiko für ihre Bereitschaft, eine weitere Gruppe zu unterrichten!

Auch die drei Gruppen der Rhythmischen Früherziehung am Dienstag für die Kids von 4 – 6 Jahre sind voll.

Am Mittwoch um 17:15 Uhr findet der Unterricht für die Inklusionsgruppe „El Afrah“ statt. In dieser Gruppe tanzen die Kinder, die intensive Betreuung brauchen. Hier haben wir noch viele Plätze anzubieten und freuen uns auf neue Tänzer/Innen!

Auch in die „Karima“-Gruppe (mittwochs, 18:15 Uhr) können wir noch Teenies aufnehmen!

Orientalischer Tanz für Erwachsene

Miriam bietet ab sofort montags um 18:15 Uhr einen neuen, schweißtreibenden Kurs für Bewegungssüchtige an: „Shake it out“ – Dance-Life-Balance – das ideale Training nach einem Arbeitstag: den Körper in Bewegung bringen, die Gelenke mobilisieren, die Muskeln fordern! „Shake it out“

ist unser neues Orientalisches Fitnessprogramm! Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich! Wir freuen uns auf neue Tänzerinnen!

Shows und Veranstaltungen

Schon während der langen Corona-Pause haben wir Pläne geschmiedet und Konzepte für neue Shows ausgearbeitet. Wir können es wirklich kaum erwarten, wieder auf der Bühne zu stehen, um unsere neuen Tänze zu präsentieren! Sehnsüchtig warten wir auf die Fertigstellung unserer Alten Turnhalle!

Einen kleinen Lichtblick gibt es: Am Samstag, 4. Dezember 2021 tanzen wir bei der Gala der „Karawane“ auf den Filchern! Wir sind schon jetzt gespannt, wie sich das anfühlen wird, endlich wieder „Bühnenluft“ zu schnupern!



Seniorentanz

Beweglich bleiben, Spaß und Freude in der Gemeinschaft erfahren, Mobilität und Koordination schulen – all das wollen wir im Seniorentanz spüren und erleben. In Kooperation mit der Evangelischen Altenheimat findet freitags der Seniorentanz in der Schlossscheuer statt. In der ersten Gruppe bewegen wir uns im Sitzen. Aber auch im Sitzen wird es uns nicht langweilig werden! Wir mobilisieren alle Gelenke, damit sie geschmeidig bleiben!

In der zweiten Gruppe bewegen wir uns tanzend im Raum. Kleine Schrittkombinationen fördern nicht nur die Beweglichkeit, sondern schulen auch unser Gedächtnis!

Tanzen ab drei Jahre bis ins hohe Alter, das bietet euch die Tanzoase! Und falls ihr jetzt Lust bekommen habt und auch gerne tanzen wollt – meldet euch gerne:

tanzoase@tv-stammheim.de.

*Gerda Masen und
das Team der Tanzoase!*



OUTDOOR SPORT IM ZEICHEN VON CORONA

Sch... Corona! - Hatten wir im Herbst 2020 noch die Hoffnung, im Winterhalbjahr gemeinsam zu sporteln, so fegte die zweite Corona-Welle, heftiger als die im Frühjahr, alle Pläne hinweg. Nur Weniges konnte realisiert werden: Rechtzeitig noch drei gemeinsame Radtouren, dann stand wieder ein-sames Allein- oder zu Zweit-Kurbeln oder -Laufen auf dem Programm.

Natürlich fiel auch die Silvester-Radtour Corona zum Opfer... Doch so ganz ohne? Nein! Man musste doch gewohnheitsmäßig aufs Rad! So starteten mehrere unserer Radler auf individuelle Touren. Und den Glühwein gab's nicht als Pausenverpflegung, sondern zum Aufwärmen zu Hause.

Und der Schneesport? - Erin- nert ihr Euch? Auf der letzten Seite des TV-TOTAL 2020/2 wurden diverse Veranstaltungen schon mit „abgesagt“ überstempelt. Jetzt wissen wir: Ein einziger Stempel diagonal über die Seite hätte gereicht. Kein Gargellen, keine Winter-

sporttage, keine Faschings- ausfahrt in den Schnee. Und den hätte es so reichlich und prächtig wie in wenigen der letzten Winter gegeben – die Schneekanonen wären arbeits- los geworden... Keine Skitage? - Hmmm, nicht so ganz: Der Winter tröstete uns mit Schnee in Stammheim, so dass wir ein paar Tage lang ab der Haus- türe auf die Langlaufski stei- gen und dann am Kallenberg und über das Lange Feld un- sere Runden ziehen konnten. Selbst Stammi machte mit!

Auch in 2021 hat Corona viele Pläne zerschossen: Lange war kein gemeinsames Sporteln möglich, nicht nur Veran- staltungen unseres Vereins wurden zunächst auf später verschoben und dann doch abgesagt - so auch unsere RTF „Stammhemer Gäutour“. Nur vereinzelt konnten wir mit Abstand etwas gemeinsam unternehmen. Doch nach und nach entspannte sich die Si- tuation und wir genossen es

umso mehr, später im Sommer wieder gemeinsam auf Tou- ren zu gehen. Wir Outdoor'ler haben ja den Vorteil, dass wir DRAUSSEN aktiv sind.

Und da in diesem Jahr Fern- reisen unmöglich waren, schwelgt unsere „Old Mum“ wieder in Erinnerungen: Diesmal entführt sie uns ins höchste Gebirge der Welt und beweist am Ende ihres Be- richts, dass die „große Welt“ manchmal doch etwas kleiner ist.

Und nun hoffen wir erneut auf einen langen Schneesport- Winter 2021/22. Zumindest momentan sieht es etwas entspannter aus. Auch die Schneesportschule hat ein neues Programm aufgelegt. Und Simeon macht uns wieder richtig Lust auf unser Monta- foner Jägerstüble, das uns - in neuem Glanz strahlend – er- wartet.

Sigi Albrecht

UNSER JÄGERSTÜBLE

Jetzt ist der letzte Bericht hier im TV Total schon wieder ein Jahr her – und die Situation ist ähnlich, aber dank der Impfungen deutlich optimistischer.

Von den beiden Wünschen der letzten Ausgabe hat sich zumindest einer erfüllt – und zwar, dass es einen schneereichen Winter mit besten Wintersportbedingungen sollte. Als kleiner Trost konnte dadurch der eine oder andere so auch im Schwarzwald oder im Allgäu wenigstens privat etwas Wintersport betreiben, was die Enttäuschung über die ausgefallene Saison im Jägerstüble ein klitzekleines Bisschen mildern konnte.

Was ist im vergangenen Jahr alles passiert?

Nachdem zunächst die Aussicht bestand, dass unter Auflagen eine Wintersaison doch möglich wäre, wurden diese Hoffnungen von Weihnachten auf Ende Januar, Fasching bis Ostern immer weiter verschoben – im Endeffekt war aber klar, dass ein sicherer Betrieb und auch die Ein- und Rückreise nach und von Österreich nicht möglich sein wird.

Der Wasserschaden

Im Frühjahr erfuhren wir dann, dass es einen Wasserschaden gab und das Jägerstüble vorerst – auch bei Öffnung des Tourismus im Montafon – nicht genutzt werden konnte.

Der Schaden wurde nach der Trocknung dann im Laufe des Sommers durch unseren Vermieter/unsere Versicherung behoben und wir konnten das Jägerstüble mit zwei größeren Arbeitseinsätzen Ende August wieder schön herrichten. Vielen Dank an dieser Stelle an all die fleißigen Helfer. Nur mit eurem vorbildlichen Einsatz ist es möglich, dass wir die Hütte so für Mitglieder und Gäste betreiben können!

Nun sieht es im Jägerstüble wieder richtig schön aus. Es gibt einen neuen Boden in der Küche, im Aufenthaltsraum ein geflicktes, abgeschliffenes und neu versiegeltes Parkett, eine neuen Decke mit LED-Spots sowie eine wunderschöne Trennwand zu den Toiletten, die auch als Projektionsfläche für Filme, Bilder etc. dienen kann. Daneben haben wir zwei neue, sparsame, große Kühlschränke für die Küche angeschafft, damit die Lebensmittel übersichtlich gelagert werden können. Auch einiges am Inventar in der Küche ist dem Wasser zum Opfer gefallen und wurde ersetzt. In den Duschen wurden neue Armaturen angebracht, die nun auch eine Regenbrause haben.

Wie es weitergeht

Mit dem neuen Hygienekonzept und den örtlichen Regelungen ist das Jägerstüble wieder nutzbar und es wurden

auch schon die Regeln für den Betrieb im Winter durch die österreichischen Behörden festgelegt. Demnach sieht es für die Wintersaison gut aus – zumindest für Geimpfte und Genesene (Stand Ende September).

In Österreich gibt es einen Stufenplan, der sich nach der Auslastung der Intensivkapazitäten richtet. Beherbergungsbetriebe wie das Jägerstüble werden demnach mit einer 3-G Regel, Kontaktnachverfolgung und einem Präventions- und Hygienekonzept nutzbar sein.

Als weitere wichtige Vorgaben – zum Teil auch unterschiedlich zu Deutschland – wurde festgelegt, dass Antigentests nur noch 24 Stunden gelten und PCR-Tests 72 Stunden. An Orten, an denen eine 3-G Regel besteht, gibt es keine Maskenpflicht (Ausnahme: Seilbahnen und Nachtgastronomie/Clubs) und es gelten auch keine Astandsregelungen mehr. Die Stufenregel in Österreich beinhaltet Unterschiede und Verschärfungen vor allem für Ungeimpfte – für Geimpfte und Genesene wird es relativ einfach bleiben. Für Ungeimpfte ist es dabei besonders relevant, dass ab Stufe 3 nur noch PCR-Tests als 3 G-Nachweis anerkannt werden (Stand Ende September).

Bergbahnen werden nur mit



einem 3 G Nachweis nutzbar sein – wobei es nur für Geimpfte und Genesene Mehrtageskarten geben soll.

Detaillierte Informationen hierzu findet man unter: www.sichere-gastfreundschaft.at/ sowie www.montafon.at/de/Service/Corona und natürlich auf den entsprechenden Seiten der örtlichen Behörden.

Für die Anmeldung haben wir ein neues Anmeldeformular erstellt, das eine klare und möglichst unmissverständliche Anmeldung aller Gäste samt Aufenthaltszeitraum, Strichlistenstellung und spätere Abrechnung gewährleistet. Nach Abstimmung einer Buchung (Zeitraum, Anzahl der Gäste und ggf. Zimmerbelegungswünschen) ist dieses Formular von jeder Gästegruppe vollständig auszufüllen und mit uns als



Grundlage der Buchung abzustimmen.

Ausblick Winter – Veranstaltungen Outdoor und Schneesportschule

Das lässt alles optimistisch auf den Winter blicken und so werden die üblichen Termine unserer Abteilung und der Schneesportschule geplant. Hierüber informiert Sebastian im Bericht der Schneesportschule gesondert.

Weihnachtsferien

Wir hoffen, auch in den Weihnachtsferien in einer vollen Hütte wieder ins neue Jahr starten zu können. Es werden bestimmte Tage für die An- und Abreise festgelegt, damit die Belegung der Zimmer praktikabel und möglichst ist und nicht ein ständiger Wechsel einem entspannten Aufenthalt im Wege steht – ansonsten sind im Winter der Freitag und der Sonntag die



üblichen An- und Abreisetage. Die Weihnachtsferien sind auch die einzigen Ferien der Wintersaison, die nicht bereits durch Vereinsveranstaltungen belegt sind.

In den Weihnachtsferien wird angeboten, den Aufenthalt und insbesondere die Verpflegung gemeinsam anzugehen. Damit sich nicht viele verschiedene Gruppen über die Nutzung der Küche abstimmen müssen und jeder „sein eigenes Süppchen“ kocht, wird das Einkaufen und Kochen zentral geplant und jeder beteiligt sich daran – abgerechnet wird das Ganze über eine Verpflegungspauschale je Tag. So muss man nicht jeden Tag in der Küche stehen, alles planen und es entstehen auch Kontakte zu den anderen Gästen – ganz im Sinne der Gemeinschaft, die wir als Hütten-Team und als Verein fördern wollen.

Ebenso können auch Jugendliche und junge Erwachsene unproblematisch teilnehmen, die beim Kochen noch nicht so erfahren sind und denen die Selbstverpflegung ansonsten eine Hürde darstellen

könnte. Wer explizit nicht an der Gemeinschaft teilnehmen möchte, kann dies aber auch tun – und stimmt sich dann mit der für die jeweiligen Tage zuständigen Kochgruppe ab, wann die Küche für Extrakocher frei ist.

Für die kommenden Weihnachtsferien haben wir folgende Tage als An- und Abreisetage festgelegt: 26. Dezember, 30. Dezember, 02. Januar, 07. Januar und 09. Januar. Dabei können auch mehrere Zeiträume gebucht werden. Um es prioritär unseren Mitgliedern zu ermöglichen, in dieser begehrten Zeit die Hütte zu nutzen, werden Anmeldungen bis zum 14. November nur von Vereinsmitgliedern (plus ggf. deren Lebenspartner) berücksichtigt. Anschließend werden bis 28. November auch Freunde von Mitgliedern berücksichtigt (max. je 2 Freunde für den Zeitraum des Aufenthalts eines Mitglieds).

Ab dem 28. November werden dann auch weitere Freunde von Mitgliedern oder externe Gäste berücksichtigt. Die An-

meldungen können auch vor den Stichtagen schon abgegeben werden – die Zeiträume legen nur fest, ab wann die Anmeldung berücksichtigt wird. Innerhalb der gleichen Prioritätengruppe gilt das Windhund-Prinzip.

Wir hoffen, dass wir in der nächsten Ausgabe des TV-Total dann über eine wunderschöne und erfolgreiche Wintersaison berichten können.

Bei Buchungsanfragen oder sonstigen Fragen wendet euch bitte wie gehabt gerne an uns über die E-Mailadresse jaegerstueble@tv-stammheim.de.

*Simeon Kull für
das Team Jägerstüble*





3...2...1... DROP IN – WINTERSAISON 2021/2022

Das knarrende Geräusch der Kellertür, nach etwas flackern erleuchtet eine Lampe das Dunkel, sehnsüchtig wandert der Blick in Richtung der Ski und Snowboards. Langsam tropft es auf den Belag und der Duft von Wachs steigt auf...

Wenn diese Worte sich beim Lesen zu den gleichen Bildern voller Sehnsucht und Vorfreude auf den Winter zusammenfügen wie beim Schreiben, dann ist der folgende Bericht genau das Richtige für dich. Für alle anderen steigern sie hoffentlich die Lust auf den Winter und die Aktivitäten der Schneesportschule Stammheim.

Restart mit attraktivem Programm

Nach der langen Zwangspause trifft sich die Schneesportschule Ende Oktober um die Planungen der neuen Saison abzuschließen und euch ein gewohnt breites und attraktives Programm bieten zu können.

Tagesausfahrt für Tourengänger

15. Januar 2022

Ein lohnender Gipfel? Eine Abfahrt zum Genießen? Angeleitet von den Guides der Schneesportschule?

Dieses Angebot richtet sich an alle Einsteiger die das Tourengehen, egal ob mit Tourenski oder Splitboard, ausprobieren oder die bisher gesammelten Kenntnisse vertiefen wollen.

Hüttenwochenenden

28. bis 30. Januar und 18. bis 20. Februar 2022

Lust auf ein Wochenende im herrlichen Bergpanorama des Montafons?

Unser Angebot für alle, die entspannte Tage, ohne den Stress der Selbstorganisation und in geselliger Runde im Jägerstüble verbringen wollen.

Neu in dieser Saison: Skibetreuung für Kids. Jeweils von 9–11 und 13–15 Uhr werden mit ausgebildeten Übungsleitern der Schneesportschule die Pisten des Schafbergs erkundet.

Faschingsfreizeit in Gargellen

26. Februar bis 6. März 2022

Alle schneesportbegeisterten Jungs und Mädels im Alter von 10–16 Jahren sind herzlich eingeladen mit dem Freizeitteam unter der Leitung von Vereinsvorstand Thorsten Beck eine Woche Ski- und Snowboard zu fahren, sowie Action, Fun und nette Leute zu erleben.

Familien-Tagesausfahrt – Fun und Action für die ganze Familie?

12. März 2022

Unsere Familien-Tagesausfahrt nach Grasgehren bietet genau das: Skibetreuung für die Kids, Schneeschuhwanderung und alles ohne Stress mit Anreise im TV-eigenen Reisebus.

Tourenwochenende Gargellen

1. bis 3. April 2022

Spitzkehren und davon viele? Abfahrten und Naturgenuss in den Bergen des Montafons?

Dann ist unser Tourenwochenende genau das Richtige: Fortgeschrittene und Könnern werden von unseren Guides zu den schönsten Zielen rund ums Jägerstüble geführt.

16+ Ausfahrt in Gargellen

8. bis 10. April 2022

Du machst gerne die Berge rund ums Jägerstüble unsicher? Party und Spaß dürfen dabei nicht zu kurz kommen?

In dem Fall gibt es keinen Grund mehr, dass du dich nicht anmeldest und ein entspanntes Wochenende im Jägerstüble mit Gleichgesinnten verbringst.



Materialverleih

Die Schneesportschule hat hochwertige Ausrüstungsgegenstände wie LVS-Geräte, Schneeschuhe und Splitboards im Bestand. Diese können gegen Gebühr für unsere Ausfahrten und für Mitglieder des TV Stammheim auch für private Aktivitäten ausgeliehen werden.

Weitere Informationen rund um die Schneesportschule, die Termine und Ausschreibungen sowie die Bedingungen für den Verleih findet ihr rechts oder auf der TV-Homepage unter: www.tv-stammheim.de/Sportarten/Schneesport.

Sebastian Wünsch



Winterprogramm*

2021/2022



**Schneesport
Stammheim**

2021

10.-12. Dezember **ABGESAGT** ... der Schneesportschule
Jägerstüble Gargellen

2022

- | | |
|---------------------|--|
| 15. Januar | Tagesskitour Eingehtour im Allgäu |
| 28.-30. Januar | Hüttenwochenende Jägerstüble Gargellen |
| 18.-20. Februar | Hüttenwochenende Jägerstüble Gargellen |
| 26. Februar-5. März | Faschingsfreizeit Jägerstüble Gargellen |
| 12. März | Familien-Tagesausfahrt Grasgehren mit Schneeschuhwanderung |
| 1. -3. April | Tourenwochenende Jägerstüble Gargellen |
| 8.-10. April | 16+ Ausfahrt Jägerstüble Gargellen |

**Aktuelle Informationen hier:
oder www.tv-stammheim.de**



* Die Umstände und Richtlinien rund um COVID-19 unterliegen einer ständigen und dauerhaften Dynamik. Entsprechend können Angebote den aktuellen Entwicklungen und Richtlinien (3G/2G/1G-Regel) der maßgebenden Behörden angepasst oder ersatzlos abgesagt werden. Insbesondere werden keine Ausfahrten in Risikogebieten durchgeführt!



VINSCHGAUER APFELBLÜTENTOUR

Was haben Südtirol und das Ländle gemeinsam? Richtig! Überall blühen Apfelbäume, sofern es das Wetter zulässt.

Der RSV Unterweissach hatte diese einwöchige Etappenfahrt geplant. Doch wegen Corona waren die Südtiroler Unterkünfte absolut gesperrt, die Region praktisch unerreichbar. Der Organisator Harald Knoblich dachte sich jedoch: Radfahren geht auch zu Hause, die Schwäbisch-Fränkischen Wälder sind auch schön und die Höhenmeter kriegen wir auch hier zusammen. Und als Frühjahrstraining, speziell für die Teilnehmer der später geplanten Pyrenäentour, fast unverzichtbar.

In diesen Zeiten ist Fantasie gefragt.

So setzte er sich mit dem Radsportverband in Verbindung und erhielt das O.K. - Kurzerhand wurde Südtirol nach Schwaben verlegt, die Tourenwoche in „Schwäbisch-Fränkisches-Land-Touren“ umbenannt und er wählte aus seinem riesigen Repertoire an Touren die schönsten mit entsprechenden Längen aus. Coronamaßnahmen? – Jeder fährt einzeln oder zu zweit nach gpx-Tracks mit Navi, kein gemeinsamer Start und wenn man sich unterwegs trifft, den Pflichtabstand einhalten. Für die Punktwertung musste nicht alles durchgefahren wer-

den wie bei der Etappenfahrtregelung – jeder der Tage durfte einzeln gewertet werden.

Der Einzelstart wurde dann doch nicht eingehalten, die Einzeltageswertung gerne angenommen: Bei DEM Wetter hatten die Apfelbäume gewiss keine Lust zur Blüte und viele Radler auch keine Lust... Nur bis zu acht wetterfeste, winterverpackte Radler trafen sich morgens in Cottenweiler, achteten während der Touren auf den Corona-Mindestabstand und scheuten die täglich notwendige Materialpflege nach den Touren nicht.

Aprilwetter, wie man es sich vorstellt

Ja, immer wieder gab es Sonne, doch der April zeigte sich auch von seiner schaurigsten Seite. Die Höchsttemperaturen verließen den einstelligen Bereich nicht und täglich bewarf uns der Himmel zeitweise mit härteren Gegenständen oder ließ Schneeflocken fallen. Als - ausgerechnet auf der langen 150 km-Tour – im Kochertal Schnee und Regen waagrecht entgegenkamen, mussten wir in Sindringen bei einer Hütte Schutz suchen.

Doch als wir danach direkt an einem Bahnhof vorbeikamen, nahm keiner den Zug – wegen der Corona-Unlust auf dieses Verkehrsmittel oder doch eher wegen der Ehre, auch diese

Tour aus eigener Kraft zu Ende zu bringen?

Basis für die Radsaison 2021 gelegt

Doch das Positive überwog, so dass wir zwei TV'ler die ganze Woche dabei waren! Nur zwei Touren waren kürzer als 100 km. Dachten wir, wir würden die Schwäbisch-Fränkischen Wälder einigermaßen kennen, belehrte uns Harald eines Besseren: Welch einsame, male- rische Tälchen hatte er aus- gesucht: Längs murmelnder Bächlein zwischen reichlichst blühender Frühjahrsflora zu Aussichtspunkten hinauf, lan- ge (kalte!) Abfahrten auf ein- samsten Sträßchen.

Wir hätten uns zuvor kaum getraut, diese zu nehmen in der Annahme, sie würden ir- gendwie im Schotter im Wald oder der Pampa enden. Und hin und wieder in der Ein- samkeit kamen wir bei Bäcke- reien vorbei, die ihren Umsatz durch uns hungrige Radler steigerten – Kälte fordert ver- stärkten Kaloriennachschub. Doch warm wurde uns auch: Bei langen, meist gemäßigten Anstiegen oder auf kürzeren, steilsten Rampen wie z.B. die zur Ebersburg hinauf. Trai- ningsmäßig war die Grundlage für die RTF-Saison gelegt.

Sigi Albrecht



FINALE RTF-WERTUNG 2020



Der Radsportverband wertete auch in diesem – mit überraschendem Ergebnis.

Wind und Regen, aber ein versöhnlicher Abschluss

Im Oktober 2020 konnten wir zum letzten Mal eine Tour anbieten: die geführte Permanente RTF „Über den Stromberg“. Nur acht Radler schreckte der Wetterbericht nicht. Zum Dank blieben wir unerwartet lange trocken. Im Zabertal hieß es: Lenker gut festhalten. Wir mussten dem starken, böigen Wind trotzen. Nie war dieser Streckenabschnitt so „steil“. Nach dem Umkehrpunkt in Sulzfeld mussten wir unter der Regengfront durch und wurden von Kürnbach bis Unterriexingen geduscht. Und zum Hohn und Trost brach auf den letzten sieben km die Sonne durch und Stammheim erwartete uns nach 105 km mit strahlend-blauem Himmel!

Letzte Möglichkeit, RTF-Punkte zu sammeln

Stets Mitte Oktober - als Abschluss der RTF-Wertungssaison - findet in Kirrlach eine C(ountry)-T(ouren)-F(ahrt) statt: 2020, direkt vor dem großen Lockdown, auf verkürzter Strecke, mit Abstand und nur im Freien (ohne Aufwärmen im dortigen Vereinsheim). Viele Stuttgarter durften noch starten, kurz nachdem unsere Stadt zum Corona-Hotspot erklärt wurde.



Diesmal ohne Regen, aber trotzdem nass

Gedanken auf der Hinfahrt: Wir sind doch bekloppt, dahin zu fahren – Regen und 5°C. Zumindest hatten wir die Winterklamotten aus dem Schrank geholt... Doch der Wetterbericht hielt sein Versprechen: Pünktlich bei Ankunft hörte der Regen auf. Danach blieben die Wolken oben und zum Schluss schaute sogar die Sonne nach, was wir da so treiben. Auf dem Parkplatz viele fremde Autokennzeichen: Radler aus ganz Deutschland auf der Suche nach letzten Wertungspunktchen.

So ging es wieder gemeinsam mit Abstand auf Splitt sowie matschigen Wald- und Wiesenwegen und erholsamen Asphaltabschnitten über die Höhen und durch die Täler des Kraichgaus. Schon nach kurzer Strecke waren unsere Mountainbikes und Crossräder einheitlich braun und wir

feucht von unten. An der einzigen Verpflegungsstelle gab es Bananen und verpackte Riegel ... und ein spezielles, als Rachen-Desinfektionsmittel deklariertes Getränk – hausgebrannten Birnenschnaps! Wir sahen jedoch keinen Radler, der sich damit desinfizierte. Nur rasch weiterfahren, um Auskühlung zu verhindern.

Trotz allem ein Stück Normalität

Mehr Zuspruch fanden am Ziel die Rad-Waschanlage und danach Kaffee und Kuchen, die einzeln verpackt durchs Vereinsheimfenster gereicht wurden. Saisonabschluss ohne eine (zumindest Mini-) Hocketse geht einfach nicht. Wir genossen gemeinsam die wärmenden Sonnenstrahlen. Das Wetterfenster hatte gehalten und uns einen schönen Saisonabschlussbeschert - kurz vor Stammheim hörten wir im Radio von Aquaplaning auf der Autobahn, die gerade hinter uns lag...

So fuhren auch wir unsere letzten Punktchen ein – so wenige hatten wir noch nie auf der Wertungskarte. Wir wussten, dass einige Württembergische RTF'ler weite Wege quer durch Deutschland gefahren waren, um alle möglichen Punkte einzusammeln. So erwarteten wir nicht viel – die Wertung dieses Jahres konnte man sowieso vergessen...

Doch der Radsportverband wertete! Und kurz vor Weihnachten die Überraschung: Es kam ein Päckchen vom Württembergischen Radsportverband, darin zwei Fahrradschlösser (Jahresprämie für alle Wertungsfahrer) sowie ein Universalwerkzeug und eine Luftpumpe nebst zwei Urkunden: eine für Martin (2. Platz) und eine für Sigi (1. Platz)! Und die Mannschaft vom TV Stammheim befand sich – wie üblich – nach Tübingen und dem RTC Stuttgart auf Platz 3.

Sigi Albrecht



AUF DEN SPUREN DER **TOUR DE FRANCE** IN DEN PYRENÄEN

Pyrenäen – da wollten wir immer mal hin! So kam das Angebot des RSV Unterweissach gerade Recht - eine Etappenfahrt Ende August/Anfang September mit Rundum-Service:

Haus in Bartrès, 3 km vor Lourdes, mit Pyrenäenblick gemietet, Verpflegungsteam inklusive gigantischer Frühstücksbuffets und abendlicher Mehrgänge-Menüs sowie ausgearbeitete Radtouren über zahlreiche große, mythische Pässe, wie z.B. Col du Tourmalet, Aspin, Peyresourde, Pourtalet, Soulor..., aber auch zahlreiche kleinere, weniger bekannte wie den Col Bourdet, Portet d'Aspet, Col de la Core,

Catchandengue... über die sich die Radprofis alljährlich jagen und/oder quälen. Nur mit dem Auto hin und dort Rad fahren mussten wir selber noch. Und es hat sich gelohnt!

Innerhalb von zwölf Tagen gab es nur einen Ruhetag, an dem wir uns das Treiben in Lourdes anschauten. Diese kleine Stadt soll nach Paris die mit den zweitmeisten Touristen in Frankreich sein. Viel los war jedoch nicht am Vormittag – lag es an Corona und/oder weil die Ferien schon zu Ende waren? Nachmittags und besonders abends sind Veranstaltungen und Messen. Sogar

bis auf die Terrasse unseres Quartiers hinauf hörten wir dann die Gesänge.

Reichlich Kilometer und Höhenmeter

An allen anderen Tagen wurde Rad gefahren, bis zu 160 km betrug die Tagesleistung. Oft sind die Pyrenäenpässe auf den ersten Blick nicht sehr hoch. Doch da der Anstieg schon bei 400 m Höhe beginnt, kommen beträchtliche Höhendifferenzen zusammen. Und lange: Das Fahrradnavi meldete des Öfteren Anstiegs-längen von bis zu 29 km! Schon in geringeren Höhen

kommt Hochgebirgs-Feeling auf, denn die Waldgrenze liegt bereits bei 1400 bis 1500 m Höhe. Oben hörten wir hin und wieder auch Murmeltiere. Früher waren die Pyrenäen eigenartigerweise von Natur aus murmeltierfrei. Dann wurden einige Exemplare aus den Alpen entführt und auch in diesem Gebirge heimisch.

Abwechslungsreiche Bedingungen

Vielseitig ist die Landschaft: Von breiten, recht flachen Haupttälern durch wilde, enge Schluchten, in deren Tiefe das Wasser tost und viele Wasserfälle zu bewundern sind, bis hin zu weitläufigen Almen, zu den Felsenbergen und vereinzelt Gletscherblicken. Es gibt viele alte, kleine, einsame Dörfer und alte Städtchen. So taucht z.B. in einem wilden ganz einsamen Schluchttal plötzlich Cauterets auf, das mit vielen alten Hotelpalästen überrascht: Es war der Kurort der Aristokratie – das französische Pendant zum österreichischen Bad Ischl. Früher gab es hierhin eine Kleinbahn, heute ist die Trasse ein Radweg, allerdings für Mountainbikes.

Die Straßen sind allgemein in sehr gutem Zustand, verkehrsarm und oft breit, aber teilweise auch sehr schmal und kurvig zwischen Wand und Abgrund geklebt, ohne Leitplanke/Absicherung. Wehe dem, der bei der Abfahrt dem Geschwindigkeitsrausch verfällt und die nächste Kurve nicht mehr packt... Sogar Jan Ullrich war das einmal passiert. Zum Glück fing ihn ein



Gebüsch auf. Auch diese Stelle haben wir – unfallfrei – besichtigt.

Es gibt sehr gute Radwege, die zum Teil auf alten Bahntrassen verlaufen. Auf der einzigen Flachtour mit nur 600 Höhenmetern auf 160 km bis zum Atlantik nach Biarritz gerieten wir längs der Gave du Pau jedoch einmal plötzlich auf einen schmalen Singletrail, der scheinbar nur mit der Machete durch die dichte Botanik geschlagen war – die aus dem Gebirge herauswütenden Hochwasser hatten ein Stück des Wegs geklaut.

Fiese „Vorhügel“ in den Pyrenäen

In den etwas niedrigeren Pyrenäen-Regionen gibt es weniger Panoramablicke, dafür so gut wie gar keinen Verkehr. Auch hier gibt es unzählige Pässe mit kleinen Sträßchen, die dafür umso fieser sind - wie z.B. den Portet d'Aspet mit längeren Abschnitten zwischen 13 und 19 % Steigung. Hier verlor der Radprofi Fabio Ca-

sartelli auf einer Abfahrt sein Leben, woran ein Denkmal erinnert. Überall in den Pyrenäen gibt es Hinweise auf die Tour de France und diverse Denkmäler weisen auf die Helden dieser Sportveranstaltung und ihre Geschichten hin. Und noch steiler und einsamer sind die Rampen in den Vorhügeln! Doch dank Gebirgsübersetzung am Rad und gutem vorherigen Training schafften wir diese (nur 2 x kurz geschoben...). Ging es – wie meist - über Lourdes zurück zum Quartier, mussten die müden Beine zum Abschluss noch das 3 km lange und bis 16% steile „Verreckerle“ hinaufdrücken.

Glück gehabt!

Das ständige Auf und Ab strapazierte nicht nur unsere Beine, sondern auch das Material schien zu leiden. Am viertletzten Tag verweigerte Sigis Schaltwerk plötzlich die dickeren Gänge für die flacheren Abschnitte. Nun war über viele Kilometer eine extreme Trittfrequenz angesagt. Zeitweise half ein netter Mitradler



durch Schiebe-Unterstützung. Glück gehabt: Welcher Geist hatte Sigi eingeflüstert, ihr Zweit-Rennrad auch gegen Martins Willen vorsorglich ins Auto zu schmuggeln? (Er bemerkte dies dann tatsächlich erst tief in Frankreich...). So musste Sigi nicht auf die weiteren Touren verzichten. So kam auch der Oldtimer zu der Ehre, die legendären Pyrenäen unter die Räder zu bekommen, und Martin bruddelte nicht mehr über unnützes Zusatzgepäck...!

Achtung: „Zone Pastorale“

Das Schild mit dieser Warnung sollte ernst genommen werden, besonders bei Abfahrten – „Weidezone“. Während in den Alpen die Tiere fast immer neben den Straßen stehen, ist es hier anders. Ziegen, Schafe, Rinder und sogar massige (teilweise zutrauliche) Wildpferde kümmern sich nicht um den geringen Verkehr; sie liegen, stehen, laufen oder springen einfach auf die Straße. Und es bleibt nicht viel Platz zum Ausweichen, wenn diese schmal und unübersichtlich und

zum Abgrund hin oft ungesichert ist. Kommt jemand einer Herde zu nahe, könnte sich auch ein wachsamer Patou für ihn interessieren.

Wer kennt den Patou?

Der pyrenäentypische Herdenschutzhund! Weiß wie ein Schaf, groß wie ein Schaf, Fell wie ein Schaf und sehr gewissenhaft sowie mutig beim Schutz seiner Herde – schließlich gilt es hier Wölfe und Bären fernzuhalten. Normalerweise wissen sie sich zu benehmen – normalerweise!

Am Col d'Aubisque entkam Martin einem übereifrigen Exemplar nur durch heftigsten Druck auf die Pedale. Wenn nicht diesen Radler... dachte sich wohl der Hund. Kurz darauf folgte unser Mitradler Franz und hatte Pech: Ohne Vorwarnung haute das Tier ihm seine großen Zähne tief in den Oberschenkel. Gut, dass wir auch einen radelnden Arzt dabei hatten!

Fortan hatten wir noch mehr Respekt vor den Patous. Doch

wir merkten auch bald, wie wir diesen Respekt einflößen konnten: Kommt einer auf dich zu, brülle ihn so laut an, dass man es kilometerweit hört. Der Hund bleibt stehen, schaut erstaunt und zieht es dann vor, dich nur zu beobachten.

Fazit:

Zwei grandiose, kurzweilige Wochen in einer tollen (komplett geimpften) Gemeinschaft mit vielen Erlebnissen in vielseitiger Landschaft. Am Ende waren 1200 km und 18.000 Höhenmeter absolviert. Hatten wir bei der Anreise noch ein etwas mulmiges Gefühl, dieser täglichen sportlichen Belastung standzuhalten, konnten wir nun stolz darauf sein. Und als Dreingabe wuchs auch noch das Punktekonto auf der RTF-Wertungskarte stark an.

Ein großer Dank gebührt Harald Knoblich vom RSV Unterweissach für die tolle Organisation sowie seiner Familie, die herrlich für die Ernährung sorgte.

Sigi Albrecht

OLD MUM IM SAGARMATHA-NATIONALPARK

„Sagarmatha“ ist der nepalesische (und eigentliche) Name des Mt. Everest und bedeutet „Stirn des Himmels“. Zumindest in den Zeiten vor Corona wurde der dazugehörige Nationalpark jährlich von tausenden von Trekkern und Bergsteigern besucht.

Diskussion erfolglos

Die Verhandlungen waren vergeblich. Rakesh, ein Brahmane aus dem Terai (nepalesisches Tiefland) und Sirdar (Leiter) der Trekkinggruppe, blieb unnachgiebig: „Zuerst wird am Morgen der Gipfel bestiegen, dann gibt es Frühstück!“ Der Gipfel – das war der Kala Patthar, lumpige 5550 m hoch, von dem aus der Blick auf den Everest bei Sonnenaufgang besonders eindrucksvoll ist.

Wie sagt man doch? Genau! Mit „gedämpftem Optimismus“ legte sich old mum in den Schlafsack. Ob sie den Anstieg schaffen würde von Gorak Shep (ca. 5000 m) aus, wo sich die letzten Lodges vor dem Everest Base Camp befinden? Andererseits lagen viele Wochen Konditions- und Akklimatisations-training hinter ihr

30 Minuten Flug oder eine Woche Fußmarsch?

„Die 10 gefährlichsten Flugplätze der Welt“. Wer diese Sendung schon einmal gesehen hat, weiß, dass der nepalesische Tenzing Hillary Airport

in Lukla (2840m) immer ganz vorne mit dabei ist. Aber jeder, der ins Everestgebiet will, muss unweigerlich von Kathmandu aus dorthin fliegen: 530 m Start- bzw. Landebahn, 12% Hangneigung, am einen Ende eine hohe Felswand, am anderen 600 Höhenmeter Abgrund. Und natürlich wird auf Sicht geflogen, was zu ständigen Verspätungen und Ausfällen führt.

Wer aber über viel Zeit verfügt, kann den Flug vermeiden und vom Ende der letzten Straße in acht Tagen nach Lukla laufen. Old mum – frisch pensioniert – gönnte sich im Oktober 2018 diesen Luxus und reiste eine Woche vor den übrigen Teilnehmern der Trekkinggruppe allein nach Nepal, wo sie von drei zauberhaften Jungs empfangen wurde:

Die drei Buben

Dawa Sherpa fuhr sie außergewöhnlich zartfühlend zehn Stunden lang über die Schlaglochpisten nach Jiri Bazar (1850m), wo die in Nepal übliche Fußgängerzone unwiderruflich beginnt. Old mums Guide war Mingma Sherpa, aus dessen Mund sehr überraschend ein unverfälschtes Tirolerisch kam, da er im Sommer auf der österreichischen Sulzenauhütte gearbeitet und bei der Gelegenheit old mum schon einmal getroffen hatte.

Für sie aber der spannendste Begleiter war ihr Träger Furi Sherpa, ein buddhistischer Mönch, der mit sechs Jahren von seinen Eltern ins Kloster des Dalai Lama nach Dharamsala (Indien) gegeben worden und nun zurückgekehrt war, um nach dem Tod des Vaters mit harter körperlicher Arbeit die Familie zu unterstützen. Obwohl er nur wenig Englisch konnte, hatte old mum doch viele interessante Gespräche mit ihm und jeden Morgen wurde eine Puja (religiöse Zeremonie) mit brennenden Wachholderzweigen veranstaltet, auf dass die Götter gnädig seien.

Mit dem Segen der Götter

Und sie waren es! Acht Tage lang wanderte old mum die Vorberge des Himalaya (immerhin auch 3500 m hoch) hinauf und hinunter, immer in ihrem eigenen Tempo und die Abwesenheit anderer Touristen genießend. Auch die Einsamkeit erwies sich als gut auszuhalten, zumal das liebevolle Interesse der Menschen an der doch eher alten, aber noch ganz rüstigen allein reisenden Europäerin viele nette Gespräche zur Folge hatte.

Dergestalt tiefenentspannt traf old mum in Lukla auf ihre mit dem Flugzeug angereiste Trekkinggruppe, mit der sie nun den Weg ins Everest

Basecamp Süd unter die Füße nahm. Das Gepäck wurde diesmal von Dzopkyos (Kreuzung aus Yak und Rind) getragen, deren Hüter ein Junge war, der eigentlich in die Schule gehört hätte. Old mum versuchte einen kleinen Ausgleich und übte mit ihm deutsche Nomen in Singular und Plural mit schönen Ergebnissen: Es heißt also „der Hund“ und – wie der kleine Sherpa messerscharf kombinierte – „die HünDer“, wenn es mehrere sind.

Verlassenes Everest Base Camp

Die Landschaft war atemberaubend, zumal sich das Wetter ausschließlich von seiner besten Seite zeigte. Und so bewunderten tausende von Trek kern die Giganten des Himalaya wie die Ama Dablam (6814 m), die Südwand des Lhotse (8516m) und den Nuptse (7861m), der dem benachbarten Everest (8849m) absolut die Schau stiehlt. Durch die legendären Dörfer des Solo Khumbu ging es wirklich manchmal nur noch im Gänsemarsch, aber wer selbst an so herrlichen Orten ist, kann es ja anderen nicht verübeln, wenn sie auch da sind.

Nach einer Woche war das um diese Jahreszeit (im Hinblick auf Expeditionen) vollkommen verwaiste Everest Base Camp (5364m) erreicht, wo old mum mit zwiespältigen Gefühlen etwas verloren herumstand. Einerseits konnte sie sich der Magie dieses Ortes der Triumphe und Tragödien nicht entziehen, andererseits aber erforderte schon das Auf- und Absetzen des Rucksacks



so viel Energie und Atemluft, dass es doch eher wenig verlockend erschien, zwischen den ungastlichen Moränenhaufen des Khumbugletschers wochenlang auf eine Gipfelchance warten zu müssen. Immerhin wuchs bei allen Teilnehmern des Trekkings der Respekt vor den Everestaspiranten....

Aussichtsgipfel doch erreicht

Und nun also der Kala Patthar mit leerem Magen! Noch in der Dunkelheit startend, hinkte old mum zuerst hinter der restlichen Gruppe her, holte dann aber zunehmend auf, gedopt durch einige Power-Gels, die sie aus Deutschland mitgebracht und bis jetzt aufgespart hatte. Letztlich erreichte sie dann doch ganz locker den Gipfel, genau beim rot glühenden Sonnenaufgang am höchsten Berg der Welt.

Der Rückweg entpuppte sich nicht immer nur als Abstieg, aber nach nochmals anstrengenden vier Etappen war Lukla erreicht, wo die Abschlussparty stattfand. Old mum - selig, die neunzehn Tage am Stück durchgehalten zu haben, - tanzte die ganze Nacht wie der Lump' am Stecken.



Old mums Sünden

Wie üblich passten bei der Rückreise die Flügel nicht wirklich zusammen und so strandete old mum in finsterner Dunkelheit am Bahnhof in Heidelberg, hoffend auf einen letzten Zug nach Stuttgart. Da kamen zwei junge Männer in Trekkingklamotten auf sie zu: „Du bist doch die Frau, die in Lukla so wild gefeiert hat?“ Reisen bildet bekanntlich und so lernen wir, dass Sünden niemals unentdeckt bleiben, selbst wenn sie am Ende der Welt begangen werden.

Gabi Reißner



TV Stammheim

TV Stammheim • Solitudeallee 162 • 70439 Stuttgart

TV Stammheim – Wo Sport am schönsten ist



Geschäftsstelle
„Alte Turnhalle“

Solitudeallee 162
70439 Stuttgart

Telefon 0711 80 45 89
Fax 0711 80 70 399

www.tv-stammheim.de
info@tv-stammheim.de

Freiwilliges soziales Jahr im TV Stammheim

Der TV Stammheim 1895 e.V. schreibt auch für das kommende Jahr **zwei Stellen** für ein **Freiwilliges soziales Jahr (m/w)** aus.

Für die Tätigkeit vom 01.09.2022 bis zum 31.08.2023 werden zwei Stellen mit dem Umfang von jeweils 38,5 Stunden pro Woche ausgeschrieben.

Wir suchen junge sportbegeisterte Menschen, die

- sich ein Jahr lang intensiv mit dem Thema Sport beschäftigen möchten
- einen Einblick in die tägliche Arbeit eines modernen Sportvereins bekommen möchten
- an der Arbeit mit Kindern Freude haben und im Optimalfall bereits Erfahrungen im Kindersport oder in der Betreuung von Kindern mitbringen
- zuverlässig und motiviert ihre Arbeitskraft sowohl im Team als auch bei selbstständigen Tätigkeiten einbringen möchten

Wir bieten

- einen intensiven Einblick in das Berufsfeld Sport
- wertvolle Erfahrungen in Theorie und Praxis und somit einen großen Wissensvorsprung in Deiner Ausbildung oder Deinem Studium im Bereich Sport
- eine einmalige Möglichkeit zur Entwicklung von sozialen, persönlichen und sportfachlichen Kompetenzen
- einen aussagekräftigen Abschnitt einer sozialen Tätigkeit in Deinem Lebenslauf
- eine monatliche Vergütung von 300€
- die Möglichkeit eine Trainer/Übungsleiter C-Lizenz zu erlangen

Wir haben Dein Interesse geweckt?

Deine Bewerbung (Motivationsschreiben, Lebenslauf, Zeugnis) nehmen wir gerne per Mail (Anhänge als pdf) entgegen.

**Bewerbungen werden von November 2021 bis Mai 2022 entgegengenommen.
Frühe Bewerbungen erhöhen die Chance auf eine Stelle.**

Bewerbungen und Fragen an:

Alwin Oberkersch (Geschäftsführer TV Stammheim)

Telefon: 0177-5769412

Mail: info@tv-stammheim.de

Eingetragener Verein
Amtsregister Stuttgart
Urkundenrolle VR 409
1. Vorsitzender Martin Reißner

TV Stammheim Geschäftsstelle "Alte Turnhalle"
Solitudeallee 162 70439 Stuttgart
Telefon: 0711 804589 Fax: 0711 80 70 399
www.tv-stammheim.de info@tv-stammheim.de

Konto 57 927 006
BLZ 600 903 00
Stammheimer Volksbank
IBAN: DE39 60090300 0057927006
BIC: GENODES1ZUF