

MUSKEL **kater**



10 JAHRE MUSKELKATER

Vereinszeitung feiert Jubiläum

HANDBALL

Aufstieg in die
Baden-Württemberg-Oberliga

PERSONAL TRAINING

Motivierend und effizient

SCHMIDENER SOMMER

TSV Meile mit Spaß-Olympiade

SCHWIMMEN

Ernährung beim
Schwimmen im See

DIE ZEITUNG DES

TSV
Schmidlen

Ausgabe 27 - Juli 2007



Parkett
Meisterbetrieb
Hanold

Ausstellung, Beratung
und Verkauf:

Fellbacher Straße 44
70736 Fellbach

Büro:

Hegnacher Straße 26
70736 Fellbach
Telefon 07 11 / 51 48 84
Telefax 07 11 / 5 10 86 97



Rathaus-Apotheke

Schmidten
Pharmazierat
Hans-Dieter Hirt
Fachapotheker
für
Offizin-Pharmazie

Oeffinger Str. 3 · 70736 Fellbach
Tel. 07 11/51 11 84 · Fax 5 18 00 69
E-Mail: rathaus-apotheke@gmx.de
www.fellbach.net/rathaus-apotheke

„Individuelle, homöop.
Taschenapotheken“

Wer viel wirbt, wird umworben

Liebe Leserinnen und Leser,

Editorial

Die meisten jungen Leute werden sich nicht mehr an diesen Tag erinnern. Vielleicht kann man das auch nicht erwarten in dieser schnelllebigen Zeit, in der sich bald Nachrichten über Fernsehen und Internet verbreiten, bevor sie im wirklichen Leben geschehen sind. Vergessen sind sie, ach, fast noch schneller. Und doch werden einige Geschichtsbeflissene aufhorchen, wenn das Gespräch auf den 27. November 1997 kommt. Ein Donnerstag mit Folgen.

Natürlich, werden die Kommunalpolitik-Fexe sagen, dass war jener Tag, an dem die Bürgerschaft von Lübeck auf Antrag der CDU über die Ausweisung eines Hundestrandes in Travemünde debattiert hat. Eine Diskussion, an deren Hinterlassenschaft die Hansestadt bis heute zu knabern hat.

Natürlich, werden die Agrarier sagen, das war jener Tag, an dem der Streit zwischen Milchbauern und Käsern in der Schweiz ihrem Höhepunkt entgegenging (wir erinnern uns: die Käser forderten billigere Milch, die Bauern besseren Käse): Hunderte gingen auf die Straße und demonstrierten. Heute wissen wir: die Milch ist teurer geworden, der Käse aber keineswegs besser.

Natürlich, wird der zuständige Beamte im Veterinäramt des Kreises Ahrweiler sagen und die Hände über dem Kopf zusammenschlagen, das war jener Tag, an dem Bauer Melzinger vorschriftswidrig seinen schwer verletzten Mastbulle Bruno auf dem Anhänger zum Tierarzt gebracht hat (Diagnose: Beinbruch). Obwohl in der entsprechenden Verordnung ausdrücklich geregelt ist, dass bei Unfällen mit Nutztier zuallererst der amtliche Tierarzt zu verständigen ist.

Natürlich, werden die Cineas-

ten sagen, das war jener Tag, an dem hierzulande der später knapp an einem Oscar vorbeigeschrammte Film „Alien – Die Wiedergeburt“ mit Sigourney Weaver in die Kinos kam. Auf eine weitere Fortsetzung warten wir immer noch.

Natürlich, werden die Weltpolitiker sagen, das war jener Tag, an dem der – damalige – irakische Staatschef Saddam Hussein Beobachter der Vereinten Nationen zur Besichtigung seiner Paläste eingeladen hat, wo die UN-Kontrolleure verbotene Waffen



Der Muskelkater hat Geburtstag.

und Kampfstoffe vermuteten. Ein Kommentar erübrigt sich.

Hicks!, werden die Leute vom Hauptzollamt Stuttgart sagen, das war jener Tag, an dem die Kollegen 5280 Flaschen geschmuggeltes Ouzo im Wert von 60 000 Mark entdeckt und beschlagnahmt haben. Der Vorrat reicht bis heute.

Natürlich, werden einige gut bezahlte Akademiker und einige wenige Langzeitstudenten sagen, das war jener Tag, an dem wir mit 39 999 anderen Studenten zusammen in der Bundeshauptstadt Bonn gegen die schlechten Studienbedingungen demonstriert haben. Die Bedingungen sind heute nicht viel besser, jetzt kostet das Studieren in Baden-Württemberg aber 500 Euro pro Semester.

Gute Güte, nein, wird der Muskelkater sagen, im Spiegel nach grauen Haaren suchen, entgegen seiner Gewohnheit die vielen Viagra-Spammails lesen und spontan tief in eine Midlife-Crisis stürzen, das war jener Tag, an dem die erste Ausgabe des TSV-Vereinsmagazins „Muskelkater“ erschienen ist. Fast zehn Jahre ist das nun her! Damit muss der Muskelkater erst einmal fertig werden.

Mögen es andere kommentieren. Und dann – bitteschön! – angemessene Feierlichkeiten vorbereiten. Natürlich im Vereinsrestaurant Stadio. Das übrigens hat es vor zehn Jahren noch nicht gegeben. Was zeigt, dass Altern durchaus auch seine guten Seiten hat.

Womit wir – endlich! – beim Thema wären: Auf den guten Seiten dieser Muskelkater-Ausgabe geht es nämlich um den Aufstieg der glorreichen Schmidener Handballspieler (Seite 12), den Leichtathletiktrainer Günther Hartmann, der auch mit siebzig noch erfolgreich ist (der Muskelkater gehört übrigens zu den wenigen, aus denen nicht einmal Günther Hartmann einen geschickten Sportler machen konnte, weshalb er die Seite 3 mit besonderem Interesse lesen wird) und die Cheerleader, die nun von Turncoach Detlef Schaak Tipps und Kniffe bekommen (Seite 14). Unser – ebenfalls um zehn Jahre gealterter – Muskelkater-Autor Jens Gieseler hat außerdem auf den Seiten 4 und 5 die Geschichte des „Muskelkaters“ aufgeschrieben. Weil so viel Geschichte schon in der Schule an den Kräften gelehrt hat, macht der Muskelkater jetzt große Pause. Und zieht sich erschöpft eine Pizza rein. Auf die nächsten zehn Jahre also, Ihr Muskelkater (sponsored bei Stadio).

FSH Fachmarkt
Sanitär
Heizung



Wir unterstützen Sie mit Rat + Tat, mit Tips und Tricks bei Ihrer Heimwerkertätigkeit. Bei uns finden Sie alles, was Sie für Ihre Heizungs- und Sanitär-Anlage suchen. Zu günstigen Preisen. Und vor allem haben wir für Sie das nötige „Know-How“.

Salierstraße 51
70736 Fellbach
www.fsh-fachmarkt.de

Fachmarkt Sanitär-Heizung GmbH
Telefon 07 11 / 5 18 09 96
Fax 07 11 / 5 18 08 86

Druckfedern Zugfedern Drahtformfedern

Hochleistungs-
Federn



Entwicklung &
Konstruktion

Kurt Kauffmann GmbH
Erich-Herion-Straße 16
70736 Fellbach
Tel.: 0711/518 30-87
info@kauffmann-federn.de
http://www.kauffmann-federn.de

KURT KAUFFMANN
Ihr starker Entwicklungspartner



Impressum Muskelkater

Die Zeitung Muskelkater ist eine Sonderbeilage des TSV Schmidten. Ausgabe Juli 2007.

Geschäftsstelle des TSV Schmidten, Fellbacher Straße 47, 70736 Fellbach. Telefon 07 11/ 95 19 39-0 Fax 95 19 39-25. E-Mail: info@tsv-schmidten.de

Verantwortlich: Rolf Budelmann, TSV-Geschäftsführer.

Redaktionelle Betreuung: Rainer Rückle, Marion Steinle.

Mitarbeit: Claudia Bürkle, Markus Engelhart, Vanessa Gerstenberger, Jens Gieseler, Valerie Höhne, Jacqueline Jüngling, Jörg Kaaden, Stefan Lang, Christian Martz, Britta Wackenheim, Barbara Wiedmaier-Vogel.

Produktion: Eva Schäfer.

Fotos: Sigerist, Archiv FZ, Privat.
Anzeigen: Rolf Müller, Rainer und Hans Rückle, Roland Vetter, Barbara Widmaier-Vogel.

Druck: Pressehaus Druck GmbH
Auflage: 40 000



Zwei Jubiläen gibt's zu feiern – Günter Hartmann (hinten Mitte) ist 50 Jahre im Einsatz für den TSV – und der Muskelkater runde zehn.



Günter Hartmann ist seit 50 Jahren am Start für den Verein – und er hat dabei so gut wie fast jedes Amt schon durchlaufen.

Überraschung mit Hürden und anderen Hindernissen

TSV Schmiden Leichtathletik ehrt Günter Hartmann – Halbes Jahrhundert Mitglied

Etwas Besonderes musste es schon sein, dachten sich die Verantwortlichen der TSV-Leichtathletikabteilung, als es um eine passende Geschenkidee anlässlich des 70. Geburtstages von Trainer Günter Hartmann ging.

Doch was soll man so einem bescheidenen Mann wie Günter Hartmann schenken, der jetzt nicht nur siebzig Lebensjahre zählt, sondern auch fünfzig Jahre Mitglied im Verein ist und so gut wie fast jedes Amt schon durchlaufen hat. Schnell wurde die Idee eines Stehempfangs im Foyer der Festhalle in die Planung umgesetzt. Was schwieriger war, als man dachte, denn schließlich sollte es eine Überraschung werden. Viele Einladun-

gen wurden an Günters ehemalige Athleten verschickt. Im Training wurden fleißig Fotos der Gruppen gemacht um eine Fotocollage zu basteln und auch das Rahmenprogramm wurde in geheimer Mission organisiert. Doch je näher der Termin rückte, umso unheimlicher wurde es Günter Hartmann. Auf dem Sportplatz wurde in Günters Nähe nur noch geflüstert oder geheime Verabredungen getroffen.

Schließlich wollte Günter Hartmann an diesem geplanten Termin sogar schon mit seiner Frau ganz kurzfristig in den Urlaub fahren, doch dies konnte dann doch verhindert werden, als man dem Trainer mitteilte, dass die Abteilung in einem „kleinen“ Rah-



Engagiert: Günter Hartmann. Foto: sd

men die Übergabe der Ehrenmitgliedschaft geplant hätte. Die Idee, Günter Hartmann mit einem tollen Oldtimer von zu Hause abzuholen, wurde dann auch verworfen, denn man hatte die Bedenken, dass der doch eher

zurückhaltende Trainer dann erst recht nicht das Haus verlassen würde. So begleitete Sebastian Fichter, der ebenfalls schon Schützling von Günter Hartmann war, das Ehepaar zum Foyer der Festhalle, in dem sich schon viele aktive und ehemalige Athleten, Trainer und Freunde eingefunden hatten. Nach erster Überwältigung, Staunen und langsamen Rantasten tauchte Günter Hartmann in ein Meer von zahlreichen Gratulanten ein. Viele Gesichter waren in den vergangenen Jahren nicht mehr in Schmiden gesehen worden und reisten extra aus nah und fern zu diesem Anlass an. Als dann die teils sehr bewegenden Ansprachen der Abteilung, des Gesamtvereins, Kreis-

vorstandes und WLVs gesprochen wurden, musste Günter Hartmann die ein oder andere Träne verdrücken. Die Überraschung war vollkommen glücklich. Zur musikalischen Umrahmung gab es Saxophonklänge von Stefan Lang und die Trainer gaben ihr Bestes bei einem selbst gedichteten Lied.

Bei Wein, Bier und Häppchen gab es bis in die Nacht hinein viel zu erzählen und selbst Thomas Koch, einst Spitzenweitspringer beim TSV machte sein Kommen mit etwas Verspätung aus Hamburg wahr. Vielleicht gibt es bei den Leichtathleten bald wieder etwas Besonderes, denn für Überraschungen sind sie immer zu haben. *Claudia Bürkle*

die-blume
www.die-blume.com

Tine Langer

Remstalstraße 6
70736 Fellbach-Schmiden

Telefon 07 11/54 04 890
Fax 07 11/54 04 888
info@die-blume.com

Öffnungszeiten:

Montag bis Freitag
8.30 bis 18.00 Uhr
Samstag
8.30 bis 13.00 Uhr



Im FinanzVerbund der
Volksbanken Raiffeisenbanken

AKTIV
55plus

**Mehr Qualität für
Ihre Gesundheit!**

Werden Sie selbst aktiv: Mehr Leistungen für
Zahnersatz, Brille, Ausland, Kur und Heilpraktiker
für Ihr privates Plus zur gesetzlichen Kranken-
versicherung. Wie viel entscheiden Sie. Handeln
Sie jetzt!

SDK-Hotline (3,9 ct/Min.): 01801/5778-68
oder sdk.de

BASISPAKET SCHON AB
9,60 EUR mtl. für Männer
10,70 EUR mtl. für Frauen

SDK Süddeutsche
Krankenversicherung

Werbung bringt Umsatz

Der große Wurf beim Schmidener Sommer vom 9. bis 21. Juli 2007



Großes Kniffel-Spiel

Kniffeln Sie mit
und gewinnen Sie
bis zu **35%** Rabatt
auf Ihre nächste Brille.

Sonntag, 15. Juli 2007

Wer gewinnt mit seiner schwersten
Brille unsere leichteste Brille?
Dem Sieger winkt eine moderne,
ultraleichte Brille in seiner Sehstärke!

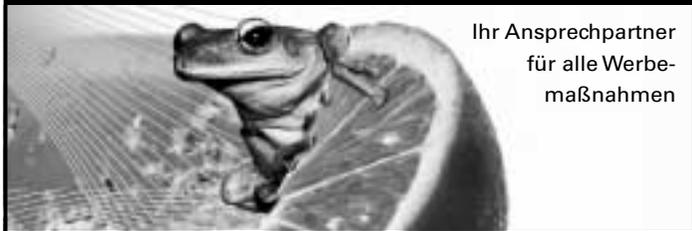
Dazu am 15.07. viele weitere
Sonntags-Attraktionen:
Donuts, Kinderschminken,
Kunstwerk, Wellness-Angebote.
Unser Team freut sich auf Sie.



Brillen Schneider
Gotthilf-Bayh-Straße 2 • 70736 Schmiden
Tel. 07 11-5 18 15 75 • Fax 07 11-5 18 12 65

www.brillen-schneider.com

ULRICHWERBUNG



Ihr Ansprechpartner
für alle Werbe-
maßnahmen

www.ulrich-werbung.de

PURKERT

Kupferschmiede

- Kupferschmiede
- Behälterbau
- Edelstahltechnik
- Kunsthandwerkliche Metallarbeiten
- Apparatebau

Gutenbergstr. 38 • 70736 Fellbach-Schmiden
Tel.: 07 11 / 51 91 94 • Fax 07 11 / 5 18 18 26

www.kupferschmiede-purkert.de

Wir walken los !

Große Auswahl an Schuhen
Adidas - Asics - Brooks - Nike - Reebok



und im Stockbereich
Exel - Leki - Swix

sp@rt+mode
ZEYHER

Bahnhofstr. 1, beim Rathaus
70734 Fellbach
Tel. 07 11 / 57 88 04 0
Fax 57 88 04 26

Öffnungszeiten: Mo. – Fr. 9 – 19 Uhr, Sa. 9 – 14 Uhr

Ein runder Geburtstag

Muskelkater vor zehn Jahren aus der Taufe gehoben – Rückblick in Schlaglichtern

Der Muskelkater feiert ein rundes Jubiläum. Die jetzige Ausgabe, die Sie in Händen halten, ist die 27. Ausgabe der Zeitung – das hört sich nun nicht gerade rund an. Doch der Muskelkater an sich hat – wie man so schön sagt – vor zehn Jahren das Licht der Welt erblickt. Der erste runde Geburtstag ist Anlass für Jens Gieseler, einen Rückblick zu wagen, bei dem die Highlights in den Focus gerückt werden.

1. Ausgabe: Sollen Vereine den Schulsport übernehmen?

Schon vor zehn Jahren schlug der TSV vor, Schul- und Vereinssport enger zu verknüpfen. Beispielsweise Sportlehrer für Kinder- und Jugendsport im Verein freizustellen und die in Frage stehende dritte Schulsportstunde den Vereinen zu übergeben. Hoch aktuell: Denn die Ganztagschule erfordert eine enge Zusammenarbeit von Schulen und Vereinen.

2. Ausgabe: Kein Doping bei Fichter

Wie inzwischen offiziell bekannt: Etliche Radsportler haben 1998 systematisch gedopt. Nicht so der jugendliche Weitspringer Sebastian Fichter. Um 11.30 Uhr angerufen, standen die Kontrolleure um 11.45 Uhr vor der Tür, machten aber erst nach etlichen Flaschen Flüssigkeit gelbe Beute. Einen Tag später wurde er Deutscher Jugendvizemeister und erhielt zwei Monate später einen negativen Dopingbescheid.

3. Ausgabe: Gründung des activity

Der damalige Vorsitzende Uli Lenk posiert auf dem Titelblatt mit Hanteln für das neue activity. Nun, der Vorsitzende ist inzwischen Präsident. Das activity hat 1500 Mitglieder und ist so bekannt, dass Ministerpräsident Günther Oettinger und der Turnerpräsident Rainer Brechtken im Februar 2007 dort das neue Gesundheitssportangebot Mobilislight vorstellten. Ob Lenk noch die gleichen Gewichte stemmen kann?



Die Redaktion: Marion Steinle und Rainer Rückle sind von Anfang an dabei und sorgen dafür, dass die Texte in Form kommen.

6. Ausgabe: Alle für einen - oder jeder für sich?

Im Sommer 1999 saßen die Vorsitzenden der drei Fellbacher Großvereine an einem runden Tisch und überlegten, wie sie enger kooperieren könnten. Der TSV-Vorsitzende Uli Lenk damals: „Vielleicht müssen wir uns in zehn Jahren fragen, ob drei Großvereine in Fellbach zeitgemäß sind“. Die Antwort geben die drei Vorsitzenden in zwei Jahren.

8. Ausgabe: Mitglied oder Kunde?

Im Muskelkater fragten sich Sportwissenschaftler, Verbandspräsidenten und Unternehmensberater: Mitglied oder Kunde? Öffnung und Kundenorientierung so die allgemeine Empfehlung. Führen wie ein Dienstleister auch wenn es ein soziales Produkt ist. Mit seiner hauptberuflichen Geschäftsstelle, dem Sportschülerhort und dem activity gehörte der TSV im März 2000 längst zu den fortschrittlichsten deutschen Sportvereinen. (weiter auf der nebenstehenden Seite).



Das erste Logo des Muskelkaters.



Die erste Ausgabe erschien am 27. 11. 1997.



Der neue Hochseilgarten ist ein Highlight, das es natürlich auf die Titelseite schafft.

Muskelkater in Bewegung

Aktuelle Jubiläumsausgabe zeigt die Bandbreite des Sports

11. Ausgabe: TSV löst Probleme, bevor sie bekannt sind
Während Wissenschaftler die Diskrepanz von Anspruch und Wirklichkeit der sportlichen Jugendarbeit erkennen, hat der TSV längst ein Konzept. Während die Abteilungen für den Wettkampfsport der Kinder sorgen, kümmert sich der Gesamtverein um die körperlich schwächeren Teens. Das Konzept entwickelte der Verein immer weiter und erhielt inzwischen bereits den zweiten Innovationspreis des Deutschen Turnbundes.

der. So viel Zukunft war noch nie. Oder? Immer mehr Kinder haben Koordinations- und Konditionsschwierigkeiten. Immer mehr Kinder sind verhaltensgestört. Der TSV reagiert mit gezielten Bewegungs- und Unterstützungsangeboten.

21. Ausgabe: Unternehmer beraten den Verein
Der Muskelkater stellt das TSV-Kuratorium mit zwölf Unternehmern vor. Im Gespräch mit dem Vorstand und der Geschäftsführung sollen unterschiedliche

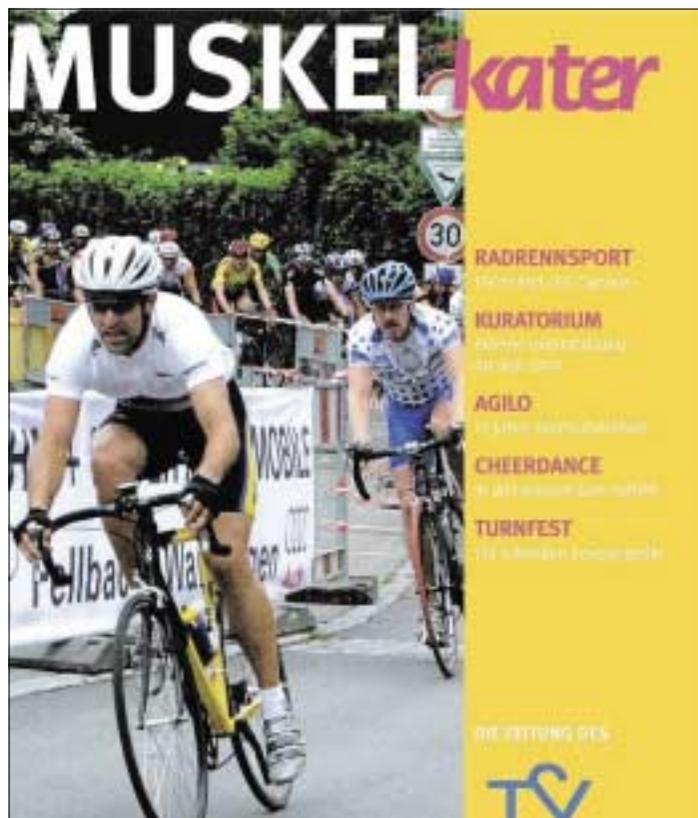
Sichtweisen ausgetauscht werden, kritische Fragen gestellt und gemeinsame Ideen umgesetzt werden. Erstes Ergebnis: Der Hochseilgarten Fellbach.

Jubiläumsausgabe: 10 Jahre Muskelkater
27 Ausgaben in zehn Jahren? Da stimmt doch was nicht? Stimmt! Zwischen März 2002 und Juli 2003 schwächelte der Muskelkater. Dann erschien er im neuen, vierfarbigen Gewand. Nostalgiker vermissen seitdem das „Viech mit der Fliegenklatsche“.

13. Ausgabe: Übernahme vom kommerziellen Betreiber
Der TSV beabsichtigt, das Sportstudio im Rems-Murr-Zentrum zu übernehmen. Natürlich ein Dorn im sportlichen und kommerziellen Auge des SV Fellbach. Eine kooperative Lösung war nicht zu finden. Aber in einem Redaktionsgespräch zwischen den beiden Vorsitzenden können die Wogen geglättet werden. Die Zeit zeigt: activity und Balance können gut nebeneinander bestehen.

17. Ausgabe: Fehlende Zuschüsse – erhöhte Gebühren
Im April 2004 kürzt das Land die Sportförderung um 10 Millionen Euro auf 70 Millionen, die Stadt Fellbach will zehn Prozent einsparen, der Landessportbund erhöht seine Beiträge um 20 Prozent. Dem TSV fehlen 100.000 Euro, dem SVF 70.000 und dem TVOe 50.000. Und heute: Trotz anziehender Wirtschaft werden die Sportvereine nicht mehr öffentliche Gelder erhalten. Denn: Der Staat zieht sich aus diesen sozialen Aufgaben zurück.

18. Ausgabe: Kinder - Kinder
Eine ganze Ausgabe nur über Kin-



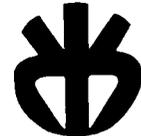
Dem Radrennsport ist die Ausgabe 21 im Juli 2005 gewidmet.

Alender & Speidel GmbH
Kölner Str. 32
70376 Stuttgart
Tel. 0711 / 53 06 08 60
www.alender-speidel.de



Schnellreparaturen / Notdienst > Um- und Neueindeckungen
Flachdachsaniierungen > VELUX / ROTO Wohnraumdachfenster
Wärmedämmungen > Kaminreparaturen und -verkleidungen
Blecharbeiten am Dach > Garagen- und Flachdachbegrünungen

Ihr zuverlässiger Meisterbetrieb



J&J Kübler
Lederwaren GmbH

Karolingerstraße 6 · 70736 Fellbach
Telefon 0711/9519070
E-Mail: kuebler-lederwaren@t-online.de
Internet: www.kuebler-accessories.de

LEDERWAREN

WERBEARTIKEL

TRAGESYSTEME FÜR
ELEKTRONISCHE GERÄTE
UND MOTOREINHEITEN

MARKETING

LOGISTIK

NEW HOME
0711 5150 500
HOCHWERTIGE AUSSTATTUNG
UND MODERNE ARCHITEKTUR

WILLKOMMEN IM NEUEN ZUHAUSE

8-Familienhaus im Herzen Fellbachs:

3-Zimmer Wohnung, 1. OG, 96m², Loggia
€ 234.600,-

4-Zimmer Wohnung, EG, 118m², Loggia
€ 283.200,-

Wohnpark Zeeb/Fellbach-Schmidlen:

2-Zimmer Penthouse Wohnung, DG, 80m²
2 schöne Terrassen
€ 187.200,-

3-Zimmer Wohnung, EG, 100m²
mit großer Terrasse
€ 245.100,-

4-Zimmer Wohnung, 1.OG, 113m²
großes Wohnzimmer
€ 272.300,-



Beratung:
Petra Siegert
Lars Rambacher
0711/51 50 500

E-mail: info@ebner-
unternehmen.de



www.ebner-buerkle.de



FB-GeldmarktKonto online

- Rentabel** – super attraktiver Zins ab dem ersten Cent
- Flexibel** – Ihr Geld ist täglich verfügbar
- Bequem** – online umbuchen
- Kostenfrei** – hier wächst Ihr Guthaben ungehindert
- Übersichtlich** – Kontoabrechnung und Auszug zum Quartalsende

Fragen Sie uns – wir beraten Sie umfassend!

www.fellbacher-bank.de

Fellbacher
Bank eG 

☆☆☆ HOTEL BÜRKLE

Augustenstraße 1 • D-70734 Fellbach-Schmidlen

☎ +49 (0711) 51 85 85 - 0 • Fax +49 (0711) 51 85 85 - 799

E-mail: HotelBuerkle@t-online.de • Internet: www.HotelBuerkle.de



FELLBACHER
WEINGÄRTNER

Inspiration

Es ist mir völlig gleichgültig
wohin das Wasser
fließt, so lang es nicht
in den Wein läuft.

Gilbert Keith Chesterton

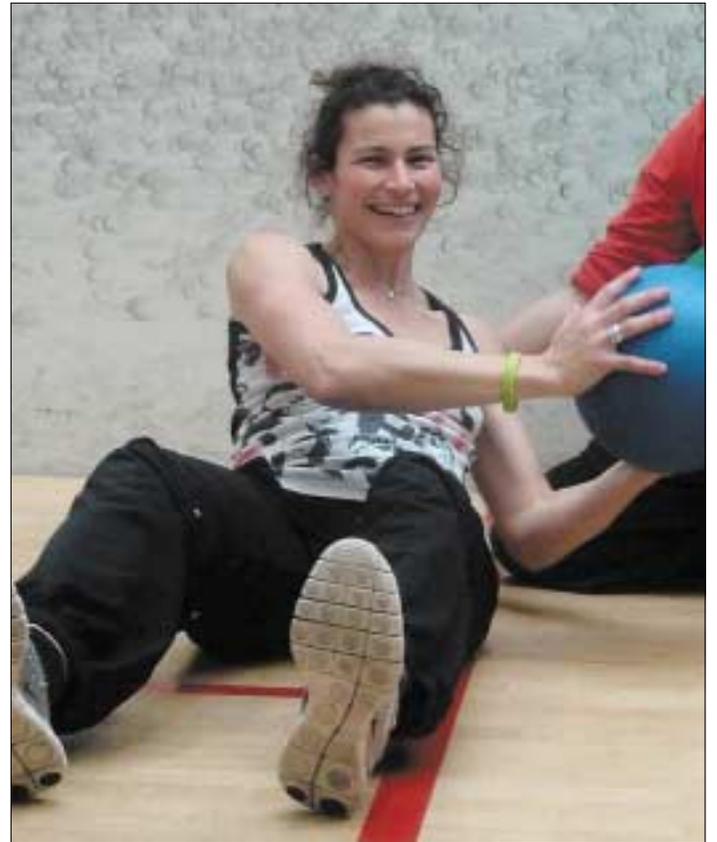
Fellbacher Weingärtner eG
Kappelbergstraße 48
D-70734 Fellbach
Telefon 0711/578803-0
Telefax 0711/578803-40
info@fellbacher-weine.de
www.fellbacher-weine.de
Verkauf und Degustation:
Mo. - Fr. 9.00 - 12.30 Uhr
und 13.30 - 18.30 Uhr
Do. durchgehend
9.00 - 18.30 Uhr
Sa. 9.00 - 14.00 Uhr

Trainieren wie die Stars

Personal Training im *activity* für motivierteres und effizienteres Training

Viele Menschen denken beim Begriff „Personal Training“ direkt an Prominente wie Heidi Klum oder Madonna, die regelmäßig mit einem Personal Trainer an ihrer Fitness arbeiten. Dennoch ist Personal Training nicht nur etwas für Stars und Sternchen. Jeder Mensch kann heutzutage von dieser immer beliebter werdenden Trainingsform profitieren. Was genau ist Personal Training? Unter einem Personal Training (PT) versteht man ein individuelles, auf eine einzelne Person ausgerichtetes und spezialisiertes Trainingsprogramm, das sämtliche Eigenschaften und Bedürfnisse der jeweiligen Person mit einbezieht. Es basiert auf einer Eins-zu-Eins Betreuungsgestaltung, so dass der Personal Trainer während der gesamten Trainingszeit für den Kunden mit Rat und Tat zur Verfügung steht. So können zum Beispiel neben beobachteten Übungen auch Partnerübungen mit dem Trainer durchgeführt werden oder man geht mit dem Personal Trainer zusammen im Wald joggen. Dies ist sehr motivierend und verbessert gleichzeitig die Effektivität des eigenen Trainings, da es langfristig durchgehalten und stetig angepasst wird.

Für den Kunden besitzt Personal Training aber noch weitere Vorteile. Diese besondere Trainingsform ist orts- und zeitunabhängig, das heißt das Training ist nicht zwangsläufig an ein Fitness-Studio oder an feste Zeiten gebunden. Darüber hinaus findet das Training immer in vertrauter Atmosphäre mit dem gleichen Ansprechpartner statt. Rolf Budelmann, der Geschäftsführer des TSV Schmidlen und selbst Klient eines *activity* Personal Trainers, ist von dieser modernen Trainingsform begeistert. „Die beiden Einheiten mit Petra haben sich jetzt schon gelohnt. Ich spüre danach Muskeln, von denen ich nie wusste, dass es sie gibt. Und ich meine, ich sitze tagsüber schon aufrechter als zuvor.“ Wann ist es nun sinnvoll, sich einen „persönlichen“ Trainer zu leisten? Das Beispiel von Rolf Budelmann bringt es auf den Punkt. Sehr empfehlenswert ist Personal Training für jeden, der neben der Verbesserung der körperlichen Fitness auch die Ernährung



Der Personal Trainer steht während der gesamten Trainingszeit für den Kunden mit Rat und Tat zur Verfügung.

und andere Lebensgewohnheiten umstellen möchte. So kann bei Bedarf beispielsweise eine Ernährungsberatung vom Personal Trainer durchgeführt werden oder auch die Schlafgewohnheiten des Klienten analysiert werden. Rolf Budelmann hat beides schon in Anspruch genommen. Die Umstellung seiner Lebensgewohnheiten mit Hilfe seiner Personal Trainerin ist für ihn „der richtige Schritt in eine gesündere Zukunft.“ Seit dem 2. Juli 2007 ist es möglich, Personal Training im *activity*, dem Freizeit Sportclub des TSV Schmidlen, kennen zu lernen. Sechs geschulte Personal Trainer stehen zur Verfügung, wobei jeder einzelne ein oder mehrere Spezialgebiete aufweisen kann. So kann man zum Beispiel mit Moritz Matzen zusammen seine Ausdauer im Laufen verbessern, um zukünftig an einem Marathon teilnehmen zu können, sich mit Tamer Acicbe im volleyballspezifischen Kraft-

training auspowern, um höher zum Block springen zu können oder mit Daniela Endress Pilatesübungen perfekt ausführen, um den eigenen Körper nach einer langen Schwangerschaft wieder in Form zu bekommen. Je nach Trainingsziel gibt es also mindestens einen *activity* Personal Trainer, der einen schnell zum gewünschten Ziel bringen kann. Für Interessenten stehen drei unterschiedliche Pakete zur Verfügung. Alle beinhalten in der ersten Trainingsstunde eine ausführliche Analyse, bei welcher unter anderem Körpergröße, Gewicht, Body-Mass-Index und Körperfettanteil bestimmt werden.

Christian Martz

INFO: Weitere Informationen gibt es bei Christian Martz, im *Activity*, Bühlnstraße 140, 70736 Fellbach. Beratungszeiten: montags 13 bis 14 Uhr und mittwochs 17 bis 18 Uhr, Telefon: 07 11-51 04 99 815 Email: personaltrainer@activity-fellbach.de www.activity-fellbach.de

Ihr guter Bäcker aus Schmidlen
Charlottenstraße 21 · Telefon 51 21 75 · Fax 51 57 88

Ob Regen oder Sonnenschein,
kauf dir beim Bäcker-Belz
was Frisches ein!

Schmidener Brezelkörble
Fellbacher Straße 43 · Telefon 51 81 991

Schmidener Sommer 2007

Große TSV-Meile in der Remstalstraße
mit TSV Spaßolympiade und tollem Programm
auf der Showbühne.

**Beginn: Samstag 12 Uhr
Sonntag 10 Uhr**

Für das leibliche Wohl ist bestens gesorgt!!!

TSV
Schmidlen

Fit und gesund im TSV Schmiden

Kursprogramm Herbst 2007

Rund-um-fit

Funktionelles Körpertraining 1	FKP-1	Di.	17.30-19.00, 11.09.-06.11.07	TSV-Bewegungszentrum
Step & Work	Step	Di.	19.00-20.00, 11.09.-06.11.07	TSV-Bewegungszentrum
Fitness Kompakt	Fit	Do.	19.30-20.50, 13.09.-15.11.07	Schulturnhalle/Friedensschulzentrum
Aqua-Power	APO	Mo.	19.45-20.30, 10.09.-05.11.07	Schwimmbad/Friedensschulzentrum
Fit im Wasser	Was	Mi.	19.00-19.45, 12.09.-14.11.07	Schwimmbad/Friedensschulzentrum
Auqa Fitness	AFIT-2	Mo.	20.30-21.10, 10.09.-05.11.07	Schwimmbad/Friedensschulzentrum
Funkt. Gymnastik für Senioren	Sen	Mi.	15.00-16.00, 12.09.-14.11.07	Vereinspavillon
Bauch Beine Baby	BBB	Mi.	10.00-11.00, 12.09.-14.11.07	activity Der Freizeit Sportclub.
Bauch Beine Baby	BBB	Mo.	10.30-11.30, 10.09.-05.11.07	activity Der Freizeit Sportclub.
Polestar Pilates	Pil Senioren	Di.	11.00-12.00, fortlaufend	activity Der Freizeit Sportclub.
Polestar Pilates	versch. Kurse		ab 1.9.2007 bitte im activity erfragen	activity Der Freizeit Sportclub.

Entspannung

Hatha-Yoga Fortg.	Yoga 1	Mi.	17.30-18.45, 12.09.-14.11.07	Gymnastikraum/Stadionrestaurant
Hatha-Yoga Anfänger + Fortg.	Yoga 2	Mi.	18.45-20.00, 12.09.-14.11.07	Gymnastikraum/Stadionrestaurant
Hatha-Yoga Anfänger + Fortg.	Yoga 3	Mi.	20.00-21.15, 12.09.-14.11.07	Gymnastikraum/Stadionrestaurant

Gesunder Rücken

Wirbelsäulengymn. + Stretching	WS-2	Mo.	18.00-19.00, 10.09.-05.11.07	Gymnastikraum/Stadionrestaurant
Wirbelsäulengymn. Intensiv	WS-3	Mo.	19.00-20.00, 10.09.-05.11.07	Gymnastikraum/Stadionrestaurant
Wirbelsäulengymn. für Senioren	WS-4	Do.	09.30-10.20, 13.09.-15.11.07	TSV-Bewegungszentrum
Rückenschule	RS-1	Mo.	20.00-21.00, 10.09.-05.11.07	Gymnastikraum/Stadionrestaurant
Rückenfitness	Rüf	Do.	10.30-11.20, 13.09.-15.11.07	TSV-Bewegungszentrum

Tanz und Ballett

Jazz-Dance	Mini Dance (5-6 Jahre)	Fr.	17.30-18.15, Beginn: 21.09.07	Sporthalle Fröbelschule
	Midi Dance (7-10 Jahre)	Fr.	18.15-19.00, Beginn: 21.09.07	Sporthalle Fröbelschule
	Kids (11-14 Jahre)	Fr.	19.00-19.45, Beginn: 21.09.07	Sporthalle Fröbelschule
Kinderballett - Anfänger	Kit-2	Di.	16.15-17.00, 11.09.-06.11.07	Gymnastikraum/Stadionrestaurant
Kinderballett - Anf. + Fortg.	Kit-3	Di.	15.15-16.15, 11.09.-06.11.07	Gymnastikraum/Stadionrestaurant
Kinderballett - Fortgeschr.	Kit-4	Di.	17.00-18.00, 11.09.-06.11.07	Gymnastikraum/Stadionrestaurant
Kindertanz/Tanzsportabteilg. (3 1/2-6 Jahre)		Mo.	15.30-16.30	Tanzsportzentrum
Kindertanz/Tanzsportabteilg. (6-13 Jahre)		Mo.	16.30-17.30	Tanzsportzentrum
Ballett für Erwachsene - Einst.	Bal-1	Mi.	17.45-18.45, 12.09.-14.11.07	activity/kleiner Kursraum
Ballett für Erwachsene - Aufb.	Bal-2	Mo.	18.15-19.15, 10.09.-05.11.07	activity/kleiner Kursraum
Ballett für Erwachsene - Einst.	Bal-3	Fr.	09.10-10.10, 14.09.-16.11.07	activity/kleiner Kursraum
Modern Dance	Modern	Mi.	18.45-19.45, 12.09.-14.11.07	activity/kleiner Kursraum

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 Der Freizeit Sportclub.

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

Öffnungszeiten:

Mo.+ Mi.: 08.00-22.30 Uhr
Di.,Do.+Fr.:09.00-22.30 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" Bewegungsläufe 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

Kursgebühren (Rüf):

Für activity-Mitglieder kostenlos

Mitglieder der TSV-Schmiden: € 38,-

Nichtmitglieder: € 50,-

Jahresgebühr für TSV-Mitglieder: € 129,-

Entspannung

· 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)

Mi., 17.30-18.45 Uhr, Gymn.raum/Stadionrestaurant Schmiden

(Yoga-2, Anfänger und Fortgeschrittene)

Übungsleiterin: Sigi Bräuninger (Sportlehrerin)

Mi., 18.45-20.00 Uhr, Gymn.raum/Stadionrestaurant Schmiden

(Yoga-3, Anfänger und Fortgeschrittene)

Übungsleiterin: Sigi Bräuninger (Sportlehrerin)

Mi., 20.00-21.15 Uhr, Gymn.raum/Stadionrestaurant Schmiden

Kursgebühren (Yoga-1, 2, 3)

Für activity-Mitglieder kostenlos

Mitglieder im TSV Schmiden: € 72,00

Nichtmitglieder: € 90,00

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:

Anne-Rose Kirn, Gymnastiklehrerin, Aquatic Fitness Instructor

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

· Aqua Fitness

Leitung: Anne-Rose Kirn (Gymnastiklehrerin)

Umfang: 8 Einheiten a 45 Minuten

Mi., 19.00-19.45 Uhr, Kleinschwimmhalle Schmiden

Kursgebühren:

Für activity-Mitglieder: € 30,-

Mitglieder im TSV Schmiden: € 30,-

Nichtmitglieder: € 40,-

· 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.

Leitung: Annette Rückle (Physiotherapeutin)

Termine standen bei Druck noch nicht fest.

Bitte fragen Sie im activity nach.

· Step + Work

Step-Aerobic und Problemzonengymnastik - die beiden Highlights im Fitnesskursbereich - werden in dieser Stunde kombiniert. Dieser Kurs ist für all diejenigen geeignet, die etwas für ihre Ausdauer tun wollen.

Leitung: Thomas Nick

Umfang: 8 Abende á 60 Minuten

Leitung: Thomas Nick

Kursgebühren:

activity-Mitglieder kostenlos

TSV-Mitglied: € 47,-

Nichtmitglied: € 62,-

· Polestar Pilates

Das Hauptziel von Pilates besteht in der Bewusstwerdung der eigenen 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: Petra Umscheiden-Kachler (Polestar Pilates Coach) oder Daniela Endress (Polestar Pilates Coach)

Umfang: 8 Einheiten a 60 Minuten Basiskurs

ab Herbst bitte im activity ab 1.9. erfragen

Ort: activity Der Freizeit Sportclub

Kursgebühren:

activity-Mitglieder:

TSV-Mitglieder: € 47,-

Nichtmitglieder: € 62,-

Aufbaukurse für activity-Mitglieder kostenlos.

Tanz und Ballett

· Mini-Dance (5-6 Jahre)

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: 14 Einheiten

Fr., 17.30-18.15 Uhr, Sporthalle Fröbelschule

· Midi-Dance (7-10 Jahre)

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

Leitung: Silvia Bürkle-Kuhn

Umfang: 14 Einheiten

Fr., 18.15-19.00 Uhr, Sporthalle Fröbelschule

· Jazz-Kids (11-14 Jahre)

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

Leitung: Silvia Bürkle-Kuhn

Umfang: 14 Einheiten

Fr., 19.00-20.00 Uhr, Sporthalle Fröbelschule

Kursgebühren (Mini-, MidiDance, Jazz-Kids)

TSV-Mitglieder: € 48,50

Nichtmitglieder: € 68,-

· Kinderballett

Für Mädchen und Jungen im Alter von 5-12 Jahren. Erste Übungen an der Stange und im Raum sowie kleinere enchainements werden geübt.

Kit-2 (Anfänger): Di., 16.15-17.00 Uhr

Kit-3 (Anfänger + Fortgeschr.): Di., 15.15-16.15 Uhr

Kit-4 (Fortgeschrittene): Di., 17.00-18.00 Uhr

Ort: Gymnastikraum Stadionrestaurant

Kursgebühren Kindertanz/Ballett

TSV-Mitglieder: Kit2 € 31,50 Kit3+4 € 42,-

Nichtmitglieder: Kit2 € 39,- Kit3+4 € 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): Mi., 17.45-18.45 Uhr

Bal-2 (Aufbau): Mo. 18.15-19.15 Uhr

Bal-3 (Anfänger): Fr., 09.10-10.10 Uhr

Ort: activity Der Freizeit-Sportclub.

· Modern Dance

Aus der Körpermitte heraus arbeiten - raumgreifende Bewegungen, Dynamik, Rhythmus und künstlerischer Ausdruck auf der Grundlage von Limon Technik. Heben und fallen lassen, Anspannung und Entspannung, Sprünge und Bodenbewegungen ... sind Elemente, die Sie in diesem Kurs erlernen.

Leitung: Ariadne Fleischmann (Tanzpädagogin)

Ort: activity Der Freizeit Sportclub.

Kursgebühren (Ballett und Modern für Erwachsene)

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

Bal-1, -2 und -3 und Modern Dance

TSV-Mitglieder: € 42,-

Nichtmitglieder: € 51,-

· 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.-

Fit und gesund im TSV Schmiden



activity Der 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

Badminton, Squash und Indoor Soccer

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, das 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 eigenen 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 1902 e.V., den Kursbeitrag in Höhe von € _____ von meinem Konto:

Konto-Nr.: _____

bei: _____

BLZ: _____ einzuziehen.

Name des Kontoinhabers: _____

Datum _____ Unterschrift _____

Hier geht die Post ab

Schneckenpost, Luftpost, Paketpost, Gebirgspost, Rohrpost, Postauto „Bei uns geht die Post ab“, lautete das Motto des Spielnachmittags, der kürzlich in der Sporthalle Schmidener stattfand. Im Rahmen einer Fortbildung kamen die Organisatoren von „kids move“ auf die Idee, dem Spielnachmittag künftig ein Thema zu geben. Neben den sportlichen Aufgaben musste an jede der zwölf Stationen ein Brief gebracht werden. Mit Begeisterung gingen die kleinen Briefträger an die Arbeit: hüpfend, kletternd, hangelnd, balancierend oder rollend erreichten sie ihr Ziel und warfen die Post verantwortungsbewusst in die Behälter. Attraktive Stationen wurden gleich mehrmals absolviert. *Britta Wackenheim*



Hüpfen, klettern, springen – das begeistert beim Spielenachmittag.

Attraktive sechste Schulstunde

Kooperation der Albert-Schweitzer-Schule mit der TSV-KiSS

Nachdem seit einiger Zeit die Anne-Frank-Sport-Schule für noch mehr Bewegung im Schulalltag ihrer Kinder sorgt, hat nun auch die andere Schmidener Grundschule nachgezogen.

In der Albert-Schweitzer-Sport-Schule (ASSS) können die 1./2.- und 3./4.-Klässler seit den Pfingstferien ergänzende und freiwillige Schulsportstunden besuchen. In Kooperation mit der Kindersportschule (KiSS) des TSV Schmidener und deren Leiter Stefan Lang, findet in dem Friedensschulzentrum für die jeweils zwei Klassenstufen ein Angebot in der Sporthalle und der TSV-Bewegungslandschaft statt.

Angelehnt an den Lehrplan der Grundschule erfahren die Kinder hier eine sportartübergreifende Grundlagenausbildung, die

durch Abenteuersport, großes Trampolin und Kletterwand äußerst reizvoll ergänzt wird. Zudem gibt es die Möglichkeit zusätzlich ein Schwimmangebot wahrzunehmen, das wie die „trockenen“ Angebote ebenfalls zur sechsten Schulstunde stattfindet. Hier sollen die Wasserratten – und solche, die es noch werden wollen – darin unterstützt werden, ihre Schwimmfähigkeiten zu verbessern.

Die zusätzlichen Angebote der ASSS sind zwar freiwillig, jedoch nicht kostenlos. Es werden Beiträge erhoben, die an die KiSS angelehnt sind, und durch deren Entrichten die Kinder automatisch Mitglied beim TSV Schmidener sind. Hier können sie zusätzlich viele der regulären TSV-Sportangebote kostenlos wahr-

nehmen. Eine bereits bestehende TSV-Mitgliedschaft wird dabei selbstverständlich berücksichtigt.

Hintergrund des Angebotes ist, dass die Schulen aus personellen und finanziellen Gründen oft nicht die Möglichkeit haben, eine zusätzliche Schulsportstunde anzubieten. Die Kinder können sich in der ASSS nach fünf Schulstunden stillsitzen zumindest ein bis zwei Mal in der Woche so richtig austoben.

Anschließend können die Kinder ausgeglichen nach Hause gehen und mit genügend Abstand und gelösten Knoten im Kopf ihre Hausaufgaben erledigen. Und außerdem es gibt eine Stunde Kinderbetreuung mit Bewegung als positivem Nebeneffekt.

Stefan Lang

Dach-Komplett-Service



Zimmermannsmeister J. Frick bei der Eindeckung

Alles komplett aus einer Hand: Statik, Holzkonstruktion des Dachstuhls, fachgerechte Ziegeleindeckung und Bauflächenschnerei. Für alle, die Wert auf Qualität und Langlebigkeit legen. Anruf genügt.

Wir beraten Sie.

Seit über 225 Jahren der zuverlässige Handwerks-Meisterbetrieb

FRICK

HOLZBAU

Bruckmannstrasse 2
70736 Fellbach-Schmidener
Tel. 07 11/51 85 75-6
Fax 07 11/51 85 75-75
E-Mail: info@frick-holzbaude
Internet: www.frick-holzbaude



Unsere Spezialität: Spargel und Beerenobst

Außerdem erhalten Sie: immer frisches Obst und Gemüse

Aus eigener Herstellung: Fruchtle-Sekt, Liköre, Weine, Säfte, Raps- und Sonnenblumenöl, Fruchtaufstriche

Hoffest & Besenwirtschaft: Hoffest um den 1. Mai Spargelbesen Mai - Juni Gänsebesen Nov. - Dez.

Die Verkaufsstellen:

Schmidener: zw. Schmidener u. Bad Cannstatt
Fellbacher: Cannstatter Straße 53, (Wohncity) Familie Bauerle, Höhe 1, 70736 Fellbach, Tel.: 07 11/53 41 28, Fax 07 11/53 60 777
www.fruechtleovmschmidenerfeld.de

Kleine Anzeige – große Wirkung

Rigon & Littmann

Garten- und Landschaftsbau

Meisterbetrieb

Benzstr. 29 * 70736 Fellbach

☎ 0711-51097790 * www.rigon-littmann.de

Stadio

Ristorante - Pizzeria

„La Cucina Italiana“

Genießen Sie italienisches Flair in gemütlicher Atmosphäre

Wann? Mo. – Fr. 17 bis 24 Uhr
Sa., So., u. Feiertag 11.30 bis 23 Uhr (durchgehend warme Küche)

Wo? TSV Schmidener - Stadion Restaurant
Nurmiweg 8
70736 Fellbach-Schmidener
Telefon 07 11 / 51 34 51

Auf Ihren Besuch freut sich Familie Porro und Team.



Seit **10 Jahren** den Menschen im Mittelpunkt

- Neu gestaltete Räume
- Erweitertes Angebot
- Bewährte Qualität

PHYSIOTHERAPIE GRAF

Neu: **Medical Wellness Ayurveda**

Christopher Graf
Praxis für Krankengymnastik
Trainingstherapie
Osteopathie
Medical Wellness

Ohmstraße 15
70736 Fellbach
0711/5780478
info@physio-graf.de
www.physio-graf.de



ALPHA-SECURITY-ARCHIVE GmbH

Wir sichern nicht nur Ihre **Objekte**,
sondern auch Ihre **sensiblen Akten!**

Unser modernes und gut gesichertes
Archiv ist auf Ihre Akten vorbereitet.

ALPHA-SECURITY-ARCHIVE GmbH
Salierstraße 48, 70736 Fellbach
Fon 0711/95199013
Fax 0711/95199015



Feierlaune nach dem großen Erfolg der Handballer des TSV Schmiden.

TSV-Handballer sind Württembergischer Meister

Größter Erfolg in der fast 75-jährigen Abteilungsgeschichte

Wer hätte das gedacht? Nach dem lang ersehnten Aufstieg von der Verbandsliga in die Württembergliga machten die Schmidenener Handballer als Württembergischer Meister 2006/2007 gleich den Durchmarsch in die Baden-Württemberg-Oberliga und erzielten somit den größten Erfolg in der fast 75-jährigen Abteilungsgeschichte.

Die Tiefstapler sprachen vom Klassenerhalt, die Realisten von der oberen Tabellenhälfte und die Optimisten natürlich von der Chance des direkten Aufstieges in die Oberliga. Aber angesichts der Tatsache, dass nur der 1. Platz den direkten Aufstieg bedeuten würde, wäre diese Zielvorgabe mehr als utopisch gewesen. Thomas Krombacher, Jens Fischer (beide Karriereende) sowie Joachim Ness (SV Fellbach) verließen die Mannschaft. Dem gegenüber standen fünf Neuzugänge: Robin König (eigene Jugend), Marco Kolotuschkin (TV Kornwestheim), Christoph Hauser (TV Neuhausen/Erms), Tim Baumgart (TV Oeffingen) sowie der erfahrene Manuel Mühlpointner (TSV Deizisau).

Nach zähem Beginn der Hinrunde gegen Möhringen konnte bei den heimstarken Laupheimern ein unglaublicher 36:27 Sieg eingefahren werden. Die folgenden Spiele gegen Remshalden und in Lauterstein wurden wieder knapp gewonnen. Die Spiele gegen die erfahrenen und zum Favoritenkreis gehörenden Mannschaften wie Weinsberg und Bad Saulgau wurden gewonnen und man setzte sich an der Tabellenspitze fest. Man merkte, dass sich die Konditionseinheiten im ungeliebten Hardtwald be-



Jörg Kaaden beim Torwurf.

zahlten machten. Denn die Schmidenener konnten im entscheidenden Moment einfach noch mal das Tempo erhöhen und die Spiele so für sich entscheiden. Zum Auswärtsspiel am 9. Spieltag nach Wangen, deren "Hölle Süd" bis dahin als uneinnehmbare Festung galt, organisierte Abteilungsleiter Siegfried Bürkle zwei Reisebusse. Circa 100 mitgereiste Schmidenener erlebten einen unvergesslichen Abend.

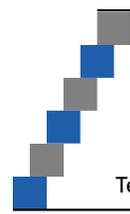
Unter den fast 1000 tobenden Zuschauern wusste der Schmidenener Fanblock ebenfalls zu feiern und verhalf den Blauen zum wichtigen 36:32-Auswärtssieg. Nach weiteren Siegen wurde die Hinrunde mit 26:0

Punkten beendet! Den ersten Punktverlust und somit die erste Niederlage setzte es am 16. Spieltag in Remshalden. Ein Dämpfer zur richtigen Zeit. Eine kleine Siegesserie bis zum wichtigen Auswärtsspiel in Bad Saulgau brachte einen 6-Punkte-Vorsprung auf den engsten Verfolger Wangen. So kam es am 25. März zum vorzeitigen Finale in der Württembergliga. Fast 600 Zuschauer empfingen die Gäste aus Wangen mit Pauken und Trompeten in der Schmidenener Sporthalle. Es sollte ein Festtag werden. Den unbedingten Siegeswillen, der sich im Laufe der Vorrunde entwickelt hatte, konnte man jedem einzelnen Spieler anmerken. Und so wurde Wangen deutlich mit 33:26 wieder ins Allgäu zurückgeschickt und man konnte den direkten Aufstieg in die Oberliga vorzeitig feiern. Ein riesen Dank gebührt dem Schmidenener Publikum, das die heimische Sporthalle in den letzten Jahren auch zu einer Festung hat werden lassen. Die letzte Heimniederlage datiert vom März 2004.

Mittlerweile laufen die Vorbereitungen auf die neue Saison auf Hochtouren. Zum Start des diesjährigen Ortsturniers wurde in einem Trainingsspiel sogar der Zweitligist TV Bittenfeld mit 28:25 geschlagen.

In der neuen Saison stehen dann einige Topspiele an: die Lokalderbys gegen den Nachbarn SV Fellbach oder auch die Spiele gegen Oppenweiler, Leutershausen und Schutterwald.

Es lohnt sich also, bei den Schmidenener Handballern vorbeizuschauen.
Jörg Kaaden und Markus Engelhart



Wolfgang Kolb
Dipl.-Finanzwirt · Steuerberater

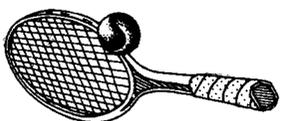
Frankfurter Straße 44 · 71634 Ludwigsburg
Telefon 0 71 41 / 22 00 35 · Telefax 0 71 41 / 38 38 38

Internet: <http://www.steuerberater-kolb.de> · Email: info@steuerberater-kolb.de
privat: Johannesstraße 14 · 70736 Fellbach

Lust auf Tennis? Kommen Sie zu uns!

Unser Angebot für Sie:
Für alle Neumitglieder
besonders interessant sind:

1. Das Jahr 2007 bleibt für Sie als Schnupperjahr beitragsfrei
2. Im 1. Mitgliedsjahr 2008 wartet ein weiteres attraktives Angebot auf Sie
3. Günstige Tarife für Eltern-Kinder-Paare, neu auch für Großeltern-Enkel-Paare



Interesse?

Melden Sie sich unter 07 11/51 11 74 oder kommen Sie zu unserem Stand beim Schmidener Sommer am 14. und 15.7.07 oder zu unserem Tennis-Sommerfest am 21.7.07 auf unserer Tennisanlage im Sportgelände Schmiden

TSV
Schmiden

Dauerhafte Haarentfernung

Sichern Sie sich heute noch Ihren
persönlichen
Beratungs-Termin



Mit der neuesten Technologie
Die sanfte Art der Haarentfernung
von geschulten und
erfahrenen Kosmetikerinnen





Es geht wieder rund – und die Tennisabteilung blickt optimistisch in die Zukunft.

Tennis im Aufwind

Abteilungsleiter Fritz Bretschneider im Gespräch

Die Tennisabteilung hatte keinen leichten Stand – die Abteilung hatte mit schwindenden Mitgliederzahlen zu kämpfen. Und eine Umnutzung der Halle war in der Diskussion. Inzwischen ist wieder Aufschwung in die Tennisabteilung gekommen. Der Muskelkater zog mit dem Abteilungsleiter Fritz Bretschneider Bilanz und wagte einen Ausblick.

Welche Aktivitäten haben Sie für Mitglieder unternommen?

Uns ging es vor allem auch darum, neue Mitglieder zu bekommen. So haben wir einen Tag der offenen Tür veranstaltet, um über unsere Angebote und die Abteilung zu informieren. Wir haben zudem verschiedene Kurse in diesem Jahr verstärkt. So boten wir Schnupperkurse für Jugendliche und Erwachsene an und auch ein Schnuppertraining. Beides hatte einen sehr starken Rücklauf.

Ganz neu ist das Jugendcamp diesen Sommer – wie sieht das Angebot genau aus?

Das Jugendcamp findet eine ganze Woche in den Sommerferien Anfang September statt, und zwar täglich von 10 bis 16 Uhr. Das Training ist kombiniert mit einem vielfältigen Programm. So geht es beispielsweise an einem Nachmittag in den Hochseilgarten. Weitere Aktivitäten sind Beachtennis und Tischtennis spielen. Außerdem wird selbstverständlich für das leibliche Wohl der Jugendlichen gesorgt. Das Camp ist bereits mit 30 Teilnehmern seit März ausgebucht.

Wie wurden die bestehenden Mitglieder motiviert und aktiviert?

Im sportlichen Bereich haben wir zum Beispiel ein offenes Doppel

jeden Montag angeboten. Es kann jeder mit jedem spielen. Das ist auch für die Mitglieder gedacht, die noch nicht so einen starken Kontakt im Verein haben.

Im geselligen Bereich wurden wieder mehr vereinsinterne Aktivitäten gestartet – von Skatturnier über die Radtour bis zur Herbstwanderung mit anschließender Weinprobe.

Die Mitglieder haben ja auch aktiv zur positiven Situation beigetragen.

Ja, ohne das Engagement unserer Mitglieder würde es nicht so gut aussehen. Die Leistungen von externen Firmen konnten reduziert werden, indem die Aufgaben in Eigenleistung übernommen wurden. So zum Beispiel den Reinigungsdienst in der Halle oder bei einem Teil der Aufgaben des Platzwarts. Dadurch konnten Kosten entsprechend gesenkt werden, um die Finanzen wieder in Griff zu bekommen,

Wie hat es geklappt, dass die Hallen-Belegungen hoch gegangen sind?

Wir haben natürlich mehr die Werbetrommel gerührt und hatten zudem das „Glück“, dass die Halle in Eisental geschlossen wurde. Dadurch sind einige Mitglieder zu uns gewechselt.

Wie sehen Sie die Aussichten für Ihre Abteilung?

Ich bin zuversichtlich, dass wir in diesem Jahr mit einem Überschuss herauskommen. Die Mitgliederzahlen müssten sich positiv entwickeln. Als erstes steht jetzt aber erst die neue Homepage-Gestaltung an.

INFO: Weitere Informationen unter 0711/51 11 74.



**Bankier werden.
Erfolg groß schreiben.**

Als Mitglied der Volksbank Rems sind Sie Bankier und profitieren von vielen Vorteilen: Attraktive Dividende, beste Konditionen und Mitbestimmungsrecht.

Volksbank Rems

Werden Sie Bankier!
In jeder Filiale der Volksbank Rems.

www.volksbank-rem.de
Servicetelefon 01801 602 901 10*
*3,9 ct/Min.






Hahn + Mayer Automobile

70734 Fellbach, Waiblinger Str. 68-70
Tel.: 0711/57530-0, www.hahn-mayer.de

**Der sportliche Partner
des TSV Schmidlen**

Ihr Service-Team von Hahn + Mayer Automobile sorgt dafür, dass Sie nicht nur gut weg kommen, sondern auch sicher wieder zurück. Mit Neuwagen von VW und Audi, mit einem Riesenangebot an Wohn- und Freizeitmobilen und mit einer großen Auswahl an gepflegten und werkstattgeprüften Gebrauchten. Und damit Ihnen Ihr Auto noch lange Freude macht, bieten wir Service, Wartung und Reparatur aus einer Hand. Für den Fall der Fälle gibt es bei Hahn + Mayer Automobile die Mobilitätsgarantie, und falls Sie mal etwas mehr Planungsspielraum brauchen, steht Ihnen unser großes Angebot der Euromobil Flotte zur Verfügung. So einfach ist das. Zumindest bei Hahn + Mayer Automobile.




**Hahn + Mayer
Automobile**
www.hahn-mayer.de

71332 Waiblingen
Schorndorfer Straße 86
Tel.: 07151/1702-0

**Hahn + Mayer
Automobile**

71364 Winnenden
Ringstraße 20/21
Tel.: 07195/1055-0

**70736 Fellbach
Volkswagen Zentrum**
Ringstraße 12-18
Tel.: 0711/5777-10

70736 Fellbach - Nutzfahrzeug Zentrum Rems Murr
Ringstraße 15
Tel.: 0711/5777-270

Turnerischer Input

Cheerleader bereiten sich gezielt auf die Landesmeisterschaften vor

Jedes Jahr werden seitens des Cheerleading-Dachverbandes, dem AFV Baden-Württemberg, spezielle Tumbling-Trainings-camps angeboten. Aber warum in die Ferne schweifen, wenn das Gute liegt so nah!

Das dachte sich auch Patricia Siwek, Clubleiterin und Trainerin der Flames. Kurzerhand wendete sie sich an Detlef Schaak, mit dem man bereits über den Marktplatz der Möglichkeiten, die Kindersportschau sowie den Schmiden Sommer immer wieder zusammen gearbeitet hatte. Beide entwarfen ein Sechs-Monats-Konzept mit der Zielsetzung, das Jugendteam „Flames“ bis zur Landesmeisterschaft im Dezember in Eppelheim turnerisch auf einen höheren Leistungsstand zu bringen. Erlernt werden sollen saubere synchrone zwei- und einhändige Räder, Schritt- und Handstandüberschläge sowie Flick-Flacks.

Nach einem ersten Schnuppertraining Ende April, wo sich Detlef und die Mädels bekannt machen konnten, sind nun regelmä-



Turnerisches Zusatztraining für die Cheerleader durch Detlef Schaak.

ßige Trainingseinheiten von jeweils einer Stunde ein Mal wöchentlich eingebunden ins reguläre Training sowie zwei bis drei Sondertrainings von jeweils zwei Stunden vereinbart worden. Die Ergebnisse dieser vereinsinternen Zusammenarbeit werden sich dann in aller Hoffnung im De-

zember sehen lassen können. Und man hofft im nächsten Jahr die Zusammenarbeit fortsetzen zu können. *Jacqueline Jüngling*

INFO: Weitere Informationen unter www.fellbach-cheerleaders-quads.de oder bei Patricia Siwek Telefon 0163/ 7 03 63 74

Sparkassen-Finanzgruppe

Schneller ans Ziel mit dem Sparkassen-Finanzkonzept.

Sicherheit, Altersvorsorge, Vermögen.

Sie dürfen gespannt sein...

Unser neues Wohnprojekt **Alemannenstraße 2 + 4 in Fellbach-Oeffingen** hat einiges zu bieten

unverbindliche Illustration

3- bis 4-Zimmer-Eigentumswohnungen

- Zentrale Wohnlage im Ortskern
- Familienfreundliche Grundrissgestaltung
- Hervorragende Infrastruktur
- Große Sonnenterrassen/-balkone
- Auf Wunsch: teilw. seniorengerecht

Wir freuen uns auf ein persönliches Informationsgespräch mit Ihnen!

Otto Bürkle, Bauunternehmung GmbH
Schmidener Weg 19, 70736 Fellbach-Schmidener
Telefon 0711 512444 + 513463, Fax 5181590
www.buerkle-bau.de · info@buerkle-bau.de

**Bürkle
Bau**



In der Vorbereitung wird das Training noch stärker auf die Wettkampfbedingungen ausgerichtet.

Kämpfer und Köche gefragt

Taekwon-do-Abteilung bereitet sich auf die Süddeutschen Meisterschaften vor

Verschwitz stehen die Sportler in geordneten Reihen vor ihrem Trainer und verbeugen sich. Das Training ist damit offiziell beendet. Bei den Vorbereitungen auf die Süddeutschen Meisterschaften wird in den Hallen des TSV Schmidens besonders eifrig trainiert. Schließlich ist dieses eines der wenigen großen Turniere in unserer Region.

Für die Vorbereitung wird das Training der Sportler noch stärker auf die Wettkampfbedingungen ausgerichtet. Meist wird bei der ITF zweieinhalb Minuten durchgekämpft, mit einer Pause. Deshalb wird in Schmidener auch beim Training darauf geachtet, dass man etwa zwei Minuten mindestens kämpft. Dabei wird auf die Schwächen des Einzelnen geachtet und versucht, diese wirkungsvoll, im wahrsten Sinne des Wortes, zu bekämpfen. Hier

wird versucht, die verschiedenen Sportler auf bestmögliche Weise vorzubereiten. Da es meist relativ kleine Gruppe sind, kann der Trainer gut auf den Einzelnen eingehen.

Aber nicht nur die Sportler müssen trainieren, um auf dieses Turnier gut vorbereitet zu sein. Auch die Organisatoren haben die Hände voll zu tun, um rechtzeitig fertig zu werden. Oft ist ein Teil der Kämpfer auch Kampfrichter und bewertet beispielsweise die TUL, kämpft aber selbst auch mit. Kampfrichter müssen einen Kampfrichter-Schein machen, um richten zu dürfen. Sie dürfen immer nur bis zu einer bestimmten Leistungsklasse richten, abhängig davon, wie weit sie selber schon sind. Da Taekwon-do eine Randsportart ist, ist es teilweise etwas kompliziert für die Organisatoren, genügend Kampfrichter

zu stellen.

Natürlich müssen die Kochkünstler des gastgebenden Vereins ebenfalls ihr Talent in der Kantine unter Beweis stellen, die nach dem obligatorischen Wiegen (um die Gewichtsklasse zu überprüfen) für viele Sportler die erste Anlaufstelle ist.

Dieses Jahr wird der TSV Schmidener die Süddeutschen Meisterschaften ausrichten. Aber da sich unter den Mitgliedern einige Organisationsstärker befinden, wird diese anspruchsvolle Aufgabe hoffentlich nicht zum Problem, auch wenn es sicher wie ein paar Last-minute Aktivitäten geben wird, die noch erledigt werden müssen. Auf jeden Fall freuen sich alle der Abteilung auf die bevorstehenden Meisterschaften, die bestimmt wieder ein großartiges Ereignis werden.

Valerie Höhne

Wer mehr Umsatz will, kann HIER bestens dafür werben!

Interessiert? Rufen Sie uns an:
Telefon 0711 / 95 79 67 - 11, Fax -7, anzeigen@fellbacher-zeitung.zgs.de

Tipps und Termine

14.07.2007 Schmidener Sommer, ab 19 Uhr mit der Live-Band „Cover up“

15.07.2007 Schmidener Sommer mit Spaß-Olympiade

21.07.2007 „Sommerfest Schwimmen, 17 Uhr Großes Haus Schmidener“, Fußball Feldturnier B-Junioren“

22.07.2007 Fußball Feldturnier A-Junioren

27.07.2007 Jugendausfahrt Handball bis 11.8.

18.08.2007 Brunnenhocketse der Fußballabteilung

19.08.2007 Brunnenhocketse der Fußballabteilung

14.09.2007 Abteilungsausflug Handball bis 16.9.

15.09./16.09.2007 Tauchausfahrt nach Plittersdorf

16.09.2007 14.9.-16.9 Jugendfreizeit Schwimmen

3.10.2007 Langstreckenmeeting Schwimmen, Tauchen, Radtour

12.10.2007 18 Uhr Seminar: Rechtliche Stellung der Abteilungen im Verein, Referent: Volker Kurz

13.10.2007 Taekwon Do Süddeutsche Meisterschaften

20.10.2007 Altkleidersammlung Leichtathletik

Seit Herbst 2006 gibt es im TSV einen Beirat für Veranstaltungen, der sich um die Organisation der großen TSV-Events kümmert. Mit Hartmut Hauschke (Leichtathletik), Frank Weller (Tauchen), Petra Pommerening (Tennis), Guido Lörsch (Turnen), Ernst Bürkle (Fußball) und Rainer Rückle (Hochseilgarten) haben sich Mitglieder aus verschiedenen Abteilungen zusammengefunden, die vom Vorstandsmitglied Jürgen Wolf und von der Geschäftsstellenmitarbeiterin Barbara Widmaier-Vogel in ihrem Bestreben, tolle Veranstaltungen für den TSV Schmidener zu planen und auszurichten, unterstützt werden.

Im November 2006 zeigte sich der Beirat dann auch zum ersten Mal für die Sportlerehrung des Vereins verantwortlich. Die Auftaktveranstaltung verlief sehr harmonisch und wurde von allen Beteiligten positiv bewertet, so dass man sich nun getrost der großen Aufgabe „Schmidener Sommer“ zuwenden kann.

Am 14./15. Juli findet traditionell der Schmidener Sommer mit der großen TSV-Meile in der Remstalstraße statt. Neben der Showbühne im Hof der Firma Getränke Hämmerle bieten die Ab-

Neuer „Beirat Veranstaltungen“ im TSV

Organisation der großen TSV-Events ist in seinen Händen



Der Schmidener Sommer wird auch vom TSV geprägt.

teilungen den Besuchern Fun und Action bei der TSV-Olympiade. An zwölf Ständen müssen von Groß und Klein sportliche Aufgaben gelöst werden. Wer sechs von zwölf Aufgaben geschafft hat, nimmt mit seiner Teilnahme an der großen TSV-Verlosung teil. Hier werden am Sonntag um 17 Uhr tolle Preise verlost. Hauptpreis ist ein Wochenende mit einem Audi TT. An

beiden Tagen wird auf der Showbühne ein buntes Programm gezeigt. Sowohl die Abteilungen als auch die Nachwuchsbands Groovelation (Musikschule Fellbach) und Top Act (Pop-College) zeigen ihr Können auf der TSV - Bühne. Am Samstagabend wird aus der TSV-Meile mit Petrus Hilfe hoffentlich eine große und gemütliche Hocketse. Für Stimmung sorgt die Band Cover up. Der

Count-Down für den Schmidener Sommer läuft und der Beirat arbeitet auf Hochtouren. Bleibt zu hoffen, dass die Erwartungen aller Beteiligten erfüllt werden und der Beirat so zum Gelingen der Gesamtveranstaltung beitragen kann.

Falls jemand Lust bekommen hat, in Beirat mitzuarbeiten - neue Mitglieder sind willkommen. Barbara Widmaier-Vogel

professionell,
präzise,
perfekt

Perfektes Energie Management für
Industrie- und Energieversorgungsunternehmen

Vertriebs- und Handelskompetenz aus einer Hand, maßgeschneiderte Kundenlösungen und im Hintergrund die Sicherheit des führenden privaten Energieversorgers in Europa – E.ON Sales & Trading kann die Energieversorgung für Ihr Unternehmen wirkungsvoll optimieren. Gern informieren wir Sie persönlich.

T +49 89-12 54-33 52