

# MUSKELkater

Ausgabe 24 · Juli 2006

## CHEERLEADING

Deutschland bewegt sich

## BEVÖLKERUNGS- ENTWICKLUNG

Wie reagieren die Vereine

## INDOOR-SOCCER

Der neue Kick in Fellbach

## HOCHGEFÜHLE

Der Hochseilgarten  
startet durch

Die Zeitung des

**TSY**  
Schmiden

Editorial

## Liebe Leserinnen und Leser

Sie haben den Muskelkater heute druckfrisch in der Hand. Wenn Sie richtig intensiv darin herumblättern, bekommen sie schmutzige Hände von der Druckerschwärze. Wahnsinnig authentisch, nicht wahr? Jetzt verate ich Ihnen was: das Ding hier hat seit fast einer Woche kein Redakteur mehr in den Fingern gehabt. Ist seit letzten Freitag komplett fertig, können Sie mir ruhig glauben.

Nur die Farbe ist frisch, der Rest ist einige Tage alt. Sorry, eine bittere Erkenntnis, ich weiß. Aber aus organisatorischen Gründen geht's nicht anders. Machen wir das Beste daraus: ein kleines Spiel. Und Sie sind die Jury.

Es ist jetzt Freitag, 8 Uhr morgens (noch zwei Stunden bis Redaktionsschluss), heute Abend spielt Deutschland gegen Argentinien. Und was kommt dann? Deutschland gewinnt 3:1, trifft im Halbfinale auf die Italiener (nach deren 1:0 gegen die Ukraine) und zittert sich im Elfmeterschießen ins Finale am Sonntag.

Puhhh! Na, wie war ich? Okay, es war immerhin einen Versuch wert. Die nächste Fußball-Weltmeisterschaft kommt bestimmt. Vielleicht nach Fellbach. Seit neuestem gibt's nämlich eine, Achtung (!), Indoor-Soccer-Anlage im Activity. Wenn ich das richtig verstehe, hat das wenig mit Hallenfußball zu tun – es ist eher so eine Mischung aus Beach-Volleyball (coole Atmosphäre), Squash (rundherum abgeschlossenes Spielfeld) und Schach (Grätschen verboten!), die mit einem Fußball gespielt wird. Wahnsinnig, was es heute



Die Trendsportart seit Wochen: Extrem-WM-Watching. Foto: rob

für Sachen gibt. Man muss einfach eine Sportart von drinnen nach draußen oder von draußen nach drinnen verlegen, einen coolen Namen erfinden – und fertig ist der Trend. Das kann der Muskelkater auch, bitteschön:

1.) Green-Gymnastics: die Outdoorvariante der Rhythmischen Sportgymnastik: hübsche Mädels und knackige Jungs in Badeklamotten rollen auf dem Fußballspielfeld herum und jonglieren mit aufblasbaren Badebällen und Hula-Hoop-Reifen.

2.) Paulaner-Swimming, vor allem für Vereine ohne eigenes Bad geeignet: die Sportler liegen bäuchlings auf Bierbänken und versuchen im Freistil möglichst viele Armkreisel pro Minuten („ApM“) zu schaffen.

3.) Indoor-Beach-Volleyball, zurück in die Sporthalle: auf den Maßen eines regulären Volleyballfeldes wird genau 25 cm

hoch Sand aufgeschüttet. Ansonsten gelten die Regeln des Hallen-Volleyballs – also auch nix mit Bikini und Musik und so. Schluss mit lustig. Indoor-Beach-Volleyball gilt als Versuch, der Trendsportart eine neue Ernsthaftigkeit und politische Akzeptanz zu verpassen.

4.) Turn-won-do, Symbiose von östlicher Weisheit und westlicher Athletik: die Turn-won-do-Kämpfer treten auf Schwebelbalken gegeneinander an (eine leicht ironische Anspielung an das Sumo-Ringen). Der Formellauf findet auf den Barrenholmen statt.

5.) Indoor-Marathon, gaaanz groß im Kommen: wegen der steigenden Feinstaubbelastung finden immer mehr Marathonläufe in Sporthallen statt. Damit das für Sportler und Publikum nicht zu öde wird, laufen nebenbei aktuelle Kinohits auf Großleinwänden.

Noch weitere Ideen? Einfach an [info@tsv-schmid.de](mailto:info@tsv-schmid.de), Stichwort: Muskelkater-Trendsportarten, schicken. Für Inspiration sorgt diese Muskelkater-Ausgabe (druckfrisch!), mit einem Schwerpunkt zum Thema Bevölkerungsentwicklung (Seiten 3 bis 5), Storys über die Eröffnung des Hochseilgartens (Seite 11) und über den Radchampion Leif Lampater (Seite 15). Apropos Trends: wann wird denn endlich der Hochseil-Biergarten eröffnet? Der Muskelkater ist schon ungeduldig – und setzt natürlich darauf, dass ihn Arcangelo Porro vom „Stadio“ schmeißen wird.

Guter Hoffnung, Ihr Muskelkater (deutscher Meister im Trendsport Pizza-Triathlon, sponsored by Stadionrestaurant).

### Impressum Muskelkater

Die Zeitung Muskelkater ist eine Sonderbeilage des TSV Schmid. Ausgabe Juli 2006.

Geschäftsstelle des TSV Schmid, Fellbacher Straße 47, 70736 Fellbach. Telefon 07 11/ 95 19 39-0 Fax 95 19 39-25. E-Mail: [info@tsv-schmid.de](mailto:info@tsv-schmid.de)

**Verantwortlich:** Rolf Budelmann, TSV-Geschäftsführer.

**Redaktionelle Betreuung:** Rainer Rückle, Marion Steinle.

**Produktion:** Eva Schäfer, Roland Böckeler.

**Mitarbeit:** Ilona Baur, Jens Gieseler, Petra Hofmann-Link, Jacqueline Jüngling, Christel Lampater, Stefan Lang, Kirsten Ochwat, Roland Schön.

**Fotos:** Sigerist, Archiv FZ, Privat.

**Anzeigen:** Giuseppe Montalbano, Rainer und Hans Rückle, Roland Vetter.

**Druck:** Pressehaus Druck GmbH Auflage: 40 000



Um die Story über den Radstar Leif Lampater zu lesen, strampeln Sie sich bitte bis zur Seite 15 durch. Foto: Patricia Sigerist

Die Bevölkerungsentwicklung führt zu spezifischen Herausforderungen

## Deutsche – weniger, älter, internationaler, weiblicher, dicker

Die Sportvereine und -verbände beschäftigen sich seit einigen Jahren mit der demografischen Entwicklung in Deutschland. Doch oft beachten sie nur einen Aspekt: es wird mehr Senioren geben.

Das greift zu kurz, findet Christian Wopp. „Die Deutschen werden weniger, älter, internationaler, weiblicher und dicker“, sagt er pointiert. Der Sportwissenschaftler von der Universität Osnabrück sieht die Sportorganisationen insgesamt gut positioniert, aber die künftigen Bevölkerungsentwicklungen und -veränderungen würden „nicht gemächlich“. Allerdings seien sie auch kein Drama, wenn sich die Vereine darauf einstellen.

Wenn die Zuwanderung beim gegenwärtigen Stand bleibt (120 000 pro Jahr), dann werden 2050 in der Bundesrepublik lediglich noch rund 70 statt der gegenwärtigen 83 Millionen Menschen leben. Statt 41 Millionen Einwohnern würden nur noch 35 Millionen sportlich aktiv sein. Weil der Markt aktiver Sportler kleiner wird, prophezeit Wopp den Vereinen einen härteren Wettbewerb und sagt eine Zunahme des individualisierten Sporttreibens und des Mannschaftssports in kleineren Gemeinschaften voraus.

Es werde künftig immer schwieriger werden, Mannschaften mit elf Fußballern, sieben Handballern oder sechs Volleyballern zusammen zu bekommen. In ländlichen Regionen sind Spielgemeinschaften längst üblich; zusätzlich haben sich Sportformen entwickelt, die mit deutlich weniger Spielern aus-

kommen, wie Beachvolleyball oder Streetball.

Die Bevölkerungsentwicklung wird regional sehr unterschiedlich verlaufen. Ballungszentren wie Berlin, Frankfurt, Hamburg, Köln, München oder Stuttgart werden noch mehr Menschen anziehen – vor allem jüngere Regionen wie Ostdeutschland oder die Schwäbische Alb werden Einwohner verlieren. Wopp vermutet, dass sich der Leistungssport in den urbanen Zentren konzentrieren wird. In den Städten werden individuelle Sportformen wichtig, wie die gegenwärtigen Trendsportarten – Ausdauer und Fitness. Wohnungsnahe Sportaktivitäten werden an Bedeutung gewinnen, wenn sie Gesundheit, Teamsport oder soziale Gemeinschaften beinhalten.

### Wettbewerb um Kinder

Da der Bevölkerungsanteil der Kinder und Jugendlichen, die jünger als 20 Jahre sind, von gegenwärtig 20 Prozent auf 13 Prozent im Jahr 2050 sinken wird, verschärft sich auch der Wettbewerb um die Kinder. Bereits heute kümmern sich die Fachverbände um Programme für immer jüngere Kinder – „Pampersligen“ gibt es in vielen Mannschaftssportarten. Eine besondere Bedeutung kommt künftig der Gesundheit der Kinder zu. 15 bis 20 Prozent der Kinder zeigen Ungeschicklichkeiten im Alltag, 40 bis 60 Prozent haben Haltungsschwächen, motorische Defizite oder Koordinationschwierigkeiten.

Ein Achtel der Erstklässler ist übergewichtig. Der Sportwissenschaftler Wopp berichtet aus der eigenen Praxis, dass gegenüber



Im Focus: Der Kampf um überschüssige Pfunde wird auch in der Zukunft verstärkt eine Rolle spielen. Foto: Archiv

früher wesentlich mehr Sportstudienanfänger einseitig spezialisiert seien und viele Sportarten und Bewegungsformen regelrecht erlernen müssten. Deshalb sieht der Osnabrücker Professor einen wichtigen Ansatz bei der elementaren Früherziehung durch Turnen oder Leichtathletik – dafür müssten Erzieher/-innen und Grundschullehrer/-innen allerdings noch wesentlich

besser sportlich ausgebildet werden.

### Migranten wichtige Rolle

Eine wesentliche Rolle werden künftig Migranten spielen – schon heute hat jedes dritte Kind, das in Deutschland geboren wird, zumindest einen zugewanderten Elternteil. 2050 sollen mehr als die Hälfte aller unter 30-Jährigen nicht deutscher Herkunftssprache sein. Diese

Kinder sind sportlich oft zweifach benachteiligt – Migrantenkinder sind seltener in Sportvereinen als deutsche Kinder und kommen oft aus sozial unteren Schichten, die ebenfalls weniger im Sportverein eine Heimat finden. Gezielte Ansprache dieser Kinder und Jugendlichen ist notwendig, meint Christian Wopp. Sie sind besonders empfänglich für Teamsport, Tanzen (z.B. Breakdance oder HipHop) und Bewegungskünste als Wilderness (z.B. BMX-Rad oder Skateboard).

### Frauen einflussreich

Allerdings wird Deutschland künftig auch weiblicher, allein schon weil die Lebenserwartung der Frauen wesentlich höher liegt als die der Männer, gegenwärtig 80,8 Jahre gegenüber 74,8. Der Einfluss der Frauen wird auch wachsen, weil sie zunehmend höhere Bildungsabschlüsse erreichen und selbstständiger werden. So werden sie im Sport einzelne Themen stärker bestimmen: Gesundheit, Ausdauer, Fitness und Wellness. Die Turnverbände verzeichnen seit etlichen Jahren ein Mitgliederübergewicht der Frauen, der Deutsche Sportbund weist hohe Wachstumszahlen bei den älteren Frauen aus.

Als zukunftsorientierte Themenfelder bezeichnet Christian Wopp bei den Kleinkindern die elementare Früherziehung und die Psychomotorik, bei Kindern die vielfältige Grundausbildung und bei Jugendlichen Teamsport, Wilderness und Tanz – bei den Erwachsenen sind es Gesundheit, Ausdauer, Fitness und Wellness. Jens Gieseler

Integrationsbeispiele aus Nordrhein-Westfalen und Kornwestheim

## Vor allem Migrantinnen tun sich mit Sportvereinen schwer

Integration braucht Zeit. Das weiß auch Gabriela Klosa, eine beim TSV Hochdahl beschäftigte Sozialpädagogin: „Verglichen mit dem Ausländeranteil im Stadtteil Hochdahl haben wir immer noch wenige Mitgliedschaften von Migranten und Migrantinnen in unserem Sportverein.“

Der Mehrspartenverein mit über 3500 Mitgliedern ist im nordrhein-westfälischen Erkrath ansässig. Der Stadtteil Hochdahl hat einen hohen Ausiedler- und Ausländeranteil, bei Jugendlichen von 58 Prozent. Die vielen Migranten, die in offenen Sportgruppen des Vereins aktiv sind, zeigen, dass Interesse und Bedürfnis nach Angeboten vorhanden sind. Vor allem männliche Migranten nutzen die Sportangebote, die Frauen tun sich hingegen noch schwer, einen Zugang zu Sportgruppen zu finden. In vielen Vereinen wird noch zu wenig berücksichtigt, dass auch erwachsene Migrantinnen ein Bedürfnis nach Begegnung haben. Spezielle Angebote finden sich selten.

### Frauen einbeziehen

Um diesen Missstand zu beheben, hat der TSV Hochdahl den „Aktionstag Breitensport für Frauen und Mädchen“ ins Leben gerufen. An diesem Tag gehören die Sportanlagen, das Hallenbad und das Bürgerhaus den weiblichen Aktiven. „Die Frauen sollen in erster Linie Spaß haben. Die Migrantinnen können Erfahrungen aus ihren häufig ähnlichen Lebenssituationen austauschen und Kontakte schließen“, erklärt Gabriela Klosa. In die Organisation des Aktionstags



Freude an der Bewegung – doch um diese im Verein auszuleben, gibt es noch zu wenig Angebote, die speziell auf Frauen mit einem Migrationshintergrund zugeschnitten sind. Foto: Archiv

wurde der internationale Frauengesprächskreis, eine selbstorganisierte offene Gruppe von Migrantinnen, die schon seit Jahren regelmäßige Treffen veranstaltet, erfolgreich eingebunden. So wurde schon im Vorfeld eine Nähe zu den Frauen geschaffen, für die der Aktionstag geplant war. Die Beteiligung an der Planung und Durchführung erhöhte außerdem die Identifikation und erleichterte damit den Zugang.

Schon vor 14 Jahren hat der Verein die offene Kinder- und Jugendarbeit der Stadt übernom-

men und somit einen beträchtlichen Anteil zur Integrationsarbeit leisten können. Etwa 70 Prozent der Besucher der offenen Angebote haben einen Migrationshintergrund und können zusammen mit einheimischen Kindern die Einrichtung nutzen.

### Enge Kooperation

Zu den Möglichkeiten gehören Ganztagsbetreuung, Jungen- und Mädchenprogramme, Interessengruppen, Ausflüge, Ferienspaßprogramme und Ferienfreizeiten. Enge Kooperationen mit Schulen, der Sportjugend Nord-

rhein-Westfalen, dem Caritasverband und verschiedenen öffentlichen Institutionen sichern die Nachhaltigkeit der Projekte.

Seit mehreren Jahren bietet der TSV Hochdahl erfolgreich ein umfassendes Angebot für junge Migrantinnen an: Dabei werden besonders Selbstbehauptungskurse und Fitnessangebote von der jungen Generation angenommen. Nach und nach entstand auch bei den Müttern der jungen Sportlerinnen und weiteren Migrantinnen aus dem Stadtteil Interesse an Sportangebo-

ten. Einige Frauen äußerten den Wunsch nach einem Sportangebot speziell für erwachsene Migrantinnen.

Wie schwierig das Thema Integration ist, zeigt das Beispiel Fußball. Gerade diese Sportart ist für Migranten oft besonders wichtig als Bekenntnis zu ihrer ausländischen Identität und als Weg zur Integration. Gezielte Provokationen werden ausgetauscht, die häufig in Schlägereien enden. So erlitt Emre Kizilgöl einen Nasen- und Jochbeinbruch, weil der 19-jährige Schiedsrichter von einem A-Jugendlichen geschlagen wurde.

Roland Beret leitet bei der ESG Kornwestheim seit 2000 ein Jugendprojekt: „Vor allem die ausländischen Jugendlichen waren es, die das größte Konfliktpotential bargen. Gerade die B- und A-Jugendlichen verursachten viele Probleme.“ Von den 245 Vereinsjugendlichen sind 80 Prozent Ausländer.

### Eltern mit im Boot

Zusammen mit einem ehemaligen Fußballprofi entwickelt der Pädagoge Regeln für alle Beteiligten: Von den Übungsleitern werden neben den sportpraktischen auch pädagogische und psychologische Fähigkeiten erwartet, damit sie im Training, in der Halbzeit und in den Spielsitzungen den richtigen Ton treffen.

Auch die Eltern, die sich während des Spiels aggressiv und lautstark einmischen, müssen einbezogen werden. Seine Erfahrungen und erfolgreiche Tipps hat Beret in einem Buch („Du spinnst wohl, Alter“) aufgeschrieben. Jens Gieseler

Viele Angebote in den Abteilung, aber kein Gesamtkonzept im TSV Schmiden

## Künftige Entwicklungen zu wenig berücksichtigt

Weniger Kinder, mehr Senioren, mehr Frauen und der Megatrend Gesundheit – das sind die Themen, die die Sportvereine künftig immer stärker beschäftigen werden. „Da sind wir nicht gut aufgestellt“, bedauert Rolf Budelmann. Der Geschäftsführer ist dafür bekannt, einen kritischen Blick auf den TSV Schmiden zu werfen.

Erst im November letzten Jahres hat der Verein für seine Kinder- und Jugendsportabteilung „young motion“ den Innovationspreis des Deutschen und Schwäbischen Turnerbundes gewonnen.

In der Jugendsportkonzeption werden viele unterschiedliche Interessen berücksichtigt: in der Kindersportschule (KiSS) erarbeiten sich die Grundschüler eine sportliche Grundlagenausbildung, um mit zehn Jahren in den Abteilungssport einzusteigen.

In der KiSS werden allerdings auch Kinder gefördert, die durch ihr soziales Verhalten oder körperliche Defizite auffallen. Auch die hoch talentierten Kinder finden einen Ausgleich zu den einseitigen Belastungen aus ihrer Lieblingssportart.

Außerdem entwickelt „young motion“ Angebote für Jugendliche, die keinen Wettkampfsport



Abtauchen nicht angesagt: Sportvereine müssen nach Ansicht von Rolf Budelmann verstärkt die Trends der Zukunft im Blick haben – das gelte natürlich auch für den TSV Schmiden. Foto: Sigerist

mehr treiben wollen. Eine derartig umfassende Betreuung auch durch hauptberufliche Kräfte gibt es in deutschen Sportvereinen nur selten und zeichnet den TSV seit vielen Jahren aus.

Als vor einigen Jahren der Posten der Frauenreferentin aus dem Vorstand gestrichen wurde,

war dies ein heißes Eisen im Verein. „Die Anzahl der Frauen im Verein nimmt zu“, erklärt Budelmann, gegenwärtig sind es genau die Hälfte.

Aber so speziell sind die Bedürfnisse der Frauen offensichtlich nicht. „Es liegt doch im Vereinsinteresse, Trends und deren

Wünsche zu berücksichtigen“, sagt der TSV-Geschäftsführer, das reicht von Sport- und Bewegungsangeboten bis zu Möglichkeiten der Kommunikation und der Sicherheit, wenn beispielsweise Fußwege schlecht beleuchtet sind.

Seit Ursula Besemer für die Se-

nieren statt für Frauen verantwortlich ist, entwickeln sich zusätzliche und ausgeweitete Angebote für ältere Menschen, beispielsweise der Freundeskreis der TSV-Senioren.

Zwei Mal pro Jahr finden Vorträge zu Themen wie Gesundheit, Bewegung oder Sicherheit statt. Im *activity* gibt es mittwochs zusätzliche Vorträge und ein spezielles Seniorentaining. Sonst gibt es in den Abteilungen – vor allem bei den Turnern – weitere Sportmöglichkeiten.

Beim Thema Gesundheit zuckt Rolf Budelmann förmlich zusammen, denn viele Vereine gewinnen mit diesem Thema neue Mitglieder. Im allgemeinen Fitness- und Präventionsbereich gibt es zwar zahlreiche Angebote im TSV, im Rehabilitationsbereich fehlt aber noch eine übergreifende Angebotsstruktur. Insbesondere eine umfassende Kooperation mit Ärzten und Physiotherapeuten.

So bleibt der Status quo zunächst bestehen. Bei den vier genannten Zukunftsthemen ist der TSV lediglich bei der Kinder- und Jugendarbeit herausragend. Die Themen Senioren, Frauen und Gesundheit kommen in den Abteilungen vor, aber es fehlt noch ein jeweiliges Gesamtkonzept. Jens Gieseler

Indoor-Soccer – eine neue Sportmöglichkeit in Fellbach

## Leidenschaftliche Eröffnung auf hohem Niveau

Der neue Sporttrumpf, das Indoor-Soccer-Feld im *activity* ist seit dem 11. Juni eröffnet. Die Einweihungsfeier an diesem wunderschönen sommerlichen Sonntag war eine kleine bunte Party, gemischt aus Spiel, Hip-Hop und echten Fußballprofis. Den Indoor-Soccer Fans, die mitgespielt haben, aber auch den Zuschauern wurde ein abwechslungsreiches Programm geboten.

Zur Eröffnung spielten geladene Gäste, darunter reichlich lokale Prominenz aus Sport, Politik, Wirtschaft und Kultur das Eröffnungsspiel. Zehn Minuten lang wurde das runde Leder von allen Teilnehmern „championslike“ mit Fuß, Knie und Kopf jongliert, es wurden Liegestütze gemacht, gegrätscht und getrickt und dabei hätte all das wahrscheinlich auch noch über eine längere Spielzeit durchgehalten werden können. Doch die Turniergruppen saßen bereits in den Startlöchern. Der Kommentator

des Soccer Turniers, Jürgen Wolf, inspirierte die Mannschaften zur Hochform. Zum Beginn der Eröffnung begrüßte die Leiterin des *activity*, Kirsten Ochwat, die Gäste. Ehrengast war der Präsident des TSV Schmiden, Ulrich Lenk, der auch die Eröffnungsrede hielt.

Energie, Geschwindigkeit, Stil und Leidenschaft waren die Themen des Tages. Sichtbar heiter und voller Bewegungsdrang waren alle Teilnehmer des Einladungsturniers, trotz des warmen Sonntagnachmittags.

Tatsächlich hat das Spiel mit dem „runden Kunststoff“ bei groß und klein nichts an seiner Faszination verloren. Wenn man die WM verfolgt, würde man eher sagen, dass die Begeisterung zunimmt. Mit der neuen Variation „Indoor-Soccer“ verdichtet sich das Fußballthema.

Das Spiel mit der Bande ist für jedermann geeignet, es kann bei jedem Wetter und an 365 Tagen

im Jahr gespielt werden. Beim Indoor-Soccer macht der häufige Ballkontakt den Spielern viel mehr Spaß. Es ist ein schnelles und abwechslungsreiches Spiel. Und diesem neuen Trend trägt jetzt der TSV Schmiden, mit der Eröffnung dieses ersten Fellbacher „Indoor-Soccer-Feldes“, Rechnung.

Der neue Brennpunkt im *activity* bietet Möglichkeiten für Betriebssportgruppen, Veranstaltungen, Training für Fußballprofis, aber auch Vergnügen für Freizeitfußballer und Kindergeburtstage.

Dabei wird dem Bewegungsbedürfnis der Kinder in besonderer Weise Rechnung getragen – auch deshalb, weil kindliches Lernen noch weitgehend ein Lernen mit dem ganzen Körper und mit allen Sinnen ist.

Vielleicht regt sich bei so manch bekenndenden Sportmuffel doch noch die Lust am Fußball.

*Kirsten Ochwat*



Kirsten Ochwat, Ulrich Lenk und Markus Buchmann haben das neue Indoor-Sportangebot in Fellbach offiziell eröffnet.

### Anstoß zum Spiel

Am Freitag, 21. Juli, findet von 17 bis 20 Uhr ein Indoor-Soccer-Turnier im *activity* statt. Pro Team wird ein Unkostenbeitrag von 20 Euro erhoben, inklusive ein Softgetränk. Bei Interesse wenden Sie sich an *activity* - der Freizeit Sportclub. Ansprechpartner: Christian Martz, Telefon 0711/ 510 49 98 - 15, E-Mail: Christian.Martz@tsv-schmiden.de.

Wenn Sie für die kommende Wintersaison oder für das ganze Jahr fest buchen wollen, rufen Sie uns an unter 0711 / 510 49 98-0 oder schreiben eine E-Mail an [activity@tsv-schmiden.de](mailto:activity@tsv-schmiden.de).

Auch Einzelstunden und Einzelveranstaltungen auf dem Soccerfeld sind buchbar.



Geschwindigkeit, Stil und Leidenschaft sind beim Indoor-Soccer in.

# Fit und gesund im TSV Schmiden

## Kursprogramm Sommer/Herbst 2006

### Rund-um-fit

Funktionelles Körpertraining 1	FKP-1	Di.	17.30-19.00, 19.09.-21.11.06	TSV-Bewegungszentrum
Step & Work	Step	Di.	19.00-20.00 19.09.-21.11.06	TSV-Bewegungszentrum
Fitness Kompakt	Fit	Do.	19.30-20.50, 21.09.-16.11.06	Schulturnhalle/Friedensschulzentrum
Aqua-Power	APO	Mo.	19.45-20.30, 18.09.-20.11.06	Schwimmbad/Friedensschulzentrum
Fit im Wasser	Was	Mi.	19.00-19.45, 20.09.-15.11.06	Schwimmbad/Friedensschulzentrum
Wassergymnastik	Was-2	Mo.	20.30-21.10, 18.09.-20.11.06	Schwimmbad/Friedensschulzentrum
Funkt. Gymnastik für Senioren	Sen	Mi.	15.00-16.00, 20.09.-15.11.06	Vereinspavillon
Bauch Beine Baby	BBB	Mi.	10.00-11.00, bitte im activity erfragen!	activity
Polestar Pilates	Pil 2	Di.	10.30-11.30, 03.08.-17.09.06	activity Sommerprogramm
Polestar Pilates	Pil 2	Do.	10.30-11.30, 03.08.-17.09.06	activity Sommerprogramm
Polestar Pilates	Pil 2	Do.	20.30-21.30, 03.08.-17.09.06	activity Sommerprogramm

### Entspannung

Hatha-Yoga Anfänger + Fortg.	Yoga 2	Mi.	20.00-21.30, 20.09.-13.12.06	Gymnastikraum/Stadionrestaurant
Hatha-Yoga Fortg.	Yoga 1	Mi.	18.30-20.00, 20.09.-13.12.06	Gymnastikraum/Stadionrestaurant

### Gesunder Rücken

Wirbelsäulengymn. + Stretching	WS-2	Mo.	18.00-19.00, 18.09.-20.11.06	Gymnastikraum/Stadionrestaurant
Wirbelsäulengymn. Intensiv	WS-3	Mo.	19.00-20.00, 18.09.-20.11.06	Gymnastikraum/Stadionrestaurant
Wirbelsäulengymn. für Senioren	WS-4	Do.	09.30-10.20, 21.09.-16.11.06	TSV-Bewegungszentrum
Rückenschule	RS-1	Mo.	20.00-21.00, 18.09.-20.11.06	Gymnastikraum/Stadionrestaurant
Rückenfitness	Rüf	Do.	10.30-11.20, 21.09.-16.11.06	TSV-Bewegungszentrum

### Tanz und Ballett

Mini Dance (5-6 Jahre)	Mini	Fr.	17.30-18.15 (1. Halbjahr), 22.09.-17.11.06	Fröbelhalle
Midi Dance (7-10 Jahre)	Midi	Fr.	18.15-19.00 (1. Halbjahr), 22.09.-17.11.06	Fröbelhalle
Jazz-Kids (11-14 Jahre)	Kids	Fr.	19.00-19.45 (1. Halbjahr), 22.09.-17.11.06	Fröbelhalle
Kinderballett - Anf. + Fortg.	Kit-3	Di.	15.15-16.15, 19.09.-21.11.06	Gymnastikraum/Stadionrestaurant
Kinderballett - Anfänger	Kit-2	Di.	16.15-17.00, 19.09.-21.11.06	Gymnastikraum/Stadionrestaurant
Kinderballett - Fortgeschr.	Kit-4	Di.	17.00-18.00, 19.09.-21.11.06	Gymnastikraum/Stadionrestaurant
Ballett für Erwachsene - Anfg.	Bal-1	Mo.	18.15-19.15, 18.09.-20.11.06	activity/kleiner Kursraum
Ballett für Erwachsene - Anfg. (Kinderbetreuung möglich)	Bal-3	Mi.	17.30-18.30, 20.09.-15.11.06	activity/kleiner Kursraum
Ballett für Erwachsene - Fortg.	Bal-2	Do.	18.15-19.30, 21.09.-16.11.06	Gymnastikraum/Stadionrestaurant
Jazz-Dance	Jazz	Mo.	19.00-20.30 (1. Halbjahr), 18.09.-20.11.06	Fröbelhalle
Kindertanz/Tanzsportabteilg. (3 1/2-6 Jahre)		Mo.	15.30-16.30	Tanzsportzentrum
Kindertanz/Tanzsportabteilg. (6-13 Jahre)		Mo.	16.30-17.30	Tanzsportzentrum

### Kursanmeldungen über:

#### TSV Schmiden 1902 e.V.

#### Geschäftsstelle

Fellbacher Str. 47  
70736 Fellbach (Schmiden)  
Tel.: 0711/95 19 39-0  
Fax: 0711/95 19 39-25  
e-mail: info@tsv-schmiden.de  
www.tsv-schmiden.de

#### Öffnungszeiten der Geschäftsstelle:

Mo.-Mi.: 09.00-12.00 Uhr  
Do.: 16.30-19.30 Uhr  
Fr.: 15.00-17.00 Uhr



### Wir informieren Sie gerne! Anfragen und aktuelle Infos:

#### activity Freizeit-Sportclub

Bühlstr. 140, 70736 Fellbach  
Tel.: 0711/5 10 49 98-0  
Fax: 0711/5 10 49 98-33  
e-mail: activity@tsv-schmiden.de  
www.activity-schmiden.de

#### Öffnungszeiten:

Mo., Di., Do. + Fr.: 9.00-22.30 Uhr  
Mi.: 07.00-22.30 Uhr  
Sa.: 14.00-19.00 Uhr  
So.: 09.00-20.00 Uhr

# Fit und gesund im TSV Schmiden

## Gesunder Rücken

### · Wirbelsäulengymnastik

Rückenschmerzen entstehen durch Bewegungsmangel sowie durch einseitige und falsche Alltagsbewegungen. Dem können Sie entgegenwirken: Durch gezielte Kräftigungs- und Dehnübungen wird ein die Wirbelsäule schützendes und entlastendes Muskelkorsett aufgebaut. Eine abschließende Entspannungsphase rundet die Stunde ab. Die Kurse sind für alle Altersstufen geeignet, da jeder in seinem Bewegungsvermögen übt. Bitte fragen Sie auch im activity nach den aktuellen Angeboten!

(WS-2)

Übungsleiter: Silvo Colnaric (Sportlehrer)

Umfang: 8 Einheiten a 60 Minuten

Mo., 18.00-19.00 Uhr, Gymn.raum/Stadionrestaurant Schmiden

(WS-3)

Übungsleiter: Silvo Colnaric (Sportlehrer)

Umfang: 8 Einheiten a 60 Minuten

Mo., 19.00-20.00 Uhr, Gymn.raum/Stadionrestaurant Schmiden

### Kursgebühren (WS-2, 3):

Für activity-Mitglieder kostenlos

Mitglieder TSV-Schmiden: € 38,-

Nichtmitglieder: € 50,-

Jahresgebühr f. TSV-Mitglieder: € 129,-

Wirbelsäulengymnastik für Senioren (WS-4)

Übungsleiterin: Christina Grupp (Sport- u. Gymnastiklehrerin)

Umfang: 8 Einheiten a 50 Minuten

Do., 09.30-10.20 Uhr, EG TSV-Bewegungszentrum

### Kursgebühren (WS-4):

Für activity-Mitglieder kostenlos

Mitglieder des TSV Schmiden: € 36,-

Nichtmitglieder: € 47,-

Jahresgebühr f. TSV-Mitglieder: € 122,-

### · Rückenschule

Die TSV-Rückenschule zeigt Ihnen, wie Sie zum guten Zustand Ihrer Wirbelsäule aktiv beitragen können, um sich vor Schäden und Schmerzen zu bewahren. Die Rückenschule beinhaltet Informationen über den Aufbau und die Funktion der gesunden und erkrankten Wirbelsäule sowie Ursachen und Therapiemöglichkeiten des Rückenschmerzes. Ziel ist es, "rückenfreundliche" Bewegungsabläufe in Beruf und Freizeit zu erlernen und "rückenschädliche" Bewegungsabläufe zu vermeiden.

Übungsleiterin: Susanne Horst (Rückenschulleiterin)

Umfang: 8 Einheiten a 60 Minuten

Mo., 20.00-21.00 Uhr, Gymn.raum/Stadionrestaurant

### Kursgebühren (RS-1):

Mitglieder des TSV Schmiden: € 38,-

Nichtmitglieder: € 50,-

### · Rückenfitness

Wir machen Sie stark im Kreuz. Ein ausgewogenes Kräfteverhältnis zwischen Bauch- und Rückenmuskulatur macht Sie fit für den Alltag und beugt Rückenbeschwerden vor. Aber auch die Beweglichkeit kommt nicht zu kurz. Hier kann jeder mitmachen.

Übungsleiterin: Christina Grupp (Sport- u. Gymnastiklehrerin).

Umfang: 8 Einheiten a 50 Minuten

Do., 10.30-11.20 Uhr, EG TSV-Bewegungszentrum

## Entspannung

### · Taiji

Erfahren Sie die wohltuende Wirkung dieser sanften und langsamen, chinesischen Kampfkunsttechnik. Beim Taiji werden zur gleichen Zeit Körper und Geist beansprucht. Taiji vereint traditionelle chinesische Techniken der Lebensernährung und der Ying-Yang-Theorie.

(Tai-1, Anfänger+Fortgeschr.)

Übungsleiterin: Angelika Domig (Taiji-Lehrerin)

Umfang: 8 Einheiten a 75 Minuten

Mi., 19.45-21.00 Uhr, activity/kleiner Kursraum

### Kursgebühren (Tai-1):

Für activity-Mitglieder kostenlos

Mitglieder TSV-Schmiden: € 52,-

Nichtmitglieder: € 67,-

### · Sanftes Hatha-Yoga

Yoga bedeutet "anbinden" und ist ein Instrument, Körper und Geist miteinander in Einklang zu bringen. Es werden neben Pratyahara (Zurückziehen der Sinne) Asanas (Körperstellungen) geübt, die den Körper geschmeidig und stark machen. Tiefe Entspannung sorgt dafür, dass wir uns ruhiger und ausgeglichener fühlen. Spezielle Übungen stärken den Rücken und bauen Verspannungen ab.

(Yoga-1, Fortgeschrittene)

Übungsleiterin: Sigi Bräuninger (Sportlehrerin)

Umfang: 8-12 Abende a 90 Minuten

Mi., 18.30-20.00 Uhr, Gymn.raum/Stadionrestaurant Schmiden

(Yoga-2, Anfänger und Anfänger mit Vorkenntnissen)

Übungsleiterin: Sigi Bräuninger (Sportlehrerin)

Umfang: 8-12 Abende a 90 Minuten

Mi., 20.00-21.30 Uhr, Gymn.raum/Stadionrestaurant Schmiden

### Kursgebühren (Yoga-1, 2)

Für activity-Mitglieder kostenlos

Mitglieder im TSV Schmiden: € 6,00/ÜE

Nichtmitglieder: € 7,50/ÜE

Jahresgebühr f. TSV-Mitglieder: € 121,50

## Rund-um-Fit

### · Aqua-Power

...das ist Aerobic, Step-Aerobic oder auch funktionelle Schwerpunktgymnastik einmal anders - nämlich im Wasser. Durch den Wasserwiderstand erzielt man bei der Gymnastik, die sehr muskel- und gelenkschonend ist, intensiv den Aufbau und die Kräftigung der Muskulatur. Wer sich gerne im Wasser fit halten möchte, ist in dieser Stunde richtig.

Leitung: Kerstin Brendle

Umfang: 8 Einheiten a 45 Minuten

Mo., 19.45-20.30 Uhr, Kleinschwimmhalle Schmiden

### · Fit im Wasser

Ein Fitnessprogramm, das die spezifischen Eigenschaften des Wassers konsequent für das Training ausnutzt. Die Wirbelsäule mit ihren Bandscheiben wird entlastet, Gelenke und Bänder werden geschont. Durch den Wasserwiderstand wird die Muskulatur gekräftigt und die Fitness verbessert. Jede/r Teilnehmer/in kann die Intensität der Übungen entsprechend der eigenen Leistungsfähigkeit wählen und während des Kurses steigern.

Leitung: Anne-Rose Kirn (Gymnastiklehrerin)

Umfang: 8 Einheiten a 45 Minuten

Mi., 19.00-19.45 Uhr, Kleinschwimmhalle Schmiden

### · Wassergymnastik

Leitung: Makrina Andreadou (Aqua-Kursleiterin)

Umfang: 8 Einheiten a 40 Minuten

Mo., 20.30-21.10 Uhr, Kleinschwimmhalle Schmiden

### · Fitness-Kompakt

Die spezielle Kombination aus BBR-Gymnastik und Stretching! Die sanfte Dehngymnastik nach der intensiven Funktionsgymnastik ist eine sinnvolle Ergänzung und der ideale Ausklang. Fitness-Kompakt ist für Frauen und Männer geeignet, die bereits über eine gewisse Kondition verfügen.

Leitung: Heike Schader (DTB)

Umfang: 8 Einheiten a 80 Minuten

Do., 19.30-20.50 Uhr, Schulturnhalle/ Friedensschulzentrum

### Kursgebühren (Fit)

Für activity-Mitglieder kostenlos

Mitglieder im TSV Schmiden: € 47,-

Nichtmitglieder: € 62,-

Jahresgebühr f. TSV-Mitglieder: € 165,-

# Fit und gesund im TSV Schmiden

## Rund-um-fit

### · Funktionelles Körpertraining (für Frauen und Männer)

Dieses Sportangebot bietet ein ausgewogenes und intensives Training für den ganzen Körper. Kräftigung und Mobilisation von Muskeln und Gelenken sind die Schwerpunkte. Dazu gehört ein gesundheitsorientiertes Training für Wirbelsäule und Rücken. Ein abwechslungsreiches Kursprogramm und gute Laune sind hier garantiert.

Leitung: Heike Mühleisen (Übungsleiterin Gesundheitssport)  
Umfang: 8 Einheiten a 90 Minuten  
Di., 17.30-19.00 Uhr, TSV-Bewegungszentrum

#### Kursgebühren (FKP-1)

Für activity-Mitglieder kostenlos  
Mitglieder im TSV Schmiden: € 52,-  
Nichtmitglieder: € 67,-  
Jahresgebühr f. TSV-Mitglieder: € 183,-

### · Funktionelles Körpertraining für Senioren

Für alle ab 60 Jahren (auch ohne sportliche Vorerfahrung):  
Neben körperbewussten Bewegungen sind die Schulung des Gleichgewichts, der Körperwahrnehmung, Entspannungs- und Atemtechniken Inhalte dieses Angebotes.

Leitung: Ursula Besemer (Gesundheitspädagogin)  
Umfang: 8 Einheiten a 60 Minuten  
Mi., 15.00-16.00 Uhr, Vereinspavillons, Fellbacher Str. 40/1 (hinter der Seniorenwohnanlage)

#### Kursgebühren (Sen)

Für activity-Mitglieder kostenlos  
Mitglieder im TSV Schmiden: € 38,-  
Nichtmitglieder: € 50,-

### · Bauch Beine Baby

Dieser Kurs richtet sich an alle Mütter, die auch nach abgeschlossener Rückbildung weiterhin ihre Figur trainieren möchten. Mit effektiven und gezielten Übungen wird den überflüssigen Pfunden an den Leib gegangen. Weitere Kursinhalte sind der Aufbau eines stabilisierenden Muskelkorsetts zur Entlastung der Wirbelsäule und die weitere Stärkung der Beckenbodenmuskulatur. Das besondere an diesem Kurs: Das Baby turnt mit! Die Mütter erfahren darüber hinaus nützliche Tipps und Tricks im Umgang mit den Sprösslingen im Alltag zur Förderung einer normalen Entwicklung. Vor und nach dem Kurs wird ein Fitness-Check durchgeführt, um den Trainingsfortschritt zu dokumentieren.

Leitung: Annette Rückle (Physiotherapeutin)  
Umfang: 8 Einheiten a 60 Minuten  
Mi., 10.00-11.00 Uhr, activity Freizeit-Sportclub  
(Kinderbetreuung möglich)

#### Kursgebühren (BBB)

activity-Mitglieder: € 30,-  
TSV-Mitglieder: € 47,-  
Nichtmitglieder: € 62,-  
+ Kinderbetreuung bei Bedarf: € 13,-

### · Polestar Pilates

Das Hauptziel von Pilates besteht in der Bewusstwerdung der eignen Haltungs- und Bewegungsmuster. Schlechte Gewohnheiten werden durch richtige Muster ersetzt. Als Effekt entsteht eine Harmonisierung von Körper und Geist. Der Kurs vermittelt elementare Grundlagen des Pilates. Voraussetzung für Pilates 2 als fortlaufender Kurs ist der Basiskurs Pil 1.

Leitung: Pil 2 Petra Umbscheiden-Kachler (Polestar Pilates Coach)  
Pil 2 Daniela Endress (Polestar Pilates Coach)

Umfang: 8 Einheiten a 60 Minuten Basiskurs ab Herbst im Programm  
Ort: Pil 2 im activity

#### Kursgebühren (Pil 2)

activity-Mitglieder: kostenlos  
TSV-Mitglieder: € 47,-  
Nichtmitglieder: € 62,-

## Tanz und Ballett

### · Mini-Dance

Durch einfache Bewegungsspiele, mit und ohne Musik, Kinder in die Welt des Tanzes einführen; Spaß an der Bewegung mit anderen.

Leitung: Silvia Bürkle-Kuhn  
Umfang: 9 Einheiten a 45 Minuten  
(5-6 Jahre) Fr., 17.30-18.15 Uhr, Fröbelhalle

### · Midi-Dance

Über einfache Übungen aus Gymnastik und Jazztanz bis zum Erlernen fetziger kleiner Kombis auf tolle Musik.

Leitung: Silvia Bürkle-Kuhn  
Umfang: 9 Einheiten a 45 Minuten  
(7-10 Jahre) Fr., 18.15-19.00 Uhr, Fröbelhalle

### · Jazz-Kids

Spaß am Fühlen und Umsetzen der Musik in Tanzbewegungen, Abtanzen mit aktueller Musik. Action pur!

Leitung: Silvia Bürkle-Kuhn  
Umfang: 10 Einheiten a 45 Minuten  
(11-14 Jahre) Fr., 19.00-19.45 Uhr, Fröbelhalle

#### Kursgebühren (Mini-, MidiDance, Jazz-Kids)

Mitglieder im TSV Schmiden: € 27,-  
Nichtmitglieder: € 40,50

### · Kindertanz (Tanzsportabteilung)

Für 3 1/2-6 jährige: Erlernen von Gruppentänzen und die dazugehörige Koordination von Schritten und Armbewegungen. Die Kinder erlernen die Anfänge der Paartänze mit einfachsten Schritten.

Für 6-13 jährige: Die Kinder lernen den Paartanz wobei es egal ist, wenn auch 2 Mädchen miteinander tanzen. Darüber hinaus ist das Training eine hervorragende Schulung für die Körperhaltung.-

### · Kinderballett

Für Mädchen und Jungen im Alter von 5-12 Jahren. Erste Übungen an der Stange und im Raum sowie kleinere enchainements werden geübt. Vorrangiges Ziel ist die Schulung koordinativer Fähigkeiten und der Körperhaltung

Kit-3 (Anfänger): Di., 15.15-16.15 Uhr  
Kit-2 (Anfänger): Di., 16.15-17.00 Uhr  
Kit-4 (Fortgeschrittene): Di., 17.00-18.00 Uhr  
Ort: Gymnastikraum Stadionrestaurant

#### Kursgebühren Kindertanz/Ballett

Mitglieder im TSV Schmiden: € 42,-  
Nichtmitglieder: € 51,-

### · Ballett für Erwachsene

Eine gesunde Körperhaltung, mehr Spannung in Bauch, Beinen und Armen sind Ziele, die auch durch Übungsformen des klassischen Balletts erreicht werden können. Dementsprechend werden in diesem Kurs Übungen an der Stange und Übungen im Raum langsam zu kleinen enchainements zusammengeführt.

Leitung: Ariadne Fleischmann (Tanzpädagogin)

Bal-1 (Anfänger): Mo., 18.15-19.5 Uhr  
Bal-3 (Anfänger): Mi., 17.30-18.30 Uhr (Kinderbetreuung möglich)  
Ort: Bal-1+3: kleiner Kursraum/activity Freizeit-Sportclub  
Bal-2 (Fortgeschrittene): Do., 18.15-19.30 Uhr  
Ort: Gymnastikraum Stadionrestaurant

#### Kursgebühren (Ballett für Erwachsene)

Für activity-Mitglieder ist die Teilnahme an einem Kurs kostenlos.

Bal-1 und -3  
Mitglieder im TSV Schmiden: € 42,-  
Nichtmitglieder: € 51,-  
Bal-2  
Mitglieder im TSV Schmiden: € 53,-  
Nichtmitglieder: € 63,-

### · Jazz-Dance-Company

Die Jazz-Dance-Company unter der Leitung von Silvia Bürkle-Kuhn ist eine der bekanntesten Vorführgruppen innerhalb des Schwäbischen Turnerbunds. Kreativität, Vitalität und tänzerische Selbstverwirklichung sind Inhalte und Ziele dieser Gruppen. Die nachstehenden Kurse sind für Schüler (ab 14 Jahren), Jugendliche und erwachsene Anfänger geeignet, die mit Spaß und Begeisterung den Jazz-Tanz in seiner gesamten Vielfalt und seinen Gestaltungsmöglichkeiten erlernen wollen.

Leitung: Silvia Bürkle-Kuhn  
Mo., 19.00-20.30 Uhr, Fröbelhalle

#### Kursgebühren (Jazztanz)

1. Halbjahr (Januar-Juli) 18 x 90 Minuten  
Mitglieder im TSV Schmiden: € 54,-  
Nichtmitglieder: € 135,-  
2. Halbjahr (September-Dezember) 10 x 90 Minuten  
Mitglieder im TSV Schmiden: € 30,-  
Nichtmitglieder: € 75,-

# Fit und gesund im TSV Schmiden



## activity Freizeit-Sportclub

**Fitness- und Gesundheitstraining**  
an modernsten Kraft- und Ausdauergeräten

**FreeMotion Training™**  
dreidimensional - alltagsnah - höchst effektiv

**Kurse - Kurse - Kurse**  
Indoor Cycling, Flexi Bar, Pilates, Step, etc...

**Wellness und Entspannung**  
Sauna, Sanarium und Solarium laden zum Relaxen ein

**Spiel und Spaß**  
8x Badminton, 3x Squash und 1x Tennis

**Unser besonderes Angebot**  
Familiensonntage und Schwimmen im TSV-  
Bewegungszentrum in Schmiden

### Wir bieten Ihnen:

- Einen "Treffpunkt für die ganze Familie"
- Eine angenehme Trainingsatmosphäre
- Ein unschlagbares Preis-Leistungsverhältnis
- Trainingsbetreuung durch hochqualifizierte Trainer
- Besondere Angebote für Senioren, Abnehmwillige und frisch gebackene Mütter
- Tägliche Freizeitsportangebote - für unsere Mitglieder gratis

### Fitness-Power im activity

**Step-Aerobic**  
Mit variationsreichen Schrittkombinationen auf und um die Steps wird ein Herz-Kreislauftraining durchgeführt, dass für alle Könnensstufen variiert werden kann. Zusätzlich werden auch die koordinativen Fertigkeiten angesprochen.

### Flexi Bar

Die Flexi-bar (Stange), an deren Enden sich leichte Gewichte befinden, wird zum Schwingen gebracht. Die Schwingungen haben einen super Trainingseffekt auf die stabilisierende Rumpfmuskulatur, das Bindegewebe und die Fettverbrennung.

### Push'n Pull

...Ist ein Ganzkörpertraining in der Gruppe mit Langhantelstangen zur Verbesserung der Kraftausdauer. Für Männer und Frauen gleichermaßen geeignet.

### Indoor Cycling

Das ultimative Gruppenerlebnis wird beim gemeinsamen Indoor Cycling zu mitreißender Musik vermittelt. Ein hervorragendes Ausdauertraining.

### Wirbelsäulengymnastik/Rückenfitness

Rückenschmerzen entstehen durch Bewegungsmangel sowie durch einseitige und falsche Alltagsbelastungen. Dem können Sie durch gezielte Übungen entgegenwirken und ein entlastendes Muskelkorsett aufbauen.

### FreeMotion™

...Ist ein einzigartiges Trainingssystem am Seilzugturm. Jeder Teilnehmer trainiert an seinem eigenen Turm ganz individuell nach seinen Fähigkeiten.

### Bauch Beine Rücken (Po)

Ziel dieses Angebotes ist die Stärkung und Straffung der wichtigen Muskelgruppen Bauch, Beine, Rücken und Po. Diese haben neben wichtigen Stabilisierungsfunktionen natürlich auch einen großen Einfluss auf die Figur.

### Pilates

Das Hauptziel von Pilates ist, sich die eignen Haltungsmuster bewusst zu machen und dabei schlechte Gewohnheiten durch richtige Muster zu ersetzen. Der Effekt von Pilates besteht in einer Harmonisierung von Körper und Geist.

### Core Board

„sensomotorisches Training“ auf dem Wackelbrett. Verbessert wird die Gleichgewichtsfähigkeit. Bein- und Gesäßmuskulatur werden gestrafft. Dies führt zusätzlich zu einer Stabilisation von Knie- und Sprunggelenken.



## Kursanmeldung

Bitte in Druckbuchstaben ausfüllen!

Name, Vorname \_\_\_\_\_

Strasse \_\_\_\_\_

PLZ \_\_\_\_\_ Ort \_\_\_\_\_

Telefon \_\_\_\_\_ Geburtsdatum \_\_\_\_\_

Ich melde mich für folgende/n Kurs/e an:

Kursbez.: \_\_\_\_\_ Kursbeginn: \_\_\_\_\_

Kursbez.: \_\_\_\_\_ Kursbeginn: \_\_\_\_\_

Kursbez.: \_\_\_\_\_ Kursbeginn: \_\_\_\_\_

Kursbez.: \_\_\_\_\_ Kursbeginn: \_\_\_\_\_

Datum \_\_\_\_\_ Unterschrift \_\_\_\_\_

Ich bin:  TSV-Mitglied Mitgliedsnr.: \_\_\_\_\_  
 activity-Mitglied Mitgliedsnr.: \_\_\_\_\_  
 Nichtmitglied

## Einzugsermächtigung

Hiermit ermächtige ich den TSV Schmiden von 1902 e.V.,  
Den Kursbeitrag in Höhe von € \_\_\_\_\_ von meinem  
Konto:

Konto-Nr.: \_\_\_\_\_

bei: \_\_\_\_\_

BLZ: \_\_\_\_\_ einzuziehen.

Name des Kontoinhabers: \_\_\_\_\_

Datum \_\_\_\_\_ Unterschrift \_\_\_\_\_

Hochseilgarten Fellbach – erfolgreich eröffnet

## „Das etwas andere Gebetsgefühl“

Diakon Peter Seidl und Pfarrerin Angelika Hammer haben den neuen Hochseilgarten des TSV gesegnet, alle Trainer und Verantwortlichen unter den Schutz Gottes gestellt, damit er sie vor Unfällen, Angst und Gefahren bewahren möge. Dass auch der Heilige Petrus im Himmel die Arbeit im Hochseilgarten zu schätzen weiß, verriet Peter Seidl mit einer Anekdote, die sich in ferner Zukunft so zutragen könnte:

Im Schmidener Pflegeheim an der Tournonstraße sind gleichzeitig zwei ältere Herren verstorben. So stehen sie nun vor der Himmelspforte des Petrus, in die immer nur einer eingelassen wird. Beim Warten erzählen die beiden von ihrer Vergangenheit und es stellt sich heraus, dass der eine Pfarrer in Schmidener war und der andere Manager im Hochseilgarten des TSV. Beide sind sehr gespannt, wer denn als Erster von Petrus in den Himmel gerufen würde.

Das Tor geht auf und Petrus ruft: „Der nächste ist Rainer Rückle.“ Freudig tritt er durchs Himmelstor. Draußen ärgert

sich der Schmidener Pfarrer mächtig: „Jeden Sonntag war ich in der Kirche, habe gepredigt, getauft, verheiratet, eingeweiht, beerdigt, mich um das Wohl dieser Gemeinde gekümmert. Und jetzt kommt der Rückle vor mir in den Himmel. Anstatt in die Kirche zu gehen, turnte er Sonntag für Sonntag in diesem Hochseilgarten herum. Dem Petrus werd ich meine Meinung sagen.“

Die Himmelstür geht ein weiteres Mal auf, der Pfarrer wird hereingerufen. Mit hochrotem Kopf steht er vor Petrus und fängt an zu schimpfen, dass er als Zweiter eingelassen wurde. Petrus hört geduldig zu, bis der Pfarrer fertig ist. Dann entgegnet er ihm: „Das hat schon seine Ordnung, lieber Pfarrer, wenn du Sonntag für Sonntag in deinen Gottesdiensten gepredigt hast, sind die Besucher reihenweise eingeschlafen. Wenn der Herr Rückle Sonntag für Sonntag seine Besucher in den Hochseilgarten geführt hat, haben sie reihenweise angefangen zu beten.“

*Ilona Baur*



Diakon Peter Seidel und Pfarrerin Angelika Hammer bei der Segnung des in den Himmel ragenden Bauwerks.



High-noon bei der Eröffnung des Hochseilgarten. Infos auch unter [www.hochseilgarten-fellbach.de](http://www.hochseilgarten-fellbach.de)



Die YOMO Ball-WM – für manchen kleinen Teilnehmer eine wahre Frage des „Bauchgefühls“.

Zehn Jahre KiSS beim TSV

## Notierte Versprecher

Was, die Kindersportschule KiSS im TSV Schmiden ist schon zehn Jahre alt? Tatsächlich wurde die TSV-KiSS im Februar 1996 gegründet. Soll ich hier jetzt wirklich schreiben, wie wir damals gestartet sind, wie die Entwicklung unserer KiSS verlaufen ist, oder etwa den heutigen Stand und die aktuellen Mitarbeiter darstellen? Das wäre etwas für eine Chronik, jedoch viel zu trocken für den Muskelkater. Also habe ich mir überlegt, einen kurzen Ausschnitt der besten „Versprecher, Verhörer und Verdenker“ aus der Kindersportschule zu präsentieren.

Die damals 6-jährige Pia-Kira saust während einer Freispielphase an Elke und mir vorbei und ruft: „Ich bin nicht mehr Jungfrau!“ Wir schauen uns ungläubig an und fragen die kleine Maus, ob sie das noch einmal sagen kann. Pia-Kira: „Ich bin 'ne Meerjungfrau!“ Ok, alles klar, weitersausen.

Die Mama der kleinen Franziska hat einen großen Sohn bei den KiSS-Schwimmern und fragt nach: „Ab welchem Alter ist dann das Nichtschwimmen für die Nichtschwimmer?“

Viktor (7) will in der Bewegungslandschaft Fangi „aber ohne Niederschlag“ (Wiederschlag) spielen.

Auf die Anfrage einer Mutter, ob die Kurse nach den Ferien weitergehen, sagt Elke: „Die Kurse laufen fort.“ Ja wo laufen 'se denn?

Ich zähle die Kinder in der Halle, um festzustellen, wie die Mannschaftseinteilung für ein Spiel sein könnte. „1,2,...,9.“ Worauf Julius (9) spontan sagt: „Prima, geht ja genau auf!“ Ah ja...

Die acht Jahre alte Katharina sagt über Elke: „Mensch, die Frau isch 40, und soo klein!“

Tobias (5): „Ich wünsche mir eine große Brille mit Strohhalm!“ Auf Nachfrage stellt sich heraus, dass er gerne eine Tau-



Ein Spiele-Nachmittag, der auf allen Vieren daherkommt.

cherbrille mit Schnorchel hätte.

Der äußerst intelligente und aufgeschlossene elf Jahre alte Lukas fragt mich durchaus ernsthaft: „Stefan, ist deine Tochter eigentlich männlich oder weiblich?“

Da fällt mir jetzt nur noch ein

Zitat von Elke aus dem Jahr 2002 ein, mit dem ich diesen amüsanten Sprüche-Querschnitt schließen will: „Ich brauch' mal 'ne Brause.“ (Pause...) *Stefan Lang*

**Mehr Infos unter Telefon 0711/ 95 19 39 24 bei Stefan Lang.**

Gut besuchter Spielnachmittag

## Ein Geräte-Dschungel

Rund 200 Kinder haben im Mai in der Sporthalle des Schulzentrums den Spielnachmittag von „kidsmove“ des TSV Schmiden und der Fellbacher Bank besucht.

Seit über 20 Jahren wird dieser Spielnachmittag gemeinsam veranstaltet. Insgesamt 28 Helfer von „kidsmove“ haben ehrenamtlich einen spannenden Geräte-Dschungel mit zwölf Spielstationen aufgebaut und sorgten für einen reibungslosen Ablauf. Beim Sackhüpfen, an der Riesenschaukel, einer Sprung- und einer Balancierstation entwickelten die Nachwuchsturner beachtliches Körpergefühl. Mit dem Rollbrett über die schiefe Ebene wurde die Gleichgewichtsanforderung geprüft. Durch den Turnläufer, der als Labyrinth aufgestellt wurde, entdeckten die Kin-

der die Raumwahrnehmung. Das ganze ist eine Veranstaltung ohne Wettkampfcharakter. Die Kinder sind mit ihren Laufkarten von Station zu Station geeilt und haben dabei Geschicklichkeit und Ausdauer gezeigt.

Während dieser Zeit konnten Mamas, Papas, Omas und Opas gemütlich Kaffee trinken. Kuchen gab es leider nicht so viel, da von den 14 zugesagten Kuchen Spenden der Eltern nur zwei Kuchen geliefert wurden. Schade, vielleicht kann man nächstes Jahr mit mehr Kuchenlieferungen rechnen.

Wer alle Stationen erfolgreich durchlaufen hatte, wurde mit einem kleinen Geschenk belohnt. Am besten schon jetzt vormerken: Der nächste Spielnachmittag ist für den 9. Mai 2007 terminiert. *Petra Hofmann-Link*



Auch nach zwei Jahrzehnten ist der Spielnachmittag unverändert jung und frisch.

„kidsmove“ lässt die Bälle laufen

## Ball-WM 2006

Mit einem kleinen Aufwärmtraining wurde Ende Juni in einem Hallendrittel der Sporthalle 1 in Schmiden das Vorschulturnen unter einem ganz besonderen Motto gestartet: Die Ball-WM.

Danach konnten die Vorschulkinder an vielen Stationen die verschiedensten Ballarten kennen lernen. Dosenwerfen mit Gummibällen, über Pezzibälle rollen, Wasserbälle über die Schnur werfen, Tischtennisbälle in einen erhöhten Kasten werfen, Igelbälle in drei verschiedene Eimer treffen. Mit Gymnastikbällen um Ballständer prellen, Tennisbälle in umgedrehte

Pylonen treffen, mit Medizinbällen um Hindernisse laufen, mit verschiedenen Bällen in Ballkörbe werfen und natürlich auf das Tor schießen.

Die Vorschulkinder hatten Nationalfahnen von den Ländern, die an der Fußball-Weltmeisterschaft 2006 teilnehmen, selbst gemalt. Mit diesen Fahnen wurde das Hallendrittel dekoriert, damit eine tolle Ball-WM Stimmung aufkam. Am Schluss bekam jedes Kind eine Medaille überreicht. *Petra Hofmann-Link*

**Mehr Infos unter Telefon 0711/95 19 39 12 bei Helga Tessun.**



Ballfreuden in allen Variationen lockten Jungs und Mädchen bei der Premiere der Ball-WM.

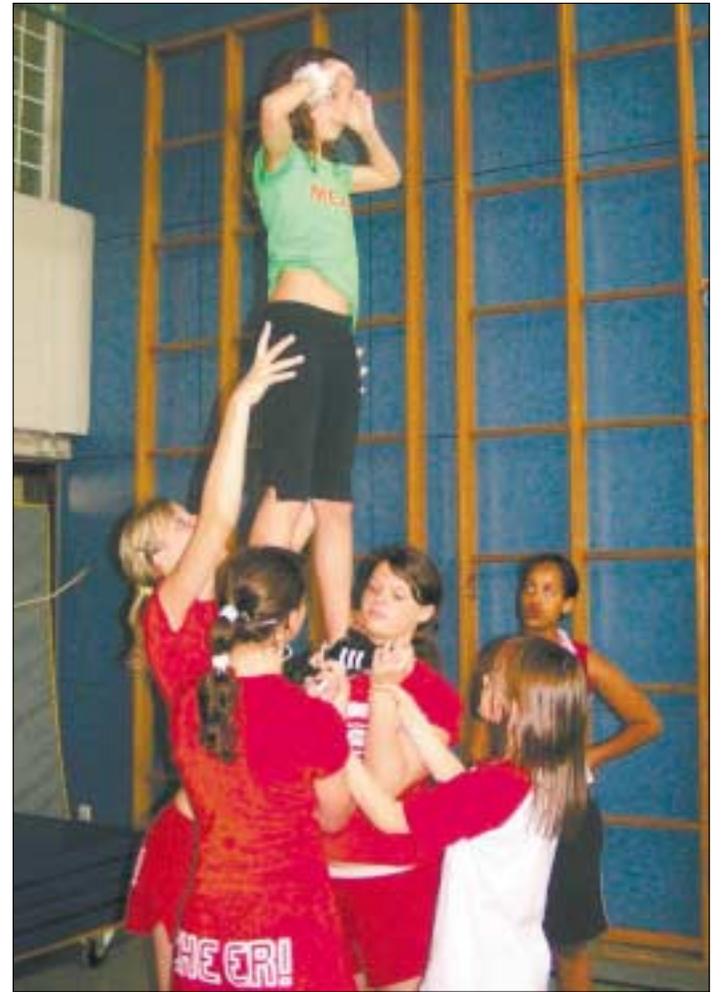
Deutschland bewegt sich – Aktionstag der TSV-Cheerleader

## Gesucht und gefunden

Ziel der Initiative „Deutschland bewegt sich“ ist es, mehr Menschen eine Vielzahl von verschiedenen Sportarten zu präsentieren und die Freude an Sport und Bewegung zu fördern. Am 17. Juni stand „Deutschland bewegt sich“ wieder einmal ganz im Zeichen des Cheerleading. Bundesweit hatten sich über 50 Cheerleadersquads (Squads = Teams) für diesen großen Aktionstag angemeldet. Zur Unterstützung hatten die beiden Cheerleadingorganisationen ELITE und ICA wieder Tänze vorbereitet, die in die Mitmachangebote einfließen sollten. Ebenfalls vorbereitet wurden Flyer und Plakate, die jedem einzelnen Team zur Verteilung zur Verfügung gestellt wurden.

Auch wir, die Cheerleader des TSV Schmiden, waren wieder mit von der Partie und machten uns frühzeitig Gedanken über eine erfolgreiche Gestaltung unseres Aktionstages in Fellbach-Schmiden. Große Hilfe war uns auch die Erlaubnis des TSV Schmiden, für eine Woche das Schaufenster in der Fellbacher Straße „cheerleader-like“ gestalten zu dürfen. Jeder musste mit anpacken und helfen, möglichst viele Interessierte aufzuspüren. Denn nichts ist schlimmer, als am Aktionstag mit einem guten Konzept alleine in einer Sporthalle zu stehen.

Aber unsere Vorbereitung hat sich gelohnt. Bereits kurz vor 10 Uhr standen die ersten interessierten Mädels vor der Halle und fragten nach der Cheerleading-Aktion. Kurze Zeit später ging es dann auch mit einer Vorstellungsrunde sowie einem gemeinsamen Warm-Up, welches von Anka, Jasmin und Jacqueline



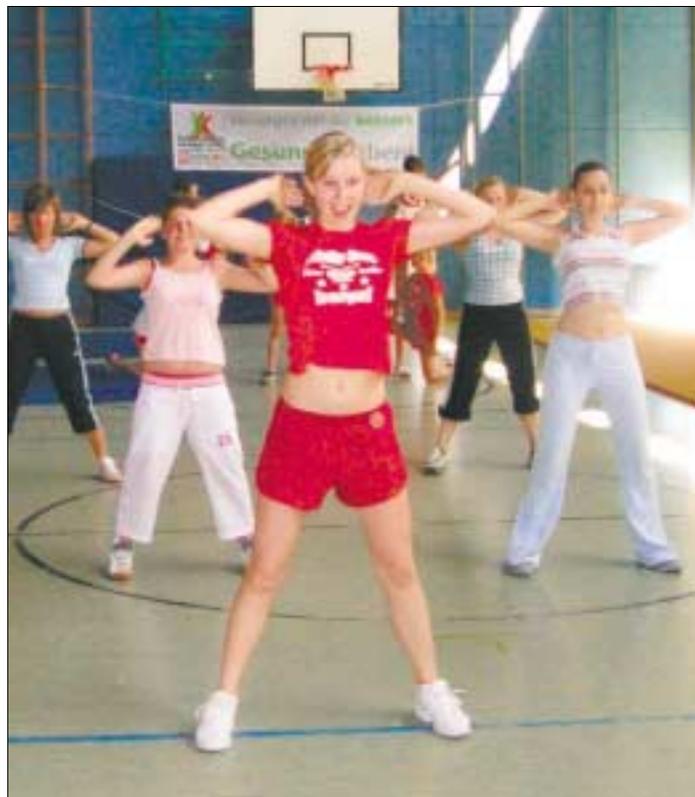
Hoch hinaus – die Cheerleader-Teams wachsen. Auch nach dem Aktionstag kamen neue Interessentinnen ins Training.

aus unserem Jugendteam, den Flames, geleitet wurde. Im Anschluss daran wurden die etwa 20 Interessentinnen in Altersgruppen eingeteilt und langsam

an die Vielseitigkeit des Cheerleading herangeführt. Es wurden Tänze gelernt, erste kleine Stunts gebaut, wir turnten mit den Mädels und zeigten ihnen auf einer Beamerleinwand Ausschnitte der baden-württembergischen Landesmeisterschaft 2005 sowie der Deutschen Meisterschaft 2006. Eine Gruppe Mädchen kam aus der Nähe von Metzingen – definitiv zu weit, um jede Woche zwei bis drei Mal bei uns im Training vorbeizuschauen. Dennoch wird dieser Kontakt mit Sicherheit bestehen bleiben.

Aber wir profitierten auch direkt von unserem Aktionstag, denn bereits in der darauf folgenden Woche schauten acht Interessentinnen im regulären Training vorbei und hatten großen Spaß. Wieviele letztendlich dauerhaft bei uns bleiben werden, wird die Zeit zeigen. Wir freuen uns jedoch, dass unsere Teams weiter wachsen. Im Anschluss an den Aktionstag ging es für alle Teams ins Schmidener Stadion, um die Läufer und Läuferinnen des Sechs- und Zwölf-Stunden-Laufes anzufeuern und mit Showeinlagen für Abwechslung zu sorgen. *Jacqueline Jüngling*

**Weitere Informationen gibt es unter [www.fellbach-cheerleadersquads.de](http://www.fellbach-cheerleadersquads.de). Oder eine Mail an [patricia.siwek@fellbach-cheerleadersquads.de](mailto:patricia.siwek@fellbach-cheerleadersquads.de), Telefon 0178 / 3 97 22 92.**



In Aktion: Die Cheerleader des TSV Schmiden waren wieder beim Aktionstag „Deutschland bewegt sich“ mit von der Partie.

Leif Lampater siegt für das Activity-Racing-Team

Aus dem Lebenslauf

## Im richtigen Moment zur Stelle

## Leif in Live

Wie kam der 23-jährige Schwaikheimer Bahn-Nationalfahrer Leif Lampater zum TSV Schmiden? Zufall, oder im richtigen Moment an der richtigen Stelle sein. So könnte man sagen war es bei Leif Lampater und Marc Sanwald, Team-Manager des „Activity-Racing-Teams“, als sie sich vor zwei Jahren vor einer Bäckerei in Schwaikheim kennen gelernt haben. Leif war allein unterwegs, Marc in der Gruppe und so entschloss sich Leif spontan, mit der Gruppe sein Training zu fahren. Aus dieser einen wurden mehrere Trainingsausfahrten und daraus entwickelte sich eine Freundschaft zwischen den Beiden. Und als Marc erfuhr, dass Leif nach einem Jahr in Berlin wieder in seine Heimat zurückkehren möchte, wurde er sofort aktiv und nahm Kontakt zur Vorstandschaft des TSV Schmiden auf. In kürzester Zeit wurde man sich einig und so fährt Leif seit Februar dieses Jahres für das „Activity-Racing-Team“ des TSV Schmiden.

Erst vor kurzem zeigte sich Leif in Fellbach im Teamtrikot und der neu gesponserten Rennhose der Fellbacher Stadtwerke, als er die Eröffnungsrunde zum Rennen um den Stadtwerke-Pokal, das die vierte Etappe der LBS-Cup-Serie „1000 Kilometer von Baden-Württemberg“ war, mitfuhr. Das Rennen konnte dank der Unterstützung der Süddeutschen Krankenversicherung und der Fellbacher Stadtwerke



Für Deutschland und den TSV Schmiden tritt Leif Lampater kräftig in die Pedale.  
Foto: Sigerist

durchgeführt werden. Einen Tag später fuhr Leif, ebenfalls im Trikot des „Activity-Racing-Teams“, beim 10. Hohenheimer Schlossrennen mit Profis wie Danilo Hondo (Team Lamonta), Stefan Schumacher (Team Gerolsteiner) sowie den Sechstagerprofis Alexander Aeschbach, Andreas Kappes und Marco Villa – um nur einige zu nennen – und be-

legte den starken sechsten Platz. Und am 25. Juni sicherte sich Leif bei der siebten Etappe des LBS-Cup Classic in Gomaringen nach 128 Kilometern im Trikot des „Activity-Racing-Team“ den Sieg. *Christel Lampater*

**Immer das Neuste auf der Homepage von Leif unter [www.leiflampater.de](http://www.leiflampater.de).**

Begonnen hat die Karriere des Schwaikheimers Leif Lampater 1994 in der Radsport-Fördergruppe Rems-Murr. Unter den Augen seines ersten Coachs Wolfgang Beger absolvierte der damals Elfjährige die ersten Trainingseinheiten. Vor allem auf dem Holzwoal fühlte sich Lampater schon früh besonders wohl und erzielte die ersten Erfolge.

Leif Lampater durchlief alle Kader vom Schülerbereich an im württembergischen Radsportverband. 1999 wurde der Schwabe in die Junioren-Bahnnationalmannschaft berufen und wird seitdem von der Deutschen Sporthilfe unterstützt. Bereits im Jahr 2000 sorgte er mit dem fünften Rang im Punktefahren bei der Junioren-Bahnweltmeisterschaft für Aufsehen. Im selben Jahr wurde der Youngster in den U23-Nationalkader des Bundes Deutscher Radfahrer (BDR) berufen. Ein Vertrauensvorschuss, den er im Folgejahr mit seinem ersten Weltcup-Sieg im Bahn-Vierer bestätigte. 2002 errang er bei seiner ersten Teilnahme bei der U23 Bahn-Europameisterschaft zusammen mit seinen Teamkollegen des BDR im Bahn-Vierer die Bronzemedaille. 2003 folgten ein zweiter Platz beim Bahn-Weltcup im Bahn-Vierer in Sydney und ein vierter Platz bei der U23 Bahn-Europameisterschaft in Moskau, ebenfalls im Bahn-Vierer. Seit Januar 2003 gehört Leif Lampater der Sportfördergruppe der

Bundeswehr an.

2004 war der bisherige Höhepunkt seiner Karriere: Mit der Nominierung für die Olympischen Spiele in Athen hat Lampater – 21 Jahre jung – bereits eines seiner ganz großen sportlichen Ziele erreicht. Als Olympia-Vierer mit dem deutschen Bahn-Vierer zählt der Youngster nunmehr zum Kreis der nationalen Bahnrad-sport-Elite. Was er zusammen mit seinen Teamkollegen auch schon in der Saison 2004/2005 beim zweiten Bahn-Weltcup in Los Angeles mit zwei Weltcupsiegen im Bahn-Vierer und seinem ersten Einsatz im Madison zusammen mit Robert Bartko bestätigte.

Auch bei den Profi-Sechstagerrennen sorgt Lampater für Furore. Beim Berliner Sechstagerrennen im Januar 2004 bekam er seinen ersten Einsatz (15. Platz) und in der Saison 2004/05 fuhr er in Dortmund (10. Platz), München (9. Platz), Bremen (8. Platz), Stuttgart (3. Platz) und Berlin (11. Platz). Leif Lampater setzt Prioritäten: Bei seinem ersten Auftritt beim Stuttgarter Hofbräu Sechstagerrennen vor heimischem Publikum wollte er zeigen, was in ihm steckt. Mit Marco Villa (Italien) und Alexander Aeschbach (Schweiz) bekam er starke Partner an seine Seite, und am Ende hatte das Trio den Platz auf dem Podium sicher.

Die Weltcup- und Sechstager-saison 2005/06 lief für Leif Lampater hervorragend.

Tipps und Termine

## Mit dem TSV durch den Sommer

**8. bis 15. Juli:** 37. Handball-Orts-Turnier an der Schmidener Sport-halle

**15. Juli:** 9. STB-Skischul-Beach-Cup am Schmiden Beach, ab 11 Uhr

**16. Juli:** Sommerfest der Tauchsportabteilung

**21. Juli:** Indoor-Soccer-Turnier im *activity*, 17 bis 20 Uhr

**22. und 23. Juli:** TSV-Meile beim „Schmidener Sommer“

**29. Juli:** Sommerfest der Schwimmabteilung vor dem großen Haus in Schmiden mit Tombola und Kinderspielangeboten, ab 17 Uhr

**30. Juli:** Jazz Frühschoppen in der Scheune „Großes Haus“

**19. August:** Tanzparty im Tanzsportzentrum des TSV Schmiden, ab 20 Uhr

**19. und 20. August:** 3. Brunnen-Hocketse der Handball-Abteilung im Ortskern Schmiden

**8. bis 11. September:** Schmidener Kirbe

**23. September:** Altkleider- und Altpapier-Sammlung der Leichtathletik-Abteilung

**24. September:** 3. Markt der Möglichkeiten – „YoungMotion“ präsentiert sich in der Festhalle Schmiden



Indoor-Soccer – auch für die Zuschauer ein großer Spaß.

Sportliche Aktivitäten oder Übungen für den Alltag

## Rugby oder S-Bahn fahren

Es klingt wie ein Märchen aus heutiger Zeit. Auf Anregung von Ulrike Oesterle trafen sich im Oktober 2001 fünf Rollstuhlfahrer, um eine Rollstuhlsportgruppe zu gründen. Nach anfänglichen Problemen wegen Termenschwierigkeiten fand im November 2001 die erste Übungsstunde statt. Durch Mund-zu-Mund Propaganda und Berichten in der örtlichen Presse ist die Gruppe sehr schnell auf nun 25 Rollstuhlfahrer angewachsen.

Im Februar 2004 wurde die sportliche Tätigkeit um ein Rollstuhl-Rugby-Team, die „Wilden Schwaben“, erweitert. Das Team spielt inzwischen in der Regional-liga Süd, was der 3. Liga entspricht. Aus der ehemaligen kleinen Gruppe ist mittlerweile eine eigene Abteilung geworden. Man darf mit Recht sagen, die Rollstuhlgruppe des TSV Schmiden ist erwachsen geworden.

Die Aktivitäten der Rollstuhlsportabteilung umfassen neben diversen Breitensportangeboten auch viele Unternehmungen und Veranstaltungen.

In den Übungsstunden wird die allgemeine Handhabung des Rollstuhls im Alltagsgebrauch trainiert, so dass auch „Rollstuhlanfänger“ die Scheu vor der neuen Situation genommen wird. Für Fahrten in engen Räumlichkeiten – wie zum Beispiel in Geschäften – wird Slalomfahren geübt. Um selbstständig Bordsteine überwinden zu können, sollte das Kippen des Rollstuhls beherrscht werden.

Neben dem Alltagsgebrauch des Rollstuhls steht natürlich der Sport und der Spaß im Vordergrund. Dazu stehen neben dem Ausdauer- und Techniktraining abwechselnd spezielle Ballspiele – wie Pezzi- und Becherball – auf dem Programm. Natürlich werden auch alle anderen Ballspiele wie beispielsweise Basket-, Volley- und Handball ausprobiert. Wem die Ballspiele mit den großen Bällen nicht liegen, kommt ebenfalls auf seine Kosten. Denn auch Tischtennis, Federball und Boccia stehen auf dem Programm. Die Breitensportgruppe nimmt schon seit mehreren Jah-



Andreas Geppert (Mitte), ein „Wilder Schwabe“ in voller Aktion – kein Handicap auf der Spielfläche. Foto: Sigerist

ren am Bocciaturnier des Behindertensportfestes in Krautheim teil. In letzten Jahr wurde ein hervorragender dritten Platz belegt. Neben den einzelnen Übungsstunden werden auch andere Aktivitäten unternommen.

Der SSB bietet eine Gelegenheit für behinderte Menschen, das Fahren mit Bus und Bahn zu erproben. Dazu führen einige Mitglieder des TSV nach Heumaden, wo unter Anleitung von Mitarbeitern der SSB die Benutzung in einem bereitgestellten Bus und einer Straßenbahn geübt werden konnte. Dabei stand das Ein- und Aussteigen im Vordergrund. Auch die verschiedenen technischen Hilfsmittel und Sicherheitseinrichtungen wurden erklärt und konnten getestet werden.

Seit Sommer 2002 sind einige Mitglieder auch regelmäßig zu Gast bei den Heimspielen des VfB Stuttgart. Aber auch Besuche des SWR in Stuttgart oder eine Ausfahrt nach Koblenz zum „Rhein in Flammen“ standen schon auf dem Programm.

Das Stadtjugendreferat Waiblingen hatte den TSV zudem ge-

beten, beim Ferienspaß in den Herbstferien einen Vormittag mit nicht behinderten Kindern durchzuführen. So trafen sich vier Rollifahrer und Übungsleiter Walter mit zehn Kids im Alter zwischen sieben und zehn Jahren. Als erstes wurden die Kinder mit der allgemeinen Handhabung eines Rollstuhls vertraut gemacht. Die Überraschung dabei war, dass es weder Scheu vor dem Rollstuhl noch Schwierigkeiten mit dem Fahren gab. Die positive Resonanz war auch den Vertretern der örtlichen Presse anzumerken.

Und damit auch während der Sommerferien keine Langeweile eintritt, hat ein harter Kern beschlossen, die Trainingsfreitage ins Freie zu verlegen. Die Sportgruppe machte schon einen Ausflug zum Killesberg, wo die Teilnehmer die Blütenpracht und das herrliche Wetter genießen konnten oder sie umrundeten des öfteren den Max-Eyth-See. Die Spazierwege sind für Rollifahrer bestens geeignet. Eines ist somit sicher – es ist immer irgend etwas los in der Rollstuhlsportgruppe. Roland Schön