

MUSKELkater



ALBRECHT BÜRKLE

90 Jahre gelebter Sport

SPORTFÖRDERUNG

Fellbach ist Spitze

TURNEN

44 Jahre Freitagsturner

JAZZTANZ

Mütter und Töchter begeistert

SPORTAEROBIC

Qualifikation für WM in Frankreich geschafft

DIE ZEITUNG DES

TSY
Schmiden

Ausgabe 36 - Juli 2010

Liebe Leserinnen und Leser,

Editorial

Als es dieser Tage so heiß war, dass der Muskelkater partout nicht im Freien sporteln konnte – wer hätte das nach dem bis in den Juni dauernden Winter gedacht? –, ist er ins Fitnessstudio geflüchtet und hat sich auf eines der Strampelräder gesetzt. Dort lässt er sich dann traditionell von den Fernsehschirmen berieseln. Zum Beispiel vom „Frauentausch“ auf RTL 2. Eine selten blöde Sendung – aber wahnsinnig unterhaltsam.

Und weil man beim Fitnessstrep-peln viel Zeit zum Nachdenken und unsinnigen Herumspinnen findet, hat sich der Muskelkater so seine Gedanken gemacht. Etwa darüber, wie nett es wäre, seinen sympathischen, muskelbe-packten Personaltrainer gegen die noch viel sympathischere, wohlgeformte Personaltrainerin der dicklichen Hausfrau auf dem Nachbarfahrrad zu tauschen.

Und überhaupt: Trainertausch, das wäre doch mal was. Auch für den TSV Schmiden. Wie wär's denn zum Beispiel, wenn die Tae-kwon-do-Jungs mal einen ihrer Coaches zu den Kreisliga-F-Kickern schicken würden. Ein bisschen Nahkampfausbildung täte denen wahrscheinlich ganz gut. Und wie man bei der WM gesehen hat, gucken die Schiedsrichter ohnehin immer gerade in die falsche Richtung, wenn was Wichtiges passiert. Kleinere Tritte oder Handkantenschläge sollten also unbemerkt durchgehen...

Auch die Handballer könnten ein bisschen Nachhilfe gebrauchen. Vielleicht von einer der netten russischen Sportgymnastik-Trainerinnen. Ein bisschen Eleganz würde dem Holzhacker-sport nichts schaden. Und wie verblüfft wären wohl die Gegner, wenn sich die Jungs nicht Brust voraus durch die feindliche Ab-



Beim Training hat der Muskelkater auch Muße, sich von mancher einfältigen, doch sehr unterhaltsamen Fernsehsendung inspirieren zu lassen.

wehr fighten würden, sondern mit einer eleganten Rolle vorwärts unter den Verteidigern durchtauchen, den Ball hinterm Rücken auffangen und zu einem Traumtor verarbeiten würden?

Hach, da wäre so vieles denkbar. Die Turner könnten den Tennisspielern zeigen, dass es nicht mit einem Becker-Hecht getan sein muss, sondern Flic-Flac oder Salti die Ballausbeute noch steigern würden. Die Cheerleader-Squad könnte den Triathleten nahebringen, dass es mehr als nur drei Disziplinen gibt – der Quadrathlon mit Schwimmen, Radeln, Laufen und Herumhüpfen würde sich sicher zum Breitensportrenner entwickeln. Die Leichtathleten schließlich könn-

ten – und da sind wir dann wieder am Anfang – den Tae-kwon-doka demonstrieren, dass man nicht immer kämpfen muss. Manchmal ist wegrennen effektiver.

Sie, liebe Leserinnen und Leser, bleiben aber bitte hier. Denn in der neuesten Ausgabe des Muskelkaters gibt's herrliche Lektüre – zum Beispiel etwas über die Schmidener Sportlegende Albrecht Bürkle (Seite 3), das Thema Sportförderung (Seiten 4/5), die Cheerleader (Seite 17) oder die Turner (Seite 20).

Ach, übrigens: Eine Sache würde der Muskelkater für nichts in der Welt eintauschen. Arcangelo Porro und sein Restaurant Stadio. Herzliche Grüße, der Muskelkater.

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 Schmiden - Stadion Restaurant
Nurmiweg 8
70736 Fellbach-Schmiden
Telefon 07 11 / 51 34 51

Auf Ihren Besuch freut sich Familie Porro und Team.



**Badezimmer
sucht Superstar**

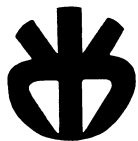
Egal ob Sie Ihr Badezimmer
komplett neu gestalten oder
auffrischen möchten. Mit den
Profis vom FSH klappt's.

Hier finden Sie Qualitätsprodukte,
erstklassige Beratung und faire
Preise. Testen Sie uns!

FSH Fachmarkt
Sanitär
Heizung

Fachmarkt-Sanitär-Heizung GmbH
Sallerstr. 51 · 70736 Fellbach
Tel. 07 11 / 5 18 09 96 · Fax 5 18 08 86

www.fsh-fachmarkt.de



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 51 50 500
**HOCHWERTIGE AUSSTATTUNG
UND MODERNE ARCHITEKTUR**

FAMILIENFREUNDLICHE CITYLAGE!

Boßlerstraße – Fellbach-Schmiden

BeLLaNOVA – Komfortable und moderne Woh-nungen überzeugen durch ihre hochwertige Aus-führung und solide Meisterhandwerksqualität. Die nach Südwesten ausgerichteten großen Terrassen und Balkone sorgen für Erholung pur. Zum Beispiel:

3-Zimmer-Wohnung, 77,4 m², OG, helles Wohn-paradies mit sonnigem Balkon – ideal für Familien
€ 198.500,-

5-Zimmer-Wohnung, 132,0 m², EG, Traumwoh-nung mit riesigem Platzangebot und sonniger Terrasse
€ 343.000,-

www.ebner-buerkle.de

Beratung:
Petra Siegert
Lars Rambacher
0711/51 50 500
E-Mail: info@ebner-
unternehmen.de

**EBNER
Bürkle**



Rathaus-Apotheke

Schmiden

Pharmazier
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“**

„Wichtig ist, dass man immer aktiv ist“

Der Muskelkater im Gespräch mit dem Ehrenvorsitzenden Albrecht Bürkle zu dessen 90. Geburtstag

Herr Bürkle, kann es sein, dass Sie Ihr Alter einfach ignorieren?

(lacht) Was heißt ignorieren – ich bin dankbar dafür, dass ich in meinem Alter noch so viel tun und lassen kann.

So körperlich fit wie Sie sind nicht viele 90-Jährige. Wie machen Sie das?

Da wundere ich manchmal auch darüber. 1982 habe ich meine zweite Frau kennen gelernt, seitdem wandern wir sehr viel.

Und er läuft... und läuft... und läuft... und läuft – das stand auch auf der Einladung zur Feier Ihres 90. Geburtstags am 4. Juli.

Obwohl ich früher nie gewandert war, bin ich richtig zum Wandern gekommen, und das hat sich bis jetzt gehalten. Es wird natürlich ein bisschen weniger jetzt, weil es nicht mehr ganz so gut geht. Aber wir waren jetzt erst in Portugal und sind dort einige Wege gewandert.

Verraten Sie uns doch bitte Ihr Geheimrezept für ein langes Leben?

Ich habe halt normal gelebt, was ich machen konnte, habe ich gemacht. Ich habe mich aus der aktiven Tätigkeit auch nie ganz zurückgezogen. Ich bin heute noch jeden Tag in der Firma, ich bin immer am Leben im TSV interessiert geblieben, spiele noch Tennis und bin seit einem Jahr auch im Activity zum Trainieren.

Wie oft gehen Sie denn in den Freizeitsportclub des TSV Schmiden?

Einmal in der Woche.

Was für ein Training absolvieren Sie dort?

Ich habe am Anfang eine Einweisung bekommen und mache seitdem jeweils eine Stunde lang mein Programm, was mir gut bekommt.

Sie gelten auch als passionierter Skifahrer – diese Leidenschaft haben Sie unter all den sportlichen Betätigungen aber gar nicht erwähnt.

Bis vor zwei Jahren war das noch jedes Jahr angesagt. Die Skifahrergruppe, die ich 1978 mitgegründet habe, gibt es bis zum heutigen Tag. Wir haben alle Pisten der Alpen abgefahren (lacht). Jedes Jahr geht es ein paar Tage in die Berge, dieses Jahr habe ich zum ersten Mal gefehlt. Skifahren kann ich schon noch – aber ich habe Angst davor, zu stürzen oder umgefahren zu werden ohne selbst schuld zu sein.

Was für Tipps können Sie Gleichaltrigen geben?

Woher das kommt, dass ich körperlich fit und gesundheitlich halbwegs auf Draht bin, weiß ich nicht, da muss ich einfach dankbar sein. Wichtig ist aber, dass man immer aktiv ist. Da ist das Wandern und Laufen ein entscheidender Faktor. Ich war erst 64 und weit über die Jugend hinaus, als ich dazugekommen bin. Das ist eine schonende Art, sich in Bewegung zu halten.

Was für (sportliche) Ziele haben Sie denn noch in Ihrem Leben – wartet nicht beispielsweise der Mount Everest darauf, von Ihnen bestiegen zu werden?

Ziele, was heißt Ziele? Aber nein, solche Ziele habe ich nicht mehr.

Welche Bedeutung hatte und hat Sport allgemein in Ihrem Leben?

Sport war immer schon mit eine Grundlage meines Lebens. Ich war als Kind schon im Verein, in der Kinderabteilung bei Adolf Kofink, bis 1933. Dann war ich aktiver Gerätturner beim TSV Schmiden unter Emil Schübelin, und nach dem Zweiten Weltkrieg fanden sich die Turner unter Alfred Bürkle (Steinh.) zusammen. Ich wurde zum Abteil-

ungsleiter gewählt.

Zwischen 1959 und 1992 waren Sie schier unglaubliche 33 Jahre lang dann auch Vorsitzender des TSV Schmiden.

Im Jahre 1991 gelang es uns, über Fritz Höfer und den Schwäbischen Turnerbund, Herrn Rolf Budelmann als hauptamtlichen Geschäftsführer einzustellen. Damit schufen wir die Voraussetzung für Ulrich Lenk als meinen Nachfolger.

Mittlerweile steht Ihr Sohn Jörg an der Spitze des Vereins. Wie sind Sie denn mit der Arbeit Ihrer Nachfolger zufrieden?

Dazu möchte ich erst einmal sagen: Ich muss mich für meine lange Tätigkeit im TSV bei allen Mitarbeitern und Freunden, die mich in der Führung des Vereins unterstützt haben, bedanken. Ich habe immer Glück gehabt, gute Helfer zu haben. Ich bin mit der Entwicklung des TSV zum heutigen Großverein sehr zufrieden. Besten Dank meinen Nachfolgern für Ihre Tätigkeit als Erster Vorsitzender beziehungsweise als Präsident unseres Vereins. Ich freue mich, dass ich die Grundlagen für diese Entwicklung in meiner Zeit als Vorsitzender gebildet habe.

Wie war dieser Wandel zu einem modernen Großverein möglich?

Das war nur möglich, indem wir zu den vielen ehrenamtlichen Kräften im Verein einen hauptamtlichen Geschäftsführer eingestellt haben. Denn der ermöglicht es wiederum, dass man Leute findet, die bereit sind, im Verein mitzuarbeiten, ohne überlastet zu sein. Ohne diese Lösung wäre es auch nicht möglich gewesen, Ulrich Lenk als Nachfolger zu gewinnen. Herrn Budelmann für seine Arbeit meinen herzlichen Dank.

Stimmt es eigentlich, dass die Geschäftsstelle des TSV Schmiden früher bei Ihnen zu Hause auf dem Dachboden angesiedelt war?

Die Geschäftsstelle war viele Jahre in einem Zimmer meiner Wohnung, aber nicht auf dem Dachboden. Elsbeth Heinrich war meine Sekretärin, Sie war Mädchen für alles. Ihr gilt mein ganz besonderer Dank.

Seit 1933 sind Sie nun schon Mitglied des TSV Schmiden. Was sind für Sie im Rückblick die Höhepunkte in diesen 77 Jahren?

Ich könnte mir ein Leben nicht vorstellen ohne diese Verbindung zum und das Arbeiten im TSV. Durch Freunde ist man einfach in dieses Vereinsleben hineingewachsen – Leute wie meinen besten Freund Alfred Bürkle (Steinh.) und noch viele weitere Freunde.

In all den Jahren hat sich viel verändert, beispielsweise mit dem Bau der Stadionanlage mit dem Vereinsheim, der Tennisanlage oder der Halle für die Rhythmische Sportgymnastik. Wie muss man sich den TSV Schmiden denn – sagen wir mal – vor 50 Jahren vorstellen?

Vor 50 Jahren war das halt so, dass ein Verein eine rein ehrenamtliche Angelegenheit war, er wurde von Idealisten und Sportbegeisterten geleitet. Als



„Sport war immer schon mit eine Grundlage meines Lebens“, sagt Albrecht Bürkle.

ich den Verein 1959 übernommen habe, hatten wir 550 Mitglieder, als ich ihn 1992 abgegeben habe, waren es 2500. Das spiegelte auch die sportliche Entwicklung in der Gesellschaft wider.

Was für Leute sind denn damals nach und nach in den Verein eingetreten, die das davor nicht getan hatten?

Die Zunahme der Mitglieder kam auch dadurch, dass wir uns um die Kinder und Jugendlichen besonders gekümmert haben. Ich habe immer danach geschaut, dass neuere Sportarten wie Tennis, Skifahren und Volleyball bei uns aufgenommen werden. Das war ganz wichtig und hat gut geklappt mit Alfred Messmer als Leiter der Skiabteilung und Erich Kuhn als Leiter der Tennisabteilung.

Zur Person

Albrecht Bürkle ist am 4. Juli 1920 in Schmiden zur Welt gekommen. Er ist in zweiter Ehe verheiratet und hat vier Söhne: Karl-Heinz, Michael, Hans-Peter und Jörg, der aktueller Vorsitzender des TSV Schmiden ist. Dazu kommen acht Enkelkinder. Albrecht Bürkle ist der vielleicht bekannteste Mann Schmidents. Das hat der Diplom-Ingenieur zum einen seiner erfolgreichen Tätigkeit als Bauunternehmer zu verdanken: Er übernahm das 1925 von seinem Vater Karl gegründete Familienunternehmen 1958 nach dessen Tod zusammen mit seiner kürzlich verstorbenen Schwester Charlotte Lenze. Zum anderen hat sich Albrecht Bürkle einen Namen als Sportförderer und -sponsor gemacht: 33 Jahre lang war er Vorsitzender des TSV Schmiden (1959 bis 1992); heute ist er Ehrenvorsitzender. Auch dem Schmidener Gemeinderat und dem Fellbacher Stadtrat gehörte er viele Jahre lang an und bestimmte so das kommunalpolitische Geschehen mit. Für sein vielfältiges Engagement ist er vielfach geehrt worden, unter anderem ist er mit dem Bundesverdienstkreuz ausgezeichnet worden.

Motorik, Kreativität, Teamwork

TSV baut Bewegungslandschaft für Vorschulkinder



Die Kleinen üben – hier in der Anlage in Bremen – Koordination und Geschicklichkeit.

„Das ist wieder was Neues“, freut sich Jörg Bürkle. Im September wird der TSV-Vorsitzende die erste Bewegungslandschaft für Vorschulkinder in der Region einweihen. Die Stadt Fellbach ist mit im Boot und rudert kräftig mit.

„Ich kenne etwas Vergleichbares nur noch aus Bremen“, sagt TSV-Geschäftsführer Rolf Budelmann über den Anbau am neuen Kindergarten Talstraße. Zwar ist davon keine 50 Meter Luftlinie entfernt die erste deutsche Bewegungslandschaft, die es schon seit 15 Jahren gibt. Die neue ist aber ganz speziell für bis zu Sechsjährige konzipiert. Nicht nur dass die Geräte etwas kleiner und die Schnitzelgrube etwas flacher ist, es gibt zwei Stationen, die speziell auf Kindergartenkinder abzielen.

Im Klettergerüst, das viele Chancen zum Rutschen, Krabbeln, Hangeln und Toben bietet, sind die Kinder sicher und können viele Bewegungen selbstständig ausprobieren: Netze verhindern Abstürze und viel Schaumstoff verhindert Beulen an Stirn und Schienbein. Da die Kinder vormittags von einer hauptberuflichen Sportlehrerin betreut werden, stürmen sie nicht blind drauflos, sondern eignen sich spielerisch an, was sie auf der Straße nicht mehr lernen: besonders Koordination und Geschicklichkeit.

Die Bewegungsbaustelle ist die zweite außergewöhnliche Einrichtung im Anbau des neuen Kindergartens Talstraße beim Friedensschulzentrum Schmiden. Dort warten verschiedenste Kleingeräte auf die Kinder. Unter Anleitung werden sie sich selbst Bewegungsgeräte und -landschaften kreieren. „Schon allein das Bauen wird alltägliche Motorik entwickeln“, sagt Budelmann. Vor allem werden die kleinen Architekten nicht allein zum Ziel kommen. Die Konstruktionen werden sich nur in Gemeinschaftsarbeit umsetzen lassen – so fördert der TSV Kreativität, Teamwork und Sozialverhalten im Vorschulalter.

„Die Zusammenarbeit mit der Stadt war herausragend“, sagt der Geschäftsführer. Der städtische Architekt übernahm die gemeinsamen Planungen für Kindergarten und Bewegungslandschaft. Die Stadt übernimmt mit 350 000 Euro an Zuschüssen den Großteil der Baukosten. Und sie bezuschusst die Sportlehrerin



Beispiel in Bremen: Viele Anreize zum Klettern, Krabbeln, Kriechen...

mit 17,50 Euro pro Stunde. Dass eine Kommune derart in zusätzliche Bewegungsförderung investiert, sei eine Ausnahme im Land, schätzt Bürkle. „Ich habe das Gefühl, die Stadt erkennt, dass der TSV etwas für die Gemeinde tut und nicht nur Forderungen aufstellt.“ Das gelte vom Oberbürgermeister Christoph Palm, über den Ersten Bürgermeister Günter Geyer bis zum Amt für Jugend, Schule und Sport mit Bernd Kauffmann und Stadtjugendreferent Stephan Gugeller-Schmieg. Davon profitiert gegenwärtig auch der SV Fellbach, der bei seinem Sportstudio Balance ebenfalls eine Bewegungslandschaft baut.

Vormittags werden vierzehn Kindergärten vom Angebot profitieren. Zwischen einer und zweieinhalb Stunden haben sich die Erzieherinnen mit ihren Kindern eingemietet. Die Stadt übernimmt sogar die Kosten für Kindergärten in freier Trägerschaft. „Für uns eine ideale Situation“, sagt Rolf Budelmann, denn so kommen viele Kinder mit dem Sportverein in Kontakt. „Die Eltern werden erkennen, dass ihre Kinder profitieren“, ist er sich sicher. Nicht nur dass sich die jüngsten anders bewegen, sie werden sich auch anders verhalten – kooperativer und selbstbewusster.

Damit sich für den Verein die Investition von 155 000 Euro lohnt, wird der TSV die Räume auch am Nachmittag nutzen. Zum einen soll die Zusammenar-

beit mit den Schulen weiter ausgebaut werden, indem im Rahmen der Ganztagschule Schülerinnen und Schüler die Bewegungslandschaft für Akrobatik- und Trampolinkurse nutzen können. Außerdem sollen dort Angebote der eigenen Kindersportabteilung, beispielsweise Eltern und Kind-Turnen und Psychomotorik stattfinden. Jens Gieseler

Impressum Muskelkater

Die Zeitung Muskelkater ist eine Anzeigensonderrveröffentlichung des TSV Schmiden. Ausgabe Juli 2010. Geschäftsstelle des TSV Schmiden, Fellbacher Straße 47, 70736 Fellbach. Telefon 07 11/95 19 39-0 Fax 95 19 39-25. E-Mail: info@tsv-schmiden.de

Verantwortlich: Rolf Budelmann, TSV-Geschäftsführer.
Redaktionelle Betreuung: Rainer Rückle, Marion Steinle.
Mitarbeit: Claudia Bürkle, Markus Engelhart, Jens Gieseler, Christine Knoedler, Jacqueline Matschilles, Michael Mayer, Marc Sanwald, Marina Stepper
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

SCHMIDENER
KÜCHEN
STUDIO

- KÜCHEN
- GERÄTETAUSCH
- KÜCHENRENOVIERUNG
- INDIVIDUELLER MÖBELBAU

Hans-Peter Holder GmbH | Butterstraße 11 | 70736 Fellbach-Schmiden
Tel.: 0711.51 40 20 | www.schmidener-kuechenstudio.de

HEID
WOHNBAUUNTERNEHMEN

HEID BÜRKLE
WOHNBAU GMBH

Top-Qualität direkt vom Bauträger Einfach weltmeisterlich!

Als **führender Bauträger** in der Region widmen wir uns **seit mehr als 80 Jahren** dem hochwertigen Wohnbau. Durch **innovative architektonische Lösungen** bieten wir unseren Kunden ein **erstklassiges Ambiente** und einen Wohnwert, der auch in Zukunft eine **sichere Investition** darstellt.

■ Hölderlin Carré

Limitierte Etagen-Wohnungen und Maisonette-Wohnungen in KfW 60 Bauweise mit Öko-Energieheizung inmitten herrlicher Grünanlage.

■ Alt-Fellbach

Komfortabel wohnen und Energie sparen mit Solarenergie, zentrale Lage, flexibel ohne Auto, große Terrassen u. Balkone, barrierefrei, mit Aufzug, Blick ins Grüne mit altem Baumbestand.

■ Rommelshausen

3 Stadtvillen mit sonnigen 2-5 Zi.-Wohnungen in bester zentraler Südlage, 55 - 162 m² Wfl., großzügige Gebäudeabstände, ausgesprochen hochwertige Ausstattung, herrliche Gartenanteile im EG, Aufzug, 5 Minuten zum S-Bahnanschluss, Blockheizkraftwerk, KfW-Effizienzhaus 70.



Mehr Infos unter:
www.ernstheid.de

FIRMENGRUPPE HEID FELLBACH • HEID-BÜRKLE WOHNBAU GMBH
Blumenstraße 20 • 70736 Fellbach • Tel.: 0711/95 19 57 36 • E-Mail: wabro@ernstheid.de

**Viel Freude und
Vergnügen im
Sportclub activity
wünscht Ihnen**



Akustikverlegungen
Trockenbau
Montagedecken
System-Trennwände
Schall-Brand-Wärmeschutz

Auf der Höhe 16 • 71394 Kernen
Tel. (07151) 9 49 23-0 • Fax 9 49 23-24
www.lueddecke-akustikbau.de
hallo@lueddecke-akustikbau.de

Fester Abenteuerspielplatz

Bremen 1860 setzt seit vielen Jahren ein engagiertes Bewegungskonzept um

Bereits zum zweiten Mal freut sich Raimund Michels über den Innovationspreis des Schwäbischen Turnerbundes. 1996 entwickelte der hauptberufliche Sportlehrer von Bremen 1860 das Bewegungszentrum, das vor allem Kindern bis zehn Jahren zum Toben und Spielen dient. Pädagogisch angeleitet, schulen sie vor allem ihre Motorik und ihren Gleichgewichtssinn und haben dabei noch jede Menge Spaß.

Die Bewegungslandschaft des größten Bremer Vereins ist in eine dreiteilige Sporthalle fest eingebaut. Das entspricht der Dramaturgie der Sportstunden. Denn im vorderen Teil werden die Kinder begrüßt. Mit Musik, die der engagierte Sportlehrer meist selbst komponiert und auf der Gitarre vorträgt, wärmen sich die Kinder zunächst auf. „Ich sehe ja, wo es fehlt“, so der 59-Jährige. Entsprechend textet er seine Lieder, so dass die Kinder beidbeinig wie Hasen hüpfen oder rückwärts laufen.

Im zweiten Hallenteil befindet sich die dreistöckige Bewegungslandschaft. Über Steigleitern oder Kletterseile bewegen sich die Kinder durch ein Labyrinth von verschiedenen Bewegungsmöglichkeiten, um schließlich mit Rutschen wieder von vorn anfangen zu können. Da Kinder ab dem Krabbelalter bis zum Ende der Grundschule das Bewegungszentrum nutzen, bieten die Bauelemente und teilweise selbst erfundenen Spielgeräte unterschiedli-



Eine mobile Hüpfburg.

che Herausforderungen. „Das Ganze ist so aufgebaut, dass die Kinder schwierigere Abschnitte nur dann erreichen können, wenn sie die entsprechenden Fähigkeiten haben“, so Michels. Deshalb können der Sportlehrer, der selbst noch 24 Stunden wöchentlich in der Halle steht, und seine zwei Kollegen die Kinder frei im Bewegungszentrum „springen“ lassen. Denn so entwickeln die Kinder spielerisch eine größere Selbstständigkeit.

Das 15 mal 15 Meter große und sieben Meter hohe Bewegungszentrum ähnelt kommerziellen Indoorspielplätzen. Aber dem Pädagogen, der seit 36 Jahren für den Bremer Verein arbeitet, ist wichtig, dass die Kinder nicht nur Spaß haben. Hinter der Anlage steckt ein sportwissenschaftliches Konzept. Michels beobachtet, dass sich die körperlichen Fä-

higkeiten der Kinder seit zwei Jahrzehnten verschlechtern. „Früher hatte ich zwei, drei schwierige Kinder in einer Klasse von 30“, so der Bremer. Wenn er Pech hat, sind es heute bis zur Hälfte. In dem Kinderbewegungszentrum würden die Kinder umfassend geschult: Motorik und Koordination stehen im Vordergrund. So verbinden unterschiedliche Brückenformen die vielen Geräte: Hänge- und Wackelbrücken, Brücken in Wellenform und mit unterschiedlicher Breite, so wird das Gleichgewicht geschult. Im Gegensatz zum früheren Turnunterricht, wo die Dreijährigen gerade sitzen sollten, als hätten sie einen Stock verschluckt, wecken die Spiel- und Sportgeräte die Bewegungsfreude.

Alle fünf Monate baut Michels mit seinen Helfern die Bewegungslandschaft komplett ab. Danach werden die Teile anders zusammengebaut, so dass sich die Kinder neu orientieren müssen und neue Bewegungsimpulse erhalten. Die Kapazität der Halle liegt bei 150 Kindern. Dann ist es allerdings rappellvoll. Während vorne begrüßt wird, spielen viele schon im mittleren Teil und im dritten Hallenteil werden die Kinder mit Liedern verabschiedet. In der Regel ist die Halle von 8 bis 19.30 Uhr ausgelastet. Denn das Bewegungszentrum wird an Kindergärten oder Privatpersonen vermietet. Auf Anfrage stellt der Verein eine pädagogische Begleitung.

Jens Gieseler

Turnen macht schlau

In Sindelfingen gehören lernen und bewegen zusammen

„Weltweit“ hieß das Motto beim Schulfest der Grundschule Sindelfingen-Darmsheim. 450 Kinder und Gäste freuten sich über brasilianische Capoeira und chinesische Zählspiele. Bewegung und Sport beschränken sich im Schulunterricht nicht auf Turnstunden.

Auf der Bühne fährt der neunjährige Kevin Einrad, während sich seine Oma an der Aufführung freut. Seit vier Jahren besitzt die Grundschule vom Kultusministerium das Zertifikat „Bewegte Schule“. Zwei Pausenhöfe mit Spielgeräten und eine große Wiese sind nur äußere Anzeichen für eine bewegungsfreundliche Schule. So schwingen die Erstklässler die Arme, um Wörter in Silben zu zerlegen. Das Rhythmusgefühl führt zu besseren Ergebnissen beim Lesen und Schreiben. Wenn das Minusrechnen nicht klappt, gehen die Schüler auch mal rückwärts. Und wenn die Konzentration am Boden liegt, dann stehen die Kinder auf, machen Bewegungsspiele und bringen Geist und Körper in Bewegung. „Turnen macht schlau“, findet Lehrerin Margret Jekel.

Das begeistert Manfred Spitzer, Leiter des Transferzentrums für Neurowissenschaften und Lernen an der Uni Ulm, für ihn ist

klar, dass körperliche und geistige Entwicklung eng zusammenhängen: „Bewegung strukturiert, Bewegung führt zu diszipliniertem Verhalten“. Dieses Verständnis wird von der Rektorin, Lehrern und Eltern getragen. Doch man muss dranbleiben, weiß Jekel und übernimmt immer wieder die Motorfunktion. 2006, anlässlich der Zertifikatverleihung, erhielten alle Lehrer Unterrichtsmaterial und eine Fortbildung. Doch manche haben inzwischen die Schule gewechselt und es wäre sinnvoll, wenn die neuen Lehrkräfte mehr Wissen über „Bewegungslernen“ hätten, findet die Darmsheimerin, die seit 30 Jahren auch Sport unterrichtet.

Sport und Bewegung gehören daher zum festen Bestandteil des zweijährlichen Schulfestes. Mitte in der mobilen Kinderturnwelt der Kinderturnstiftung Baden-Württemberg. Viele der 130 Schüler tummelten sich in dieser Welt, die über sieben Kontinente verfügt. Auf 750 Quadratmetern und mit 130 Spiel- und Bewegungsgeräten sollen Kinder es Tieren nachmachen: wie Kängurus hüpfen oder wie Katzen balancieren. Jedem Kontinent sind ein Tier und eine motorische Fähigkeit zugeordnet.

„Unsere Vision ist, allen Kindern zu ermöglichen, sich gesund und sportlich zu entwickeln. Denn Bewegung steigert Wahrnehmung und Konzentration“, sagt Thomas Renner. Nur wer sich bewegt und spielt, erlebt etwas und kann persönliche Erfolge genießen, so der Stiftungsvorsitzende, gleichzeitig Vorstandsvorsitzender der Sparda-Bank Baden-Württemberg, die dem Schwäbischen und Badischen Turnerbund als Stiftungsträger 1,5 Million Euro als Starthilfe zur Verfügung gestellt hat.

Seit April ist die Stiftung in Baden-Württemberg unterwegs und besucht 100 Städte und Kommunen, auch um mit Eltern, Lehrern und Erziehern ins Gespräch zu kommen. Denn: Kinder brauchen mehr und gezielte Bewegung. Dem Stiftungsgeschäftsführer Robert Baur geht es um die motorische Grundlagenausbildung für die Kleinen bis zu zehn Jahren: „Etliche Kinder bewegen sich zu wenig, etliche zu einseitig.“ So können Sechsjährige vielleicht einen Ball kicken, aber nicht werfen. Kinderturnen aber bietet eine große Vielfalt um Koordination und Geschicklichkeit, aber auch Mut und Verantwortung zu schulen.

Jens Gieseler

Ihr guter Bäcker aus Schmiden
Charlottenstraße 21 · Tel. 51 21 75



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

Schmidener Brezelkörble
Fellbacher Straße 43 · Tel. 51 81 991

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 07 11/95 19 90 13
Fax 07 11/95 19 90 15

AS
ALPHA-SECURITY-
ARCHIVE GmbH

★ ★ ★ HOTEL BÜRKLE

Augustenstraße 1 • D-70736 Fellbach-Schmiden

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

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

GM PFEIFFER GmbH
Fliesenfachgeschäft

Alfdorfer Straße 34
70188 Stuttgart

Erzgebirgsweg 4
70736 Fellbach

Tel. (07 11) 51 31 44

Fax (07 11) 51 70 063

e-mail: gm.pfeiffer@t-online.de

Geglückte Premiere

Spitze der Sportaerobic in Deutschland war in Schmiden fast komplett vertreten

Seit März 2009 ist die Sportaerobic nun Teil des TSV Schmiden und Landesstützpunkt des schwäbischen Turnverbundes. Das Team kann auf zahlreiche Erfolge, WM- und Weltcupeteilnahmen und den deutschen Meistertitel 2009 bei den Junioren zurückblicken. Es war an der Zeit, mit einem eigenen DTB-Ranglistenturnier aufzuwarten.

Das System der Sportaerobic ist vergleichbar mit dem im Tennis. Bei jedem Turnier müssen Punkte gesammelt werden, die eine Teilnahme bei den deutschen Meisterschaften sichern. Sie dienen somit als Qualifikation. Durch eine Anfrage des technischen Komitees Aerobic im DTB bekam das Ranglistenturnier den Status einer WM-Qualifikation für die Weltmeisterschaften 2010 in Juni in Rodez/Frankreich! Somit wurde der Druck deutlich erhöht.

Bei der „Feuertaufe“ in der Sporthalle Schmiden sollte nichts dem Zufall überlassen werden. Die Wettkampfleitung übernahm der technische Leiter des Landesstützpunktes, Detlef Schaak. So-

mit waren optimale Wettkampfbedingungen garantiert.

Sieben Bundesländer (Hessen, Baden-Württemberg, Bayern, Sachsen-Anhalt, Thüringen, Rheinland-Pfalz, Nordrhein-Westfalen) und Schweden reichten ihre Meldungen ein und die schwedische Kampfrichterin, Ulla Karin Othzen, sagte ihre Teilnahme als Oberkampfrichterin zu. Sie besitzt die Lizenz des Weltturnverbandes (FIG) und wertet seit Jahren bei Welt- und Europameisterschaften, sowie sämtlichen Weltcups. Sie reiste mit zwei Sportlerinnen an, die ebenfalls internationale Erfahrungen besitzen.

Da man die guten Wettkampfbedingungen in Schmiden im Vorfeld aus der offiziellen Ausschreibung entnehmen konnte, durfte man auch die zwei DTB-Stützpunkte Halle und Ulm begrüßen. Ebenso den Vorsitzenden des technischen Komitees Aerobic im DTB, Michael Grabitz, aus Berlin. Die Spitze der Sportaerobic in Deutschland war fast komplett vertreten.

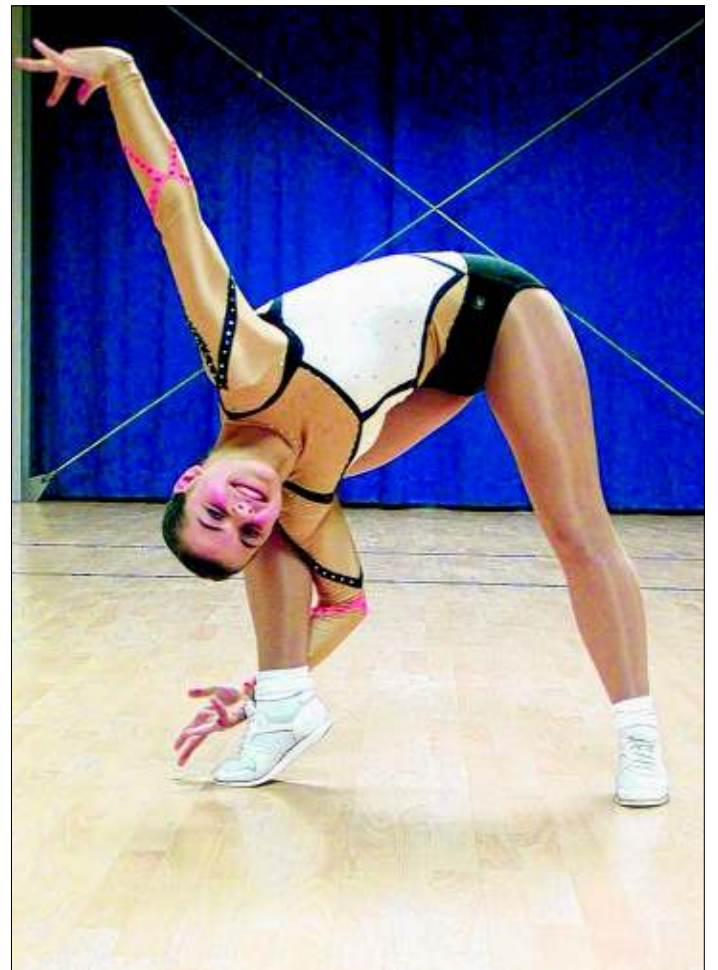
Nach einem immensen organi-

satorischen Aufwand im Vorfeld stand der 24. April nun vor der Tür. Bereits einen Tag vorher meisterten die engagierten Eltern, Trainer und Verantwortlichen den Aufbau der Wettkampfhalle bravurös. In Rekordzeit wurde unter anderem der offizielle WM-Aerobicboden aufgebaut. Im Anschluss erfolgte das letzte Training für die TSV-Athletinnen in der Wettkampfhalle.

Am Vormittag des 24. fand ein Breitensportwettbewerb (Newcomer) statt, der reibungslos verlief und im nächsten Jahr hoffentlich einen größeren Zuspruch findet. Nach einer kleinen Mittagspause kämpften die Sportler der Masters-Klasse um die Qualifikation für die DM in Ulm und die WM in Frankreich.

Schon bei der anfänglichen Kampfrichterbesprechung erntete Schmiden viel Lob von den teilnehmenden Vereinen für die perfekte Organisation und der hessische Turnverband vermerkte das Turnier gar als „schönstes Ranglistenturnier 2010“. Somit hatte man alles richtig gemacht. Auch aus sportlicher Sicht.

Die TSV-Athletinnen zeigten, dass sie zu den Besten im Land gehören und genossen sichtlich den Auftritt vor heimischer Kulisse. In der Altersklasse 8-11 sicherten sich Desirée Engelhardt und Chantal Kulm die Plätze eins und drei. Nelli Nikolenko siegte in der Altersklasse 15-17 souverän vor Isabell Miller vom SSV Ulm. Nervosität zeigte sich beim Nationalmannschaftsmitglied Peregrin Pezerovic. Sie wollte eine perfekte Übung zeigen und tat es auch. Sie siegte vor den beiden Schwedinnen Ann Therese Johansson und Ann Lousie Othzen-Johansson. Die Freude war groß, dass Peregrin, die von allen nur Peri ge-



Große Freude: Peregrin Pezerovic hat gesiegt – und darüber hinaus die erforderliche WM-Norm erreicht.

nannt wird, darüber hinaus die erforderliche WM-Norm erreicht hatte. Die Anspannung fiel nun auch von den Trainerinnen, Swetlana Kulm und Marina Stepper (sportliche Leiterin des Landesstützpunktes und Bundeskampfrichterin), ab und sie konnten mit großer Zufriedenheit die Siegerehrung verfolgen.

Rückblickend gilt der Dank des Sportaerobic-Teams den zahlreichen engagierten Eltern, Helfern, Detlef Schaak und dem TSV Schmiden. Hervorzuheben wäre

der besondere Einsatz von Eduard Kulm für die Erarbeitung der repräsentativen, graphischen Gestaltungen. Die Premiere ist mehr als geglückt und für 2011 ist ein internationales Turnier geplant, um sich auch auf großer Bühne zu etablieren. Der TSV Schmiden gehört zu den Top-Vereinen Deutschlands in der Sportaerobic und nun auch zu den Top-Wettkampfausrichtern. Kann man sich nach einem Jahr Zusammenarbeit mehr wünschen?

Marina Stepper



Nelli Nikolenko siegt souverän vor Isabell Miller vom SSV Ulm.

WABRO
Immobilien
Verkauf - Vermietung
Unabhängige & kompetente
Beratung!
Gibt es hier!
Vorher informieren -
teure Fehler
vermeiden!
Ihr Kompetenz-Team:
www.wabro-immobilien.de
Tel. 07181-99 16 27
Tel. 0711-34269830

**Durch Werbung
zum Erfolg!**

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



**Auf gute Nachbarschaft in Fellbach.
Werden Sie Mitglied. Werden Sie Bankier.**

Alle Mitglieder der Volksbank Rems sind Bankiers.
Sicher wohnen auch in Ihrer Nähe einige unserer insgesamt 80.000 Bankiers.

Werden Sie Bankier!
In jeder Filiale der Volksbank Rems.

www.volksbank-rem.de

Volksbank Rems

Zumba - das neue
dynamische
Fitness-Programm

Neues Testverfah-
ren: „MediMouse“

Was gibt's Neues
im activity?

Wer ist eigentlich
Anja Kurz?

Informationen zum
Rehabilitations-
sport im activity



Zumba - das neue dynamische Fitness-Programm ab September auch bei uns

Mit Freunden und Kollegen einen Zumba-Kurs besuchen, ist immer wieder wie Party machen. Das Gefühl, das bei Zumba entsteht, ist einfach unbeschreiblich und macht regelrecht süchtig! Zumba bedeutet wortwörtlich „sich schnell bewegen und Spaß haben“ dazu Kondition aufbauen und Gewicht reduzieren! Und das wollen wir doch alle. Zumba ist Aerobic gepaart mit heißer

einigen Zumba-Stunden merken Sie, dass Zumba Ihre Ausdauer verbessert. Denn es ist und bleibt bei all dem Spaß ein Workout. Einer der großen Trümpfe von Zumba ist, dass der ganze Körper arbeitet: die Beine sind ständig in Bewegung durch die Basisschritte, die Arme kommen aus eigenem Antrieb hinzu und auch die Körpermitte kommt in Schwung. Zumba hat den großen Vorteil,



Neues Testverfahren: „MediMouse“

Als einen der häufigsten genannten Gründe für den Start zu einem Fitnesstraining, nennen Neukunden Rückenschmerzen oder Wirbelsäulenprobleme. Auf diese Zielgruppe hat sich das activity noch weiter spezialisiert und bietet mit der MediMouse ein genaues Testverfahren zur Erkennung von Rückenproblemen an.

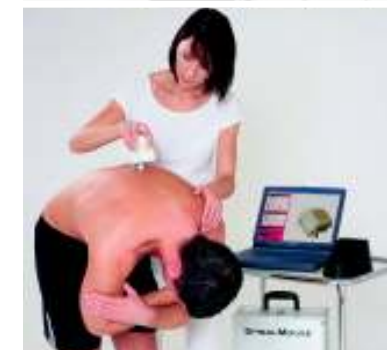
Die MediMouse ist ein handliches Messgerät zur computerunterstützten Darstellung und Untersuchung der Form und Beweglichkeit der Wirbelsäule. Ein weiterer entscheidender Vorteil ist, dass diese Untersuchungsmethode völlig strahlenfrei ist. Dem Trainingskunden können anhand mehrerer farbiger Darstellungen genau seine Schwachpunkte der Wirbelsäule aufgezeigt werden und ihm vor allem darauf hin genaue spezifische Übungen für seinen Trainingsplan gezeigt werden. Dies zusammen ermöglicht eine viel zielorientierteres

Trainingsprogramm. Ihr Rücken wird es ihnen danken!

Terminvereinbarung unter 0711/5104998-0 möglich.

Kosten für: Nichtmitglieder 45 €, TSV-Mitglieder 35 € und für activity-Mitglieder 30 €

Anja Kurz



SCHICK
blühende Ideen!

Ihr Spezialist für Blumen und Gestaltung!

www.blumen-schick.de
70734 Fellbach

Thomas-Mann-Str. 42
Markthalle im Rathaus Carrée

Tel. 0711/58 47 29
Tel. 0711/34 24 39 80

Latino-Musik. Die verschiedenen lateinamerikanischen Tanzstile wie Salsa, Samba, Merengue, Cuba, Calypso, Reggaeton und Hip Hop lassen die Hüften schwingen. Man hat Spaß und realisiert gar nicht, dass man ein solides Workout macht.

Es ist sehr abwechslungsreich und zwischen den schnellen und langsameren Rhythmen bleibt Zeit zum Durchatmen. Zumba ist effektiv! Schon nach

dass man alle Übungen nach eigenem Tempo und eigener Kondition ausführen kann.

Wir freuen uns auf die zahlreichen Anmeldungen und wir werden eine Menge Spaß zusammen haben.

Romina Cariglino

Kursstart:

Fr, 17.09.2010 von 18 - 19 Uhr
(8-Einheiten)

Heil- und Hilfsmittel bei Osteoporose finden Sie bei uns!

Orthopädietechnik Krüger GmbH
Neue Str. 17 • 73614 Schorndorf
Tel.: 07181-6 11 26
Fax: 07181-2 18 93

OTKrüger GmbH im GeZe Schorndorf
Schlichtener Str. 105 • 73614 Schorndorf
Tel.: 07181-25 44 13
Fax: 07181-25 47 37

Sanitätshaus Berg
Künkelstr. 20 • 73614 Schorndorf
Tel.: 07181-9 39 51-0
Fax: 07181-9 39 51-20

Sanitätshaus Schmelze
Marktplatz 2 • 71679 Asperg
Tel.: 07141-64 00 58
Fax: 07141-64 00 57

Sanitätshaus Schmelze
Bahnhofstr. 46 • 70734 Fellbach
Tel.: 0711-58 11 09
Fax: 0711-58 37 89

www.ot-krueger.de



ORTHOPÄDIETECHNIK
VITALCENTER
REHA-TECHNIK

Fit und gesund im TSV Schmiden

Rund-um-fit

					Beginn Herbst	Ort
Ausdauersport f. werdende Mütter	AfM	act	Di.	11.10-12.00	14.09.10	activity Der Freizeit-Sportclub.
Aqua Fitness	AFIT-2	TSV	Mo.	20.30-21.10	13.09.10	Schwimmbad Friedensschulzentrum
Aqua-Power	APO	TSV	Mo.	19.45-20.30	13.09.10	Schwimmbad Friedensschulzentrum
Bauch Beine Baby	BBB E1	act	Mi.	09.40-10.40	15.09.10	activity Der Freizeit-Sportclub.
Bauch Beine Baby	BBB E2	act	Mi.	10.50-11.50	15.09.10	activity Der Freizeit-Sportclub.
Bauch Beine Baby - Fortgeschritten	BBB F1	act	Do.	10.20-11.20	16.09.10	activity Der Freizeit-Sportclub.
Core Training	C-1	act	Di.	20.20-21.20	14.09.10	activity Der Freizeit-Sportclub.
Core Training	C-2	act	Mi.	07.40-08.40	15.09.10	activity Der Freizeit-Sportclub.
Fit im Wasser	Was	TSV	Mi.	19.00-19.45	15.09.10	Schwimmbad Friedensschulzentrum
Fitness Kompakt	Fit	act	Do.	19.30-20.50	16.09.10	Schulturnhalle Friedensschulzentrum
Funktionelles Körpertraining 1	FKP-1	act	Di.	17.30-19.00	14.09.10	TSV Bewegungszentrum
Körperstraffung	KS	act	Do.	10.30-11.30	16.09.10	activity Der Freizeit-Sportclub.
Pilates - Allegro	P-A	act	Mo.	10.20-11.20	28.06.10	activity Der Freizeit-Sportclub.
Pilates – Einsteiger	P-1	act	Mo.	18.00-19.00	13.09.10	activity Der Freizeit-Sportclub.
Pilates – Einsteiger	P-2	act	Mi.	18.00-19.00	15.09.10	activity Der Freizeit-Sportclub.
Pilates – Einsteiger	P-3	act	Do.	19.10-20.10	16.09.10	activity Der Freizeit-Sportclub.
Pilates Fortgeschritten	P-4	act	Di.	19.10-20.10	14.09.10	activity Der Freizeit-Sportclub.
Pilates für Mamis	P-M	act	Mo.	09.10-10.10	13.09.10	activity Der Freizeit-Sportclub.
Rücken- und Gelenkstabilisationstraining	RuS	act	Mo	19.10-20.10	13.09.10	activity Der Freizeit Sportclub.
Step & Work	Step	act	Di.	19.00-20.00	14.09.10	activity Der Freizeit-Sportclub.
Gesundheitszirkel – Gewichtsreduktion	ZT-1	act	Mo.	10.00-10.45	13.09.10	activity Der Freizeit-Sportclub.
Gesundheitszirkel – Gewichtsreduktion	ZT-3	act	Do.	20.20-21.00	16.09.10	activity Der Freizeit-Sportclub.

Entspannung

Entspannt in den Tag	E	act	Fr.	09.05-10.05	17.09.10	activity Der Freizeit-Sportclub.
Hatha-Yoga Fortgeschritten	Yoga 1	act	Mi.	17.30-18.45	15.09.10	Gymnastikraum Stadionrestaurant
Hatha-Yoga Anfänger + Fortg.	Yoga 2	act	Mi.	18.45-20.00	15.09.10	Gymnastikraum Stadionrestaurant
Hatha-Yoga Anfänger + Fortg.	Yoga 3	act	Mi.	20.00-21.15	15.09.10	Gymnastikraum Stadionrestaurant
Qigong	Q	act	Do.	18.00-19.00	16.09.10	activity Der Freizeit-Sportclub.

Gesunder Rücken

Rückenfitness	Rüf	act	Do.	10.30-11.30	16.09.10	TSV Bewegungszentrum
Wirbelsäulengymn. Intensiv	WS-3	act	Mo.	19.00-20.00	13.09.10	Gymnastikraum Stadionrestaurant
Wirbelsäulengymn. + Stretching	WS-2	act	Mo.	18.00-19.00	13.09.10	Gymnastikraum Stadionrestaurant

Senioren

Funkt. Gymnastik für Senioren	Sen	act	Mi.	15.00-16.00	15.09.10	Vereinspavillons Fellbacher Str. 40/1
Wirbelsäulengymn. Senioren	WS-4	act	Do.	09.30-10.20	16.09.10	TSV Bewegungszentrum

Tanz und Ballett

Ballett für Erwachsene – Einst.	Bal-1	act	Mi.	19.10-20.10	15.09.10	activity Der Freizeit-Sportclub.
Ballett für Erwachsene – Aufb.	Bal-2	act	Mo.	18.00-19.00	13.09.10	activity Der Freizeit-Sportclub.
Ballett für Erwachsene – Einst.	Bal-3	act	Fr.	09.10-10.10	17.09.10	activity Der Freizeit-Sportclub.
Kinderballett 5-6 Jahre	Kit-2	act	Di.	16.15-17.00	14.09.10	Gymnastikraum Stadionrestaurant
Kinderballett 7-8 Jahre	Kit-3	act	Di.	15.15-16.15	14.09.10	Gymnastikraum Stadionrestaurant
Kinderballett 9-12 Jahre	Kit-4	act	Di.	17.00-18.00	14.09.10	Gymnastikraum Stadionrestaurant
Salsa-Dance-Aerobic	SDA	act	Mo.	20.00-21.00	13.09.10	TSV Bewegungszentrum
Kindertanz /Tanzsportabteilung	7-14 Jahre	TSV	Mo.	17.30-18.30	13.09.10	Tanzsportzentrum
Dance Moves für Tanzbegeisterte 35+	DM	TSV	Mo.	20.30-21.30	20.09.10	Fröbelschule
Jazz Teens (11-14 Jahre)	Teens	TSV	Fr.	19.00-20.00	24.09.10	Fröbelschule
Mini-Dance (5-7 Jahre)	Mini	TSV	Fr.	17.30-18.15	24.09.10	Fröbelschule
Midi-Dance (8-11 Jahre)	Midi	TSV	Fr.	18.15-19.00	24.09.10	Fröbelschule

Kursanmeldungen über:

TSV Schmiden 1902 e.V.

Geschäftsstelle

Fellbacher Str. 47

70736 Fellbach-Schmiden

Tel. 0711-951939-0

Fax 0711-951939-25

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. 0711-5104998-0

Fax 0711-5104998-33

e-mail: info@activity-fellbach.de

www.activity-fellbach.de

Öffnungszeiten:

Mo. + Mi. 07.30-22.30 Uhr

Di., Do. + Fr. 09.00-22.30 Uhr

Sa. 09.00-18.30 Uhr

So. 09.00-18.00 Uhr

Fit und gesund im TSV Schmiden

Rund-um-Fit

· Ausdauersport für werdende Mams

Ausdauersport in der Schwangerschaft wirkt Wunder. Nicht nur, dass die verbesserte Ausdauer Sie optimal auf die Geburt vorbereitet—Sie kommen dadurch auch nach der Geburt schneller wieder in Form. In der Schwangerschaft aktiv zu bleiben bedeutet aber nicht, sich völlig zu verausgaben. Um Verletzungen zu vermeiden, müssen Sie eine Bewegungsform finden, die Ihnen und Ihrem Baby guttut. Sensitive Cycling ist besonders während der Schwangerschaft geeignet, da das Radfahren in aufrechter Sitzposition und auf einem breiteren Sattel für eine entspannte Sitzhaltung und ein schonendes Ausdauertraining sorgt.

Zeit: Di., 11.10-12.00 Uhr, activity - Der Freizeitsportclub.

Leitung: Jutta Schick (Sport- und Gymnastiklehrerin)

Kursgebühren:	Für activity-Plus-Mitglieder	kostenlos
	Für activity-Classic-Mitglieder	€ 33,-
	Für TSV-Mitglieder	€ 54,-
	Für Nichtmitglieder	€ 66,-

· Aqua Fitness

Die physikalischen Eigenschaften des Wassers, Auftrieb und Widerstand, werden effektiv eingesetzt, um rundum fit zu werden. Ein intensives Training, das die Muskeln kräftigt und die Kondition steigert.

Mo, 20.30-21.10 Uhr, Kleinschwimmbad Schmiden

· 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.

Mo., 19.45-20.30 Uhr, Kleinschwimmbad 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.

Mi., 19.00-19.45 Uhr, Kleinschwimmbad Schmiden

Leitung aller Aqua-Kurse: Anne-Rose Kirn (Gymnastiklehrerin, Aquatic Fitness Instructor)

Umfang: 8 Einheiten à 45 Minuten

Kursgebühren:	Für activity-Mitglieder:	€ 30,-
	Mitglieder im TSV Schmiden:	€ 30,-
	Nichtmitglieder	€ 40,-

· 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 Bauch-Beine-Baby: Annette Rückle (Physiotherapeutin)

Umfang: 8 Einheiten à 60 Minuten

Mi., 09.40-10.40 Uhr, activity Der Freizeit-Sportclub.

Mi., 10.50-11.50 Uhr, activity Der Freizeit-Sportclub.

Für Fortgeschrittene: Do., 10.20-11.20 Uhr, activity Der Freizeitsportclub.

Kursgebühren:	Für activity-Plus-Mitglieder	kostenlos
	Für activity-Mitglieder	€ 30,-
	Für TSV-Mitglieder	€ 47,-
	Für Nichtmitglieder	€ 62,-

· Core Training

Core Training ist ein Training mit zwei Seilen, die an einer speziellen Deckenkonstruktion befestigt sind und in ihrer Länge je nach Übung variiert werden können. Die Instabilität dieser Seile ermöglicht ein gezieltes Muskeltraining, welches die Kondition verbessert, die tiefliegenden Muskeln kräftigt und somit Gelenke und Wirbelsäule stabilisiert. Umfang: 8 Einheiten à 60 Minuten.

Kurs 1:

Leitung: Stefan Schurr (RedCord Trainer)

Zeit: Di., 20.20-21.20 Uhr, activity Der Freizeit-Sportclub.

Kurs 2:

Leitung: Manuela Kampa (RedCord Trainerin)

Zeit: Mi., 07.40-08.40 Uhr, activity Der Freizeit-Sportclub.

Kursgebühren Core Training:	Für activity-Plus-Mitglieder	kostenlos
	Für activity-Mitglieder	€ 30,-
	Für TSV-Mitglieder	€ 47,-
	Für Nichtmitglieder	€ 62,-

· Fitness-Kompakt

Der Mix aus Bauch, Beine, Rücken und einem Ausdaueranteil ist eine ideale Kombination für alle, die in 80 Minuten den ganzen Körper trainieren und zusätzlich viel Spaß haben möchten. Umfang: 8 Einheiten à 80 Minuten

Leitung: Heike Schader (DTB-Aerobic-Trainerin, C-Trainerin Breitensport)

Do., 19.30-20.50 Uhr, Schulturnhalle/ Friedensschulzentrum

Kursgebühren (Fit):	Für activity-Mitglieder	kostenlos
	Für TSV-Mitglieder	€ 47,-
	Für Nichtmitglieder	€ 62,-
	Jahresgebühr f. TSV-Mitglieder	€ 165,-

· 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.

Leitung: Corinna Zimmermann (Sport- und Gymnastiklehrerin)

Umfang: 8 Einheiten à 90 Minuten

Di., 17.30-19.00 Uhr, TSV-Bewegungszentrum

Kursgebühren (FKP-1):	Für activity-Mitglieder	kostenlos
	Für TSV-Mitglieder	€ 52,-
	Für Nichtmitglieder	€ 67,-
	Jahresgebühr f. TSV-Mitglieder	€ 183,-

· Körperstraffung

Das Training mit dem Gymstick ermöglicht ein simultanes, effektives Training von Kraft, Ausdauer und Beweglichkeit, bei dem auch der Spaß nicht zu kurz kommt. Umfang: 8 Einheiten à 60 Minuten.

Leitung: Rose Lang (Gymstick-Kursleiterin)

Do., 10.30-11.30 Uhr, activity Der Freizeit-Sportclub.

Kursgebühren Körperstraffung:	Für activity-Plus-Mitglieder	kostenlos
	Für activity-Classic-Mitglieder	€ 40,-
	Für TSV-Mitglieder	€ 65,-
	Für Nichtmitglieder	€ 80,-

· Pilates—Allegro

Beim Training mit dem Allegro stehen wie beim Pilates-Mattentraining auch Rumpfkontrolle, Kraft, Flexibilität, Koordination und Gleichgewicht im Mittelpunkt. Mit dem Allegro wird durch Seilzüge und Federn ein schneller Kraftzuwachs erreicht, ohne jedoch Muskelmasse aufzubauen. Max.

Teilnehmerzahl: 3 Personen. Umfang: 8 Einheiten à 60 Minuten

Leitung: Petra Umbscheiden-Kachler (Polestar-Pilates-Trainerin)

Mo., 10.20-11.20 Uhr, activity Der Freizeit-Sportclub.

Kursgebühren:	Für activity-Plus-Mitglieder	€ 105,-
	Für activity-Mitglieder	€ 120,-
	Für TSV-Mitglieder	€ 136,-
	Für Nichtmitglieder	€ 160,-

· Pilates für Mams

In diesem Kurs geht es in erster Linie darum, den Beckenboden nach der Geburt wieder zu kräftigen. Aber auch Stress und Verspannungen lassen sich durch das Pilates-Training abbauen. Umfang: 8-Einheiten à 60 min.

Leitung: Petra Umbscheiden-Kachler (Polestar-Pilates-Trainerin)

Mo., 09.10-10.10 Uhr, activity Der Freizeit-Sportclub.

Kursgebühren:	Für activity-Plus-Mitglieder	kostenlos	Für TSV-Mitglieder	€ 47,-
	Für activity-Mitglieder	€ 30,-	Für Nichtmitglieder	€ 62,-

Fit und gesund im TSV Schmiden

· Pilates

Pilates ist eine ganzheitliche Trainingsmethode bei der das Training von Körper und Geist eine einmalige Verbindung darstellt. Die Symbiose von Atmung und Bewegung, sowie Kraft und Beweglichkeit stehen im Mittelpunkt aller Übungen. Umfang: 8 Einheiten à 60 Minuten.

Kurs 1 - Einsteiger:

Leitung: Angela Gramlich (Polestar-Pilates-Trainerin)

Zeit: Mo., 18.00-19.00 Uhr, activity Der Freizeitsportclub.

Kurs 2 - Einsteiger:

Leitung: Corinna Zimmermann (Pilates-Kursleiterin)

Zeit: Mi., 18.00-19.00 Uhr, activity Der Freizeit-Sportclub.

Kurs 3 - Einsteiger:

Leitung: Lissia Lenz (Pilates-Trainerin)

Zeit: Do., 19.10-20.10 Uhr, activity Der Freizeit-Sportclub.

Kurs 4 - Fortgeschritten:

Leitung: Maria Dolores Valencia-Frank (Pilates-Kursleiterin)

Zeit: Di., 19.10-20.10 Uhr, activity Der Freizeit-Sportclub.

Kursgebühren:	Für activity-Plus-Mitglieder	kostenlos
	Für activity-Mitglieder	€ 30,-
	Für TSV-Mitglieder	€ 47,-
	Für Nichtmitglieder	€ 62,-

· Rücken- und Gelenkstabilisationstraining

Das Training auf der „MFT-Disc“ (= Wackelbrett) ist ein Ganzkörpertraining, das besonders die Haltemuskulatur kräftigt, die Koordination fördert, und die Gelenke stabilisiert. Umfang: 8 Einheiten à 60 Minuten.

Leitung: Christina Beil (MFT-Kursleiterin)

Mo, 19.10-20.10 Uhr, activity Der Freizeit-Sportclub.

Kursgebühren:	Für activity-Plus-Mitglieder	kostenlos
	Für activity-Classic-Mitglieder	€ 40,-
	Für TSV-Mitglieder	€ 65,-
	Für Nichtmitglieder	€ 80,-

· 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 à 60 Minuten

Di., 19.00-20.00 Uhr, TSV-Bewegungszentrum—Ballettraum RSG

Kursgebühren:	Für activity-Mitglieder	kostenlos
	Für TSV-Mitglieder	€ 40,-
	Für Nichtmitglieder	€ 56,-
	Jahresgebühr f. TSV-Mitglieder	€ 140,-

· Gesundheitszirkel

Motivierendes Gruppentraining aus einem Mix aus Ausdauer- und Kraftgeräten. Schwerpunkt Gewichtsreduktion. Umfang: 8 Einheiten à 60 Minuten.

Kurs 1:

Leitung: Anja Kurz (Diplom Sportwissenschaftlerin)

Mo., 10.00-10.45 Uhr, activity Der Freizeit-Sportclub.

Kurs 2:

Leitung: Tommy Göhler (DTB Gerätefitness-Trainer)

Do., 20.20-21.05 Uhr, activity Der Freizeit-Sportclub.

Kursgebühren:	Für activity-Plus-Mitglieder	kostenlos
	Für activity-Classic-Mitglieder	€ 33,-
	Für TSV-Mitglieder	€ 48,-
	Für Nichtmitglieder	€ 64,-

Entspannung

· Energie aus der Mitte - Entspannt in den Tag

Entspannung schafft die Voraussetzung, dass Körper, Geist und Seele wieder ins Gleichgewicht kommen und unterstützt unsere Gesundheit.

Wir arbeiten mit sanften Übungen aus den Bereichen: Autogenes Training, Progressive Relaxation, Übungen zur Stressbewältigung, Yoga, Tai Chi und Qi Gong. Dieser Kurs richtet sich an Anfänger und Fortgeschrittene gleichermaßen.

Übungsleiterin: Elke Schütz (Entspannungstrainieren)

Umfang: 8 Einheiten à 60 Minuten

Fr., 09.05-10.05 Uhr, activity Der Freizeit-Sportclub.

Kursgebühren:	Für activity-Plus-Mitglieder	kostenlos
	Für activity-Classic-Mitglieder	€ 40,-
	Für TSV-Mitglieder	€ 65,-
	Für Nichtmitglieder	€ 80,-

· Qigong—Yangsheng

Qigong ist ein Sammelbegriff für vielfältige Übungsmethoden, die in China entwickelt wurden und sich in unterschiedlicher Weise mit der Lebenskraft beschäftigen. Mit den Qigong-Übungen können wir körperliche, seelische und geistige Funktionen regulieren und stärken. Inhalt sind Übungen aus dem Spiel der fünf Tiere und den 15 Ausdrucksformen des Taiji-Qigong.

Übungsleiterin: Ute Raffler (Qigong-Kursleiterin)

Do., 18.00-19.00 Uhr, activity Der Freizeit-Sportclub.

Kursgebühren:	Für activity-Plus-Mitglieder	kostenlos
	Für activity-Classic-Mitglieder	€ 40,-
	Für TSV-Mitglieder	€ 65,-
	Für Nichtmitglieder	€ 80,-

· 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.

Frühjahr 10 Einheiten

Sommer 8 Einheiten

Herbst 12 Einheiten

Übungsleiterin: Sigi Bräuninger (Sportlehrerin)

(Yoga-1, Fortgeschrittene)

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

(Yoga-2, Anfänger und Fortgeschrittene)

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

(Yoga-3, Anfänger und Fortgeschrittene)

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

Kursgebühren Yoga:	Für activity-Mitglieder	kostenlos
	Für TSV-Mitglieder	€ 6,- / Einheit
	Für Nichtmitglieder	€ 7.50,- / Einheit
	Jahresgebühr f. TSV-Mitglieder	€ 121.50,- / Einheit

Gesunder Rücken

· 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: Anke Krombacher (Diplom Sportwissenschaftlerin)

Umfang: 8 Einheiten à 60 Minuten

Do., 10.30-11.30 Uhr, EG TSV-Bewegungszentrum

Kursgebühren (Rüf):	Für activity-Mitglieder	kostenlos
	Für TSV-Mitglieder	€ 45,-
	Für Nichtmitglieder	€ 60,-
	Jahresgebühr f. TSV-Mitglieder	€ 150,-

· 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. Umfang: 8 Einheiten à 60 Minuten

Übungsleiterin: Annette Rückle (Physiotherapeutin)

(Wirbelsäulengymnastik Stretching; WS-2)

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

Fit und gesund im TSV Schmiden

(Wirbelsäulengymnastik Intensiv; WS-3)

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

Kursgebühren (WS-2, 3):

Für activity-Mitglieder	kostenlos
Für TSV-Mitglieder	€ 38,-
Für Nichtmitglieder	€ 50,-
Jahresgebühr f. TSV-Mitglieder	€ 129,-

Senioren

· Funktionelle Gymnastik 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. Umfang: 8 Einheiten à 60 Minuten

Leitung: Ursula Besemer (Gesundheitspädagogin)

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,-

· Wirbelsäulengymnastik für Senioren (WS-4)

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. Umfang: 8 Einheiten à 50 Minuten.

Übungsleiterin: Anke Krombacher (Dipl. Sportwissenschaftlerin)

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

Kursgebühren: Für activity-Mitglieder	kostenlos
Für TSV-Mitglieder	€ 36,-
Für Nichtmitglieder	€ 47,-
Jahresgebühr f. TSV-Mitglieder	€ 122,-

Tanz und Ballett

· 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. Umfang: 8 Einheiten à 60 min.

Leitung: Ariadne Fleischmann (Tanzpädagogin)

Bal-1 (Anfänger): Mi., 19.10-20.10 Uhr; activity Der Freizeit-Sportclub.

Bal-2 (Aufbau): Mo. 18.00-19.00 Uhr; activity Der Freizeit-Sportclub.

Bal-3 (Anfänger): Fr., 09.10-10.10 Uhr; activity Der Freizeit-Sportclub.

Kursgebühren Ballett:

Für activity-Mitglieder ist die Teilnahme an einem Kurs / Quartal	kostenlos
Mitglieder im TSV Schmiden:	€ 42,-
Nichtmitglieder	€ 51,-

· Salsa-Dance-Aerobic

Wer eine Kombination aus Aerobic und Tanz sucht, ist hier richtig! Klassische Aerobic-Schritte werden mit Bewegungen des Salsa-Tanzes verbunden. So dass im Laufe der Einheiten eine tolle Choreographie entsteht. Umfang: 8 Einheiten à 60 Minuten.

Leitung: Marina Stepper (Sport- und Gymnastiklehrerin)

Uhrzeit: Mo., 20.00-21.00 Uhr, EG TSV Bewegungszentrum.

Kursgebühren:	Für activity-Mitglieder:	kostenlos
	Mitglieder im TSV Schmiden:	€ 36,-
	Nichtmitglieder	€ 46,-

· Kinderballett

Für Mädchen und Jungen im Alter von 5-12 Jahren. Erste Übungen an der Stange und im Raum sowie kleinere Enchainements werden geübt. Ort: Gymnastikraum Stadionrestaurant

Leitung: Ariadne Fleischmann (Tanzpädagogin)

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

Kursgebühren Kindertanz/Ballett:

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

Nichtmitglieder: Kit2 € 39,- Kit3+4 € 51,-

· Mini Dance (Jazztanz-Abteilung, 5-7 Jahre)

Fr., 17.30 bis 18.15 Uhr

· Midi Dance (Jazztanz-Abteilung, 8-11 Jahre)

Fr., 18.15 bis 19.00 Uhr

· Jazz Teens (Jazztanz-Abteilung, 12-15 Jahre)

Fr., 19.00 bis 20.00 Uhr

· Dance Moves für Tanzbegeisterte 35 +

Mo., 20.30 bis 21.30 Uhr

Kursanmeldung

Bitte in Druckbuchstaben ausfüllen!

Hiermit melde ich mich verbindlich für den/die nachstehenden Kurs/e an:

Kurs-Bezeichnung: _____	Kursbeginn: _____	Bitte ankreuzen!
Kurs-Bezeichnung: _____	Kursbeginn: _____	☐ Frühjahr
Kurs-Bezeichnung: _____	Kursbeginn: _____	☐ Sommer
Kurs-Bezeichnung: _____	Kursbeginn: _____	☐ Herbst
Kurs-Bezeichnung: _____	Kursbeginn: _____	☐ Winter

Name	Vorname	Geschlecht	
_____ _____ _____			
Straße	PLZ / Wohnort		
_____ _____			
Geburtsdatum	Tel. privat	Tel. dienstlich	Email-Adresse
_____ _____ _____			
Ich bin:	☐	Mitglied im activity - Freizeitsportclub	
	☐	Daylight-Mitglied im activity -Freizeitsportclub	
	☐	Mitglied im TSV	
	☐	Nichtmitglied	

Mit Abgabe dieser Kursanmeldung ist die Kursteilnahme verbindlich. Falls der Kurs wegen zu geringer Teilnehmerzahlen abgesagt werden muss, werden Sie benachrichtigt. Ebenfalls wenn Sie auf der Warteliste stehen. Hören Sie nicht von uns, haben Sie sicher einen Teilnahmeplatz.

Ich versichere, dass mir die allgemeinen **activity**-Bedingungen bekannt sind, und ich erkläre mich mit ihnen einverstanden. Weiterhin nehme ich zur Kenntnis, dass Personen, die über 35 Jahre alt sind und länger als zwei Jahre keinen Sport getrieben haben, dringend geraten wird, gemäß den offiziellen Empfehlungen der Deutschen Gesellschaft für Sportmedizin und Prävention, vor dem Training eine sportärztliche Gesundheitsprüfung durchführen zu lassen. Die Teilnahme an den einzelnen Veranstaltungen geschieht auf eigene Verantwortung.

Ort	Datum	Unterschrift	Bei Minderjährigen Unterschrift der / des Erziehungsberechtigten
-----	-------	--------------	--

Einzugsermächtigung

Hiermit ermächtige ich activity widerruflich, die Kursgebühr in Höhe von Euro _____ von meinem untenstehenden Konto abzubuchen.

Kontonummer	Bankinstitut	Bankleitzahl
-------------	--------------	--------------

Name und Anschrift, wenn vom Antragsteller verschieden

Ort	Datum	Unterschrift des Kontoinhabers
-----	-------	--------------------------------

Was gibt's Neues?

Bei der letzten Muskelkaterausgabe zitierten wir ein activity-Mitglied, Tom Beier, der sich jedes Jahr auf den activity-Trainingsbeginn im Herbst freut, da es immer neue Angebote zu entdecken gibt. So wird es auch dieses Jahr wieder sein.

Unter baulichem Gesichtspunkt steht diesen Sommer der Eingangsbereich des activity im Fokus. Es wird nun die direkte Treppenanbindung vom bestehenden activity hoch in das Reha- und Seniorensportzentrum in Angriff genommen. Um Raum für diese Treppe zu gewinnen und um den großzügigen Gesamteindruck des activity nicht zu sehr einzuschränken, wird dafür ein Teil der Empfangstheke abgenommen und zurückgesetzt. Im Zuge dieser Umbauarbeiten wird auch das „Innenleben“ der Empfangstheke an den aktuellen Bedarf und an Arbeitsabläufe angepasst.

Doch nicht nur die Treppe und die veränderte Empfangstheke wird das erste Erscheinungsbild des activity nachhaltig verändern. Im Bistrobereich wollen wir mit neuem Mobiliar noch mehr Behaglichkeit und eine größere Zahl an Sitzplätzen schaffen. Das neue Mobiliar soll den Ansprüchen, welche der Seniorenbeirat des TSV Schmidlen verfasst hat, berücksichtigen. Wir wollen u.a. Stühle mit Lehne verwenden, um sich beim Aufstehen abstützen zu können. Ebenso schräge Sitzflächen und leichte Tische verwenden, die leicht zu einer geselligen Tischrunde gestellt werden können.

Desweiteren investieren wir diesen Sommer noch in unseren Saunabereich. Durch Einreißen von Zwischenwänden wollen wir den Ruhebereich vergrößern. Und im Zuge dessen auch den Wintergarten renovieren.

Doch auch das Sportangebot soll nicht zu kurz kommen. Um eine direkte Anbindung zwischen den beiden activity-Ebenen herstellen zu können, wird ein Anbau benötigt, der auf die bisherige Dachfläche gesetzt wird. Dieser neu entstehende Raum soll einerseits als Kommunikationszone mit kleinen Sitzgruppen, andererseits auch als Trainingsfläche mit speziellen Technogym-Geräten genutzt werden. Diese Kraft- und Ausdauergeräte sind mit dem medizinischen TÜV-Zeichen ausgestattet, so dass auch Reha-Training an Geräten möglich ist.

Zudem lassen wir diese neuen Geräte mit einem Schlüssel-System ausstatten, um das Training durch vorgegebene Geräteeinstellungen auch für Neueinsteiger zu erleichtern.

Neben dem Gerätetraining bemühen wir uns auch stetig unser Kursangebot weiter auszubauen. Wir nehmen dieses Jahr ab September neu in unseren Kursplan den Kurs „Zumba“ auf. Hierzu können Sie sich auf der vorherigen Seite ausführlich informieren.

Zusammenfassend lässt sich festhalten: im activity ist immer was los.

Activity-Mitglieder wie Tom Beier oder auch Interessierte können den neu eröffneten Gerätebereich im Reha- und Seniorensportzentrum des activity im Rahmen des **Tags der offenen Tür am 3. Oktober 2010 von 11 bis 17 Uhr** gerne besichtigen. Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Vanessa Gerstenberger

Interview mit Anja Kurz

Romina Cariglino, Auszubildende im 2. Lehrjahr zur Sport- und Fitnesskauffrau, interviewt Anja Kurz, die seit April 2009 die Trainingsfläche leitet.

Romina: „Hallo Anja, da du jetzt schon fast ein Jahr hier bei uns im activity arbeitest, wollten wir dich vorstellen. Ich habe ein paar Fragen an dich.“ „Wie gefällt es dir hier im activity hast du dich gut eingelebt?“

Anja: „Hallo Romina, also mir gefällt es hier sehr, vor allem das Arbeitsklima, und das meine Arbeit so vielseitig ist. Ich finde es sehr gut dass ich viel mit Kunden zu tun habe, aber auch im Hintergrund mit organisatorischen Sachen, z.B. Konzepterstellung oder Planung von Veranstaltungen, wie die momentan laufende activity-Weltreise. Das macht meine Arbeit so vielseitig und das finde ich sehr interessant.“

Romina: „Wie bist du auf uns aufmerksam geworden, wie hast du uns gefunden?“

Anja: „Ich habe 14 Jahre lang aktiv am Radrennen teilgenommen und das letzte Jahr davon beim activity Racing Team. Ja, und so kam ich mit dem activity in Kontakt.“

Romina: „Okay. Was hast du für eine Ausbildung gemacht?“

Anja: „Ich habe ein BA Studium gemacht. So wie Tamer Acicbe und Lissia Lenz hier im activity, war ich beim SV Salamander in Kornwestheim. Dort habe ich mein Diplom als Fitness Ökonomin erworben und habe meine erste Ausbildung zur Physiotherapeutin sinnvoll ergänzt. Diese Doppel-Ausbildung ist hier für mich im activity sehr praktisch, weil ich beides anwenden kann.“

Romina: „Hast du noch weitere Zusatzqualifikationen oder



Lizenzen erworben?“

Anja: „Ja ich habe noch einige Fortbildungen gemacht. Ich habe Scheine für Krankengymnastik am Gerät, Therapeutisches Klettern und Reha Sport Übungsleiter.“

Romina: „Und zum Schluss noch. Was sind deine Hobbys was machst du so in deiner Freizeit?“

Anja: „Ich mag jeglichen Ausdauersport wie zum Beispiel Skilanglauf, Joggen, Rennrad und Mountainbike.“

Romina: „Danke Anja dass du dich bereit gestellt hast für dieses Interview, es war sehr Interessant mehr über dich zu erfahren. Darf ich noch fragen wie alt du bist!“

Anja: „Kein Problem habe ich gerne gemacht, ja klar ich bin 29 Jahre alt.“

Tag der offenen Tür
am 03.10.2010
von 11.00 bis 17.00 Uhr

activity
Der Freizeit Sportclub.

- Fitnesstraining
- Kurse
- Reha-Sport
- Badminton
- Squash
- Soccer
- Wellness
- Spaß
- u.v.m.

Bei Abschluss einer Mitgliedschaft
am 03.10.2010 sparen Sie 50,- Euro!

activity - Der Freizeit Sportclub | Bülhstraße 140 | 70736 Fellbach | Tel. 0711 - 510 4998-0 | info@activity-fellbach.de | www.activity-fellbach.de

Kurrle
BÜROEINRICHTUNG

Bruckstraße 24
70734 Fellbach
Tel.: 0711 - 5 75 36 -60
Fax: 0711 - 5 75 36 -69
wkurrle@kurrle.de
www.kurrle.de

- Präsentationstechnik
- Datensicherungsschränke - Tresore
- Werkstatt- und Kantineinrichtungen
- Vermietungen von Beamer - Leinwände
- Büroumzüge

Mo.-Fr. 8:30 - 12:30 und 13:30 - 17:30 oder nach Vereinbarung

Informationen zum Rehabilitationssport

• Herz- und Diabetessport

Für ein langes und gesundes Leben sind ein funktionierender Kreislauf und ein belastbarer Bewegungsapparat von besonders wichtiger Bedeutung. Hierzu können Herz- und Diabetessport einen wichtigen Beitrag leisten. Ein trainiertes Herz strengt sich bei Alltagsbelastungen weniger an und ist widerstandsfähiger gegenüber Rhythmusstörungen. Auch für Diabetiker ist dieses Training sehr gut geeignet, da Bewegung das wirksamste Mittel zur Blutzuckerregulierung ist. Bewegung unterstützt die Gewichtsreduktion, kräftigt die Muskeln und verbessert den Stoffwechsel.

Leitung: Doris Frey-Rochhausen (Hersport-Übungsleiterin und Dr. med. Martin Friedrich (Internist))
Fr, 15.30 bis 16.30 Uhr, activity - Der Freizeit Sportclub

• Rehabilitationssport für Knie & Hüfte

Knie & Hüfte ist für Personen mit Knie- und Hüftarthrose bzw. für Personen mit einem künstlichen Knie- bzw. Hüftgelenk geeignet. Falls Sie schon am Knie oder an der Hüfte operiert wurden, sollte die Operation bereits 6 Monate zurückliegen. Ein spezielles Übungsprogramm kräftigt und dehnt die Muskulatur sowohl um das Knie- als auch um das Hüftgelenk. Gleichzeitig wird die Gangkoordination und die Gleichgewichtsfähigkeit verbessert.

Leitung: Jutta Schick (Reha-Sport-Übungsleiterin)
Kurs 1 Mo, 11.00 bis 12.00 Uhr, activity - Der Freizeit Sportclub
Kurs 2 Do, 18.00 bis 19.00 Uhr, activity - Der Freizeit Sportclub

• Reha-Sport für Rücken & Bandscheiben

Dieser Reha-Sport-Kurs ist für Personen mit Bandscheibenvorfällen und degenerativen Erkrankungen der Wirbelsäule geeignet. Ein spezielles Übungsprogramm mobilisiert die Wirbelsäule und kräftigt und dehnt die umliegende Muskulatur. Weitere Schwerpunkte liegen in der Haltungsschulung, der Körperwahrnehmung, der Schulung rückengerechten Verhaltens sowie der Entspannung durch verschiedene Methoden.

Kurs 1 Annette Rückle (Physiotherapeutin)
Mo, 20.00 bis 21.00 Uhr, Jugendraum Stadion Schmiden

Kurs 2 Sabine Melkuhn (Reha-Sport-Übungsleiterin)
Di, 10.20 bis 11.20 Uhr, activity - Der Freizeit Sportclub

Kurs 3 Sabine Melkuhn (Reha-Sport-Übungsleiterin)
Di, 18.00 bis 19.00 Uhr, activity - Der Freizeit Sportclub

Kurs 4 Ariadne Fleischmann (Reha-Sport-Übungsleiterin)
Mi, 18.00 bis 19.00 Uhr, activity - Der Freizeit Sportclub

Kurs 5 Anke von Wagner (Dipl. Sportwissenschaftlerin)
Do, 08.30 bis 09.30 Uhr, EG TSV Bewegungszentrum

Kurs 6 Jutta Schick (Reha-Sport-Übungsleiterin)
Do, 19.10 bis 20.10 Uhr, activity - Der Freizeit Sportclub



Übung = Becken heben und Ball zusammen drücken - Foto: activity

• Rehabilitationssport nach Schlaganfall und M. Parkinson

Nach einem Schlaganfall ist die Beibehaltung bzw. Verbesserung der Leistungsfähigkeit sehr wichtig. Rehabilitationssport wirkt gleichermaßen auf die körperliche, geistige und psychische Leistungsfähigkeit, sowie auf die soziale Wiedereingliederung. Verbunden mit Spaß und Freude an der Bewegung wird in einer Gruppe Gleichgesinnte die Selbstsicherheit wiedererlangt.

Leitung: Ariadne Fleischmann (Reha-Sport-Übungsleiterin)
Mi, 17.00 bis 18.00 Uhr, activity - Der Freizeit Sportclub

• Rehabilitationssport für Schultergürtel und Rücken

Die Schulter ist ein hauptsächlich muskelgeführtes Gelenk. Dadurch ergibt sich eine gute Beweglichkeit, aber auch eine hohe Verletzungsgefahr. Gezielte Bewegung hilft dieser Instabilität und den damit verbundenen Schmerzen entgegen zu wirken.

Kurs 1 Anja Kurz (Physiotherapeutin)
Fr, 09.10 bis 10.10 Uhr, activity - Der Freizeit Sportclub

Kurs 2 Christina Beil (Reha-Sport-Übungsleiterin)
Mo, 20.20 bis 21.20 Uhr, activity - Der Freizeit Sportclub

• Rehabilitationssport bei Osteoporose

Osteoporose ist eine Stoffwechselerkrankung der Knochen. Durch den Abbau von Knochenmasse verliert der Knochen seine Stabilität. Heutzutage leiden nicht nur Frauen unter dieser Zivilisationskrankheit. Wir Menschen sitzen uns krank und unsere Knochen und Muskeln degenerieren. Gezielte Bewegung hilft unserem Körper der Osteoporose entgegenzuwirken. Bei regelmäßiger Durchführung können Sie so langfristig das Risiko eines Knochenbruchs verringern.

Leitung: Christian Martz (Dipl. Sportwissenschaftler)
Mi, 09.00 bis 10.00 Uhr, activity - Der Freizeit Sportclub

Hinweis: Die Teilnahme an den Kursen ist mit einer ärztlichen Verordnung kostenlos. Eine Vereins-Mitgliedschaft im TSV Schmiden wird aber zur Nachhaltigkeit empfohlen.



Kräftigung des oberen Rückens - Foto: activity



Sportlicher Partner

Hahn+Mayer Automobile engagiert sich vielfältig

Das Unternehmen Hahn+Mayer Automobile in Fellbach und Waiblingen steht seit vielen Jahren für eine sehr erfolgreiche Partnerschaft mit dem TSV Schmiden und dem Activity-Freizeitsportclub.

Das Engagement beider Partner hat schon früh damit begonnen, von einer rein finanziellen Unterstützung wegzukommen und die gemeinsamen Synergien zu nutzen und gegenseitig voneinander zu profitieren.

So hat Hahn+Mayer nicht nur die Fahrzeuge für den Verein geliefert sondern auch werblich genutzt, um die Verbindung zum Verein nach außen zu signalisieren. Weiter wurde ein Trainingsraum im Activity mit dem Namen des Volkswagenzentrums benannt sowie mit Plakaten und einer Vitrine mit Zubehör auf das Unternehmen aufmerksam gemacht.

Die werbliche Seite wurde vor einigen Jahren damit erweitert, dass die Sportlerlehre des TSV Schmiden zum Jahresende im Verkaufsraum des Volkswagenzentrums stattfindet und so über 300 Mitglieder neben ihren Preisen auch die Möglichkeit haben, sich die aktuelle Fahrzeugpalette von Volkswagen anzuschauen.

Hahn+Mayer stellt zudem bei sportlichen Events Fahrzeuge der Marken Audi und Volkswagen aus und hält über die Bereitstellung von VW T5 Bussen oder Transportern die Mannschaften mobil, wenn der eigene Fuhrpark nicht ausreicht.

Die Bandbreite des Leistungsspektrums ist sehr hoch, so dass auch in der Vergangenheit viele Mitglieder den Weg in die Betriebe gefunden haben und heute zum Kundenkreis gehören. Umgekehrt nutzen zahlreiche Mitarbeiter von Hahn+Mayer regelmäßig die Möglichkeiten des Activity.

Die Betriebe von Hahn+Mayer decken alle Bereiche ab, welche im Service für ein Auto notwendig werden können. Neueste Werkstatttechnik, geschultes Personal und die in beiden Fellbacher Betrieben angeschlossene Karosserie- und Lackierbereiche

runden das Bild ab.

Es werden über 10 000 Kundenräder in dem Unternehmen eingelagert, mehr als 200 Mitarbeiter und Auszubildende beschäftigt, über 2000 Neu- und 2500 Gebrauchtwagen verkauft sowie im Durchschnitt 180 tägliche Werkstattdurchgänge abgewickelt. Dadurch ist das Unternehmen in vielen Punkten ein vergleichbarer Partner des TSV Schmiden, welcher sehr viele sportliche Bereiche abdeckt, viele Mitglieder hat und dessen haupt- und ehrenamtlichen Helfern nie die Arbeit auszugehen scheint.

Auch die Firma Hahn+Mayer versucht, sich ständig zu verbessern, den neuesten Anforderungen gerecht zu werden und wenn es auch in der Branche keine direkten Wettkämpfe gibt, so wurde dennoch im vergangenen Jahr der Audi Betrieb in der Waiblinger Straße zum Top-Service-Partner der Audi AG ausgezeichnet und das Volkswagenzentrum in der Ringstraße zu den 50 erfolgreichsten VW-Partnern in Deutschland.

In der Kundenzufriedenheit liegen beide Betriebe unter den Top 10 Prozent aller Betriebe des Konzerns. Aber auch dies lässt sich nicht auf den Lorbeeren ausruhen, sondern der gesamte Dienstleistungsbereich wird ständig hinterfragt und verbessert. Die aktuellen Veränderungen im Activity lassen erkennen, dass man sich auch hier den sich ständig ändernden Anforderungen und Bedürfnissen seiner Mitglieder stellt, das Leistungsspektrum erweitert und für alle Altersgruppen angepasste Bereiche schafft.

Eine dadurch wachsende Mitgliederzahl oder für das Unternehmen Hahn+Mayer steigende Kundenzahl sind der beste Beweis für alle Bemühungen und Engagements, vieles richtig gemacht zu haben. Für die Zukunft kann folglich nur eine Richtung gelten: Weiter gemeinsam vereint nach vorn. Denn dies schafft auch in wirtschaftlich schwierigen Zeiten Erfolge und erweist sich als stabile und tragfähige Basis für alle Beteiligten. Michael Mayer



Der Audi-Betrieb in der Waiblinger Straße wurde als Top-Service-Partner ausgezeichnet.



**Hahn + Mayer
Automobile**

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

Der sportliche Partner des TSV Schmiden

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 Riesensortiment 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

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



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

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

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



Das Volkswagenzentrum in der Ringstraße wurde prämiert – als einer der 50 erfolgreichsten VW-Partner in Deutschland.

Ein Sport für alle Generationen

Jazztanz ist keine Altersfrage, Mütter und Töchter begeistern sich gleichermaßen

Was haben Antje Bürkle-Ebner, Petra Menges, Rosalinde Küstner, Daniela Hillemann, Patricia Leßnerkraus und Gabi Bürkle gemeinsam? Alle trainieren und tanzen mit Begeisterung in einer der Gruppen der Jazztanz-Abteilung. Und das gleiche gilt für ihre Töchter. Lara, Alina, Natalie, Lara, Marie und Aline sind genauso motiviert und aktiv wie ihre Mütter beim Jazztanz dabei. Spaß an der Bewegung mit Musik, Freude am Einstudieren von Choreographien und gemeinsames Tanzen in der Gruppe steht da bei den Frauen und Mädchen oft an erster Stelle – und diese Motivation ist überhaupt keine Altersfrage.

Natürlich sehen die Übungsstunden der Kleinsten ab fünf Jahren ganz anders aus wie die der Älteren oder der Erwachsenen. Immer wieder lässt sich Silvia Bürkle-Kuhn da etwas Neues, Lustiges, Fetziges oder Anspruchsvolles einfallen.

Antje Bürkle-Ebner (39) macht schon seit fast einem Vierteljahrhundert Jazztanz beim TSV-Schmidlen. Natürlich hat sich die Tanzbegeisterung auf ihre Tochter Lara (11) übertragen. „Schon als Baby hab ich sie mal ins Training mitgenommen. Und mit vier Jahren hat sie dann bei den Minis in der Jazztanz-Abteilung angefangen. Ihr macht das Tanzen in der Gruppe genauso viel Spaß wie mir“, erzählt Antje Bürkle-Ebner. Lara trainiert bei den Midi Dancer und findet den neu einstudierten Tanz einfach „voll cool“.

Die 13-jährige Alina Menges tanzt auch bei den Midi Dancer und hat 2003 bei den Minis angefangen. Ihre Mutter Petra (41) kam eigentlich durch sie zum Jazztanz in Schmidlen. Beim Landeskinderturnfest 2005 in Waiblingen haben sie ihre Kinder begleitet. Dort bestärkten sie und ein paar andere Mütter Silvia Bürkle-Kuhn darin, in Zukunft auch eine Übungsstunde für „ältere Se-



Mutter und Tochter sind vom gleichen Sport angetan: Petra Menges und ihre Tochter Alina (li.) sowie Antje Bürkle-Ebner mit Tochter Lara.



mester“ anzubieten, um tanzbegeisterten Neu- und Wiedereinsteigern ein passendes Angebot zu machen. „So habe ich dann 2006 nach 15 Jahren Jazztanz-Pause in der Montagsguppe den Neueinstieg gewagt. Es macht mir riesigen Spaß, mich auf Musik zu bewegen, neue Choreographien zu lernen, den ganzen Alltagsstress hinter mir zu lassen und den Kopf frei zu bekommen“, sagt Petra Menges. Inzwischen trainiert sie nach wie vor montags bei den „Dance Moves“, ist aber seit einigen Monaten auch mit großem Engagement beim Jazztanz der fortgeschrittenen Erwachsenen dabei. Begonnen mit

dem Tanzen hat Petra Menges schon im zarten Alter von vier Jahren, damals noch bei der rhythmischen Gymnastik des TSV unter der Leitung von Frau Lenz.

Ein ganz neues Gesicht beim Jazztanz ist Rosalinde Küstner (54). Seit Februar dieses Jahres heißt es für sie Dance and Fun bei den Dance Moves am Montagabend. „Dazugekommen bin ich, weil ich etwas Sportliches machen wollte. Natalie hatte die Idee, dass ich das mit dem Jazztanz mal ausprobieren. Nach zweimal Mittanzen war dann entschieden, dass ich weitermache.“ Gefreut hat sich ihre Tochter Natalie Küstner (27), dass sie ihrer Mut-

ter da wohl genau den richtigen Tipp gegeben hat. Natalie selbst ist schon seit fast 15 Jahren beim Jazztanz dabei. Gern getanzt hat sie schon immer, oft auf irgendwelche Musik zu Hause. Auf die Idee gebracht, es im Verein unter Anleitung und unter Gleichgesinnten zu versuchen, hat sie eine Cousine. Seitdem ist Jazztanz ein wichtiger Bestandteil ihres Lebens. „Während des Studiums war das Jazztanz-Training eine willkommene Pause vom Lernen, für eineinhalb Stunden konnte ich alle Sorgen um Prüfungen vergessen. Und auch jetzt im Beruf ist es eine tolle Möglichkeit abzuschalten. Außerdem wird das Trai-

ning auch noch nach Jahren nicht langweilig. Wir machen Jazztanz, Modern Dance, Showtanz und da ändern sich je nach Tanz die Stilrichtungen komplett.“

Das Einstudieren von bühnenreifen Choreographien ist natürlich ein wichtiger Aspekt in allen Jazztanzgruppen. Schon die Kleinsten sind motiviert und noch fleißiger beim Trainieren, wenn ein Vorführtermin näher rückt. Aktuell steht da der Schmidener Sommer vor der Tür. Auf der TSV-Showbühne zeigen fast 40 Kinder und Jugendliche aus der Jazztanz-Abteilung ihr Können. Auch Lara, Alina, Marie und Aline sind dabei. *Christine Knoedler*

ULRICHWERBUNG



Ihr Ansprechpartner
für alle Werbemaßnahmen

www.ulrich-werbung.de

TELEKIM
Telefonanlagen direkt vom Profi

Kim Lange
Hasenwaldstr. 21
70736 Fellbach-Schmidlen
Tel. 07 11 / 51 44 40
Fax 07 11 / 5 85 23 22
e-mail: info@telekim.de

**Wirtschaftlich,
umweltgerecht,
langlebig
und sicher.**



- Straßenbau und Asphaltbau
- Farbasphalt
- Erd- und Tiefbau
- Kanal- und Leitungsbau
- Pflasterbau
- Befestigung und Gestaltung von Straßen, Plätzen und Freiflächen
- Neubau, Reparatur oder auch Sanierung von bestehenden Flächen

www.asr-remms.de

Asphalt- und Straßenbau Rems
Senefelderstraße 3
D-70736 Fellbach-Schmidlen

Fon 0711/951909-0
Fax 0711/5180214
info@asr-remms.de

Die ASR Rems GmbH steht für professionelle und innovative Lösungen im Asphalt- und Straßenbau. Wir realisieren verlässlich Ihre Bauvorhaben.



Besonders viel positive Resonanz gibt es für die Show auf der Bühne am Gottlieb-Daimler-Stadion.

Jugendarbeit weiter ausgebaut

Erfolgreiche Weiterentwicklung bei den Cheerleadern

Pünktlich zu Beginn des neuen Schuljahres 2009/2010 wurde ein nochmaliger Versuch unternommen, ein neues Kinderteam ins Leben zu rufen. Es wurde beim Fellbacher Ferienspaß gewonnen, das Schaufenster der Geschäftsstelle des TSV Schmiden ausgeschmückt und bei zahlreichen Veranstaltungen im Frühjahr und Sommer 2009 ordentlich die Werbetrommel gerührt. Außerdem haben sich zwei aktive Fireballs (unser Senior Coed Team), die Zwillinge Jasmin und Jacqueline Pericki, bereit erklärt, die Trainerfunktion zu übernehmen.

Und diese Anstrengungen haben sich gelohnt: Inzwischen kommen jeden Montag zwischen 17 und 18.30 Uhr zehn Mädchen im Alter zwischen fünf und neun Jahren in die neue Festhalle, um die Grundlagen des Cheerleading zu lernen. Im vergangenen Dreiviertel Jahr hat sich eine konstante Gruppe gebildet. Auch ein weiterer Trainer ist hinzugestoßen: Dominik Benedix, der selbst erst seit Juni 2009 bei den Fireballs trainiert, unterstützt Jasmin und Jacqueline tatkräftig. Inzwischen haben die Kleinsten, die unter dem Namen Wildfire bekannt sind, auch schon einige Auftritte bei verschiedenen Festen und Aktionen hinter sich gebracht.

Besonders viel positive Resonanz ernteten einige der Mädchen bei ihrer kleinen Show im Juni auf der Bühne am Gottlieb-Daimler-Stadion im Rahmen des 17. Stuttgarter Zeitungslauf. Auch wenn die kleine Trinity (5) zunächst ihre Aufregung mit ein paar Tränchen hinunterschlucken musste. Aber nachdem das



Die Anstrengungen haben sich gelohnt – übrigens auch was das Rühren der Werbetrommel für das Cheerleading angeht.

Publikum sie mit einem kräftigen Applaus anfeuerte, war die Aufregung ganz schnell vergessen und sie konnte auch wieder lachen.

Aber auch bei den Größeren hat sich einiges getan. Das Jugendteam Flames konnte ebenfalls einige Neu-Mitglieder hinzugewinnen und sich damit wieder vom Groupstunt (nur fünf Mädchen) hin zu einem Allgirl Cheer Team (bis zu 20 Mädchen) entwickeln. Bei den Fireballs, den Erwachse-

nen-Cheerleadern, trainieren inzwischen auch 15 Jungs und Mädchen zwischen zwei bis drei Mal die Woche. Beide Teams, Flames und Fireballs, sind derzeit wieder in der aktiven Meisterschaftsvorbereitung und werden im Rahmen der Kids Cheer Trophy am 24. Juli im Skyline Park im Allgäu an den Start gehen. Jacqueline Matschilles

INFO: Clubleitung Patricia Siwek, patricia.siwek@schmiden-cheert.de, Telefon: 0163 / 70 36 33 74

IN DEN BESTEN HÄUSERN ZUHAUSE

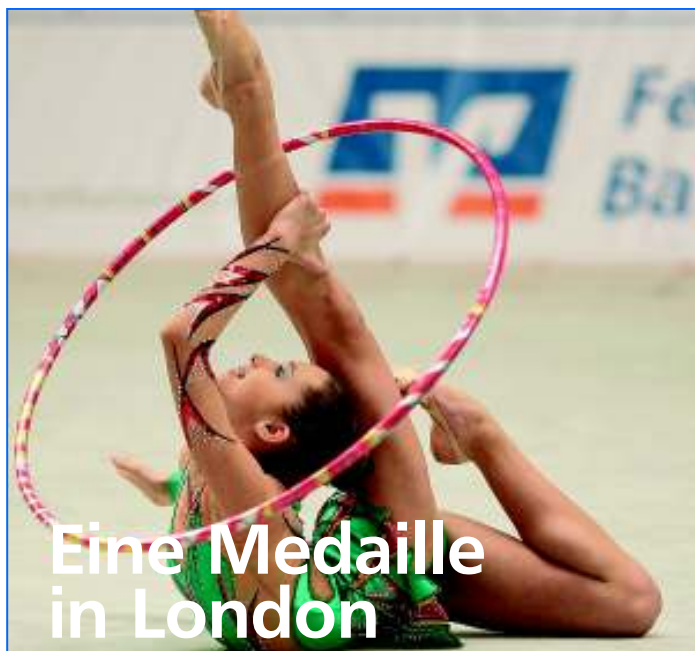


gardinen
raumausstattung
teppichböden
objektausstattung
JOOP! LIVING



Ringstr. 20-22, 70736 Fellbach
Telefon (07 11) 957 918 - 0
Telefax (07 11) 957 918 - 33
www.raumstudio-falter.de
mail@raumstudio-falter.de

Fellbach/Stuttgart ■ Dresden ■ Wiesbaden ■ Hamburg ■ München
■ Berlin ■ Luxemburg (L) ■ Prag (CZ) ■ Wrocław (PL) ■ Zürich (CH)



Eine Medaille
in London

Jeder Mensch hat etwas, das ihn antreibt.

Wir machen den Weg frei.

Millionen von Fernsehzuschauern verfolgen, wie die Gymnastinnen aus Fellbach-Schmiden bei den Spielen in London um eine Medaille kämpfen. Die Fellbacher Bank setzt sich dafür ein, dass dieser Traum wahr wird. www.fellbacher-bank.de

Einfacher. Ehrlicher. Fellbacher.

Fellbacher
Bank eG



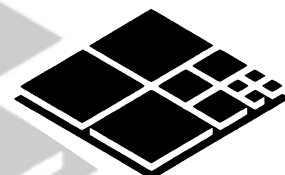
**RAINER
BÜRKLE**

UHLANDSTRASSE 56

70736 FELLBACH-SCHMIDEN

TELEFON 07 11 / 51 55 52

TELEFAX 07 11 / 5 16 02 00



FLIESEN-, PLATTEN- UND
MOSAIKARBEITEN

Ein grünes Gummiband als Orientierung

Dieter Ott, der wegen einer Netzhautdegeneration erblindet ist, trainiert mit seinem Begleiter Werner Krack auf der Tartanbahn

Es ist Montagabend. Kurz nach 18 Uhr. Im Stadion Schmiden drehen ein paar einzelne Läufer ihre Runden. Dazwischen nähern sich zwei Läufer, die dicht nebeneinander, fast im Gleichschritt ihr Tempo machen. Bei näherem Hinschauen erkennt man, dass die beiden ein grünes Gummiband mit sich führen, das beide Läufer auf Distanz hält. Es sind Langstreckenläufer Werner Krack und sein Begleiter Dieter Ott. Dieter Ott ist blind.

Aufgrund einer Netzhautdegeneration ist er erblindet. „Nur wenn es richtig hell ist, kann man noch ein paar Kontraste erkennen“, so beschreibt Dieter Ott sein visuelles Wahrnehmen der Umwelt. Ansonsten ist der gelernte Korbmacher voll und ganz auf Hilfe angewiesen. Nur den alltäglichen Weg von zu Hause zur Arbeit und zurück meistert er alleine. Alles andere wird zur Herausforderung. Deshalb freut sich der begeisterte Radsportler auf jeden Montag. Da holt dann Werner Krack, der sonst bei den Langstreckenläufern des TSV Schmiden trainiert, seinen blinden Begleiter von Fellbach ab und fährt mit ihm ins Stadion von Schmiden, wo beide schon seit knapp sechs Jahren ihr Lauftraining zusammen absolvieren. Es ist für beide Läufer immer wieder etwas besonderes.

Dieter Ott freut sich, etwas in die Welt der Sehenden eintauchen zu dürfen und nicht immer unter Blinden sein zu müssen. Und auch für Werner Krack, den dieser ehrenamtliche Dienst immer wieder froh macht, etwas Gutes geleistet zu haben, ist es eine Herausforderung. Schließlich hat Werner Krack die Verantwortung, wohin er seinen Schützling führt.

„Das Gummiband ist wie ein Zügel“, erklärt der erfahrene Langstreckenläufer die Technik. Zudem gibt Werner Krack immer eine gelaufene Distanz an, damit Dieter Ott weiß, wann eine Runde gelaufen ist. „Es benötigt jedoch schon eine gewisse Zeit, bis man sich aufeinander eingestellt hat. Das geht nicht von heute auf morgen“, erklärt Wer-



Die Augen von Werner Krack sehen für ihn mit: Dieter Ott (links) und der erfahrene Langstreckenläufer laufen gemeinsam Runde um Runde – Ziel ist, beim Volkslauf in Schwaikheim dabei zu sein.

ner Krack die Zusammenarbeit mit Dieter Ott. Beide absolvieren eine Art Intervalltraining. Am Anfang wird gewandert. Danach werden immer längere Laufdistanzen mit kürzeren Gehpausen verbunden.

Beide haben nämlich in diesem Jahr noch ein Ziel. Im November

findet in Schwaikheim ein Volkslauf statt, bei dem beide die fünf Kilometer zusammen laufen wollen. Auch hier wird es für beide etwas Besonderes werden. Dieter Ott kann die Laufatmosphäre erleben und Werner Krack hat die besondere Aufgabe, seinen Begleiter sicher und mit wachsamem Au-

gen ins Ziel zu bringen. Ein weiteres Ziel hat Dieter Ott dann auch noch. Endlich wieder jemanden zu finden, der mit ihm das Radtraining absolviert. „Mein Tandem auf Rollen steht bei mir zu Hause in Fellbach“, erzählt Dieter Ott etwas wehmütig. Schließlich ist das Radfahren seine große Lei-

denschaft, doch ohne einen Mitfahrer bleibt das Tandem weiterhin in der Warteschleife. Aber vielleicht findet sich ja bald ein begeisterter Radfahrer, der Dieter Ott begleitet. Dann könnte der blinde Sportler wieder etwas in die Welt der Sehenden mit eintauchen. *Claudia Bürkle*

Ulrich Rohde

Steuerberater

Oeffinger Str. 8, 70736 Fellbach, Tel. 0711/518575-0

Ergänzend zur üblichen Steuerberatung und Jahresabschlusserstellung habe ich folgende Beratungsschwerpunkte:

- Existenzgründungsberatung
- Gestaltung der Nachfolgeregelung
- Betriebswirtschaftliche Beratung
- Wahl der zweckmäßigen Rechtsform

Fröhlich OHG Ihre Allianz in Schmiden.

Partner für alle großen und kleinen Pläne im Leben.



Peter Fröhlich



Ute Fröhlich

Fröhlich OHG, Allianz Hauptvertretung
Fellbacher Straße 58, 70736 Fellbach-Schmiden

Tel.: 07 11 / 51 24 76
froehlich.ohg@allianz.de

Versicherung Vorsorge Vermögen



Voller Einsatz beim Ortsturnier

Schmiden Pumas veranstalten das 41. Handballortsturnier

Die Handballer des TSV Schmiden veranstalten in diesem Jahr ihr 41. traditionelles Handballortsturnier. Der nun zum 5. Mal unter dem Namen Rolf-Bürkle-Gedächtnisturnier ausgetragene Wettbewerb für Vereine, Abteilungen, Betriebe, Freizeitgruppen, Thekenmannschaften und sonstige Gruppen findet vom 19. bis 25. Juli vor oder, bei schlechtem Wetter, in der Sporthalle Schmiden statt. Je nach Anzahl der aktiven Spieler werden die Mannschaften in der Jubiläumsklasse, der Mixed-Klasse, der Frauenklasse oder der Allgemeinen Klasse im Kampf um Sachpreise und Pokale antreten.

Die Fußball-WM in Südafrika und der Schmidener Sommer sind der Grund, warum das „Ortse“ in diesem Jahr erst montags startet. Dafür wird dann aber bis Sonntag gefeiert. Und zum Feiern gibt es außer den Siegen beim „Ortse“ eine ganze Menge. Vier von fünf aktiven Mannschaften haben nach einer langen Saison den Aufstieg in die nächsthöhere Klasse geschafft.

Nach den bis Mitte Mai dauernden und erfolgreich abgeschlossenen Aufstiegsspielen der beiden ersten Mannschaften – beide Teams spielen jetzt in der Baden-Württemberg-Oberliga, der vierthöchsten Klasse – sind die Handballer somit wieder mit einer Veranstaltung prä-



Nicht nur für Handballbegeisterte ein wichtiges Datum im Kalender: Das Handballortsturnier.

sent. Zu den Höhepunkten der Ortsturnierwoche werden auch wieder die Spiele der aktiven Mannschaften gehören. Steht bei den Frauen der Gegner noch nicht fest, so ist der Gegner der Männer 1 umso attraktiver.

Zweitligist TV Bittenfeld, in der abgelaufenen Saison auf Platz 3 der 2. Bundesliga Süd, wird am Donnerstag den 22. Juli um 20 Uhr gegen die Schmiden Pumas von Trainer Alexander Prasolov antreten. Viele freuen sich schon

jetzt auf diese Partie – für alle Handballbegeisterten sollte dies ein Anlaufpunkt sein.

Ein Anziehungspunkt, allerdings mit einem anderen Schwerpunkt, ist natürlich auch die „Karibische Nacht“, die am

Freitagabend im Anschluss an die Ortsturnierspiele stattfindet.

Markus Engelhart

INFO: Weitere Informationen zum Ortsturnier gibt es im Internet unter www.handball-schmiden.de



Foto: Patricia Sigerist/privat

Anzeige

Neues Event im Kreis

Drei Tage – drei Städte – drei Rennen

Das activity-racing-team um Marc Sanwald ist voll in den Planungen für ein neues großes Event im Rems-Murr-Kreis. Es handelt sich um eine Rennserie, in der drei Rennen in drei Städten gefahren werden. Den Start macht Schorndorf am 20. August, in der Fußgängerzone um das Rathaus. Dann folgt Backnang am 21. August, im Industriegebiet Lärchenäcker, zum großen Finale kommt es in Fellbach am Kappelberg mit der Baden-Württembergischen Bergmeisterschaft. Im Moment laufen Anfragen an den belgischen Topfahrer Léon van Bon und zweifachen Etappensieger der Tour de France sowie Franco Marvulli aus der Schweiz. Die beiden sollen bei dem Rems-Murr-Pokal als Topstars an den Start gehen. So wie namhafte Fahrer aus der Region, wie Sven Kraus, Leif Lamparter, Alexander Äschbach, Rolf Hofbauer (TSV-Schmiden) oder Andreas Mayer (TSV-Schmiden). An allen Tagen wird im Vorfeld auch ein Jedermannrennen ausgetragen. Ziel ist, den Radsport wieder den Zuschauer näher zu bringen. Außerdem ist es für den Kreis wichtig, wieder eine Etappenfahrt zu haben, die sich mit anderen großen Sportveranstaltungen messen kann.

Marc Sanwald



Zum großen Finale kommt es am Kappelberg.

Foto: Patricia Sigerist

Anzeige

Offene Baden-Württembergische Bergmeisterschaften
um den Stadtwerke Fellbach Pokal

Großes Finale des Rems-Murr-Cups
Sonntag, 22. Aug. 2010
Start: Neue Kelter
Vorrennen:
13:00 Jedermann und C-Klasse Rennen
Hauptrennen um die Bergmeisterschaft von Baden-Württemberg:
15:30 Elite Männer KT,A,B,C
Siegerehrung und Bewirtung: Neue Kelter
Infos unter www.activity-racing-team.de

Eintritt frei!
gratis Zuckerwatte für alle kleinen Besucher
gratis Shuttle-Bus auf den Kappelberg

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

activity
Der Freizeit Sportclub.

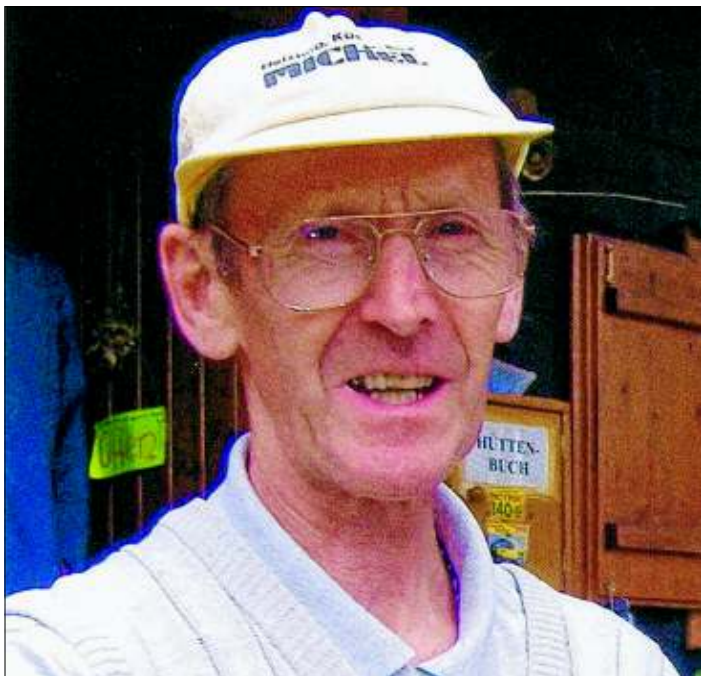
wieland

FELLBACHER WEINGÄRTNER

SWF
Stadtwerke Fellbach GmbH
Energie und mehr.

44 – nur eine Schnapszahl?

Ein bisschen Nostalgie am Freitagabend



Gerhard Müller – eine feste Größe in der Turnabteilung.

Das Zusammenfallen mehrerer gleicher Ziffern in einer Zahl ist Anlass für eine Runde Hochprozentiges in kleinen Gläsern. Eine solche Runde derartigen Wassers aus Kirsche, Birnen, Zwetschgen und ähnlichem könnte im September fällig sein: Vierundvierzig Jahre sind es nämlich her, als sich 1966 zum ersten Mal eine Runde von Herren im besten Alter am Freitagabend zu Gymnastik, Spiel und Schwimmen in einer gerade fertig gestellten Sportstätte mit Turnhalle und Schwimmbecken im Schulzentrum in Schmiden zusammen-

fand. Die Leitung übernahm ein junger, frisch gebackener Sportlehrer, der sich allerdings schon ein paar Jahre in der Schmidener Turnriege an Wettkämpfen, Turnfesten und geselligen Ereignissen erfolgreich beteiligt hatte: Gerhard Müller. 1959 hatte er die damalige DDR verlassen und sich in Fellbach niedergelassen. Von Beruf war er Polsterer.

In den 60er-Jahren war der Mangel an Lehrern groß. Das Kultusministerium hatte jungen Sportlern ein interessantes Angebot gemacht. Sie konnten sich für eine einjährige Ausbildung zum

Sport- und Werklehrer bewerben. Eingesetzt werden sollten sie in Grund-, Haupt- und Realschulen und, das war eine sensationelle Neuerung, als Übungsleiter für zehn Wochenstunden in den Vereinen.

Dies hatte unerwartet positive Auswirkungen auf die Möglichkeiten der Turnabteilung und der Kinderabteilung des TSV. Nicht nur Gerhard Müller, sondern auch sein Bruder Karl Müller, entschieden sich für die Ausbildung, und Gerhard Müller brachte die Sigrid mit, die er während seiner Ausbildung kennen gelernt hatte. Sigrid Müller war dann über viele Jahre erfolgreiche Leiterin der TSV-Kinderabteilung.

Zurück zur Schnapszahl 44 und zum Freitagabend in der Turnhalle: Die Gruppe und ihr Leiter sind seit 44 Jahren eine feste und stabile Größe in der Turnabteilung. Viele aus der Gruppe vom Herbst 1966, darunter durchaus wichtige Leute wie Gerhard Heckeler, damals Schmidener Bürgermeister, weilten nicht mehr unter uns. Neue Mitglieder sind dazugekommen. Und Gerhard Müller turnt noch immer vor. Was die Männer zusammenhält, ist aber nicht nur der Sport; es sind die gemeinsamen Wanderungen, Ausflüge, Urlaubsaufenthalte und natürlich die freitäglichen Nachsitzen.

Ein bisschen Nostalgie kommt schon auf, wenn man die Namen der Sitzungsorte hört: die Krone, der Pflug. Diese alten Gaststätten gibt es heute nicht mehr. Doch die Turner vom Freitagabend mit ihrem Vorturner Gerhard, die gibt es noch.

Fritz Höfer



Der TSV präsentiert sich wieder beim Schmidener Sommer. Foto: Sigerist

Tipps und Termine

Schmidener Sommer steht wieder auf dem Plan

Juli

11.7. Feldturnier Fußball A-Junioren
11.7. Finale Fußball WM
17.7. Schmidener Sommer
18.7. Schmidener Sommer,
18.7. bis 25.7. Handball-Ortsturnier
24.7. Die Schwimmabteilung und das activity feiern ihr Sommerfest ab 17 Uhr im Großen Haus in Schmiden. Mit Live-Musik, Grillen und gemütlichem Beisammensein.
25.7. Jazz-Frühshoppen, Scheuer

beim Großen Haus

29.7. YOMO Ferienbetreuung

August

14.8. Brunnenhocketse
15.8. Brunnenhocketse
21.8. Bergmeisterschaften activity-racing-team

September

6.9. YOMO Ferienbetreuung
25.9. Unterwasser-Mühle-Turnier, Abteilung Tauchen
26.9. Herbstfest der Tauchabteilung



Unsere Spezialität:
Spargel und
Beerenobst

Außerdem erhalten Sie:
immer frisches Obst
und Gemüse

Aus eigener Herstellung:
Riesling Sekt, Liköre, Weine,
Säfte, verschiedene Öle,
Fruchtaufstriche usw.

Gänsebesen:
29. Oktober - 18. Dezember
Gänsegerichte von Gänsen aus
eigener Aufzucht.

Die Verkaufsstellen:

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



- ✓ Zahnvorsorge
- ✓ Zahnfüllungen
- ✓ Zahnersatz
- ✓ Kieferorthopädie

Im FinanzVerbund der
Volksbanken Raiffeisenbanken

ZAHN privat

Wünsche werden bezahlbar

Sie legen Wert auf gesunde und gepflegte Zähne? Dann bieten wir Ihnen mit ZAHNprivat eine hochwertige Absicherung, mit der Sie die Eigenbeteiligungen beim Zahnarzt deutlich reduzieren können. **Informieren Sie sich jetzt unter 01801/5778-68 (SDK-Hotline 3,9 ct/Min.) oder www.sdk.de**

SDK Süddeutsche
Krankenversicherung