

TSF AKTUELL

Juni 2007



... ich sehe Menschen, Menschen, Menschen, alle in schwarzen Trikots der TSF. Eine schwarze Wand kommt auf uns zu; besser - eine schwarze Lawine rollt Schritt für Schritt dem Ziel entgegen....
(run & fun - Moderator R. Manz beim Zieleinlauf des Hammerwerk-Fridingen Walkingwettbewerbs am 17.6.07)

Tuttlinger Sportfreunde e. V. 1965

Wer sich bewegt, bleibt in Balance.

© HOHNHAUSEN



Bewegung macht nicht nur Spaß. Wer sich bewegt, beugt vor, bleibt gesund und leistungsfähig. Egal in welchem Alter. Hauptsache regelmäßig und am besten im Verein. Die AOK Baden-Württemberg macht mit eigenen Gesundheitsangeboten „Appetit“ auf Gesundheitssport im Verein. Dazu gehört auch die Vereinsberatung durch unsere anerkannten Sportfachkräfte. Nutzen Sie dieses Fachwissen für Ihre eigenen Gesundheitsziele.

**AOK - Die Gesundheitskasse
für den Landkreis Tuttlingen
Karlstraße 2
78532 Tuttlingen
Telefon 07461/704499**

www.aok.de

AOK
Die Gesundheitskasse.

Inhalt

Ansichten - Einsichten	2-3
Jahreshauptversammlung	4-5
Herrenfussball	6-7
Badminton	8-9
Lauftreff	11-15
run & fun - Splitter	16-17
Inline-Skating	19-21
Walking	22-23
Einladung zum TSF-Grillfest	23
Tae-Box	24-25
Funktionsgymnastik	26-27
Senioren sport	29
Runde Geburtstage	31
Neue Mitglieder	31
Vorstandschaft	33
Erw. Vorstand + Ausschuß	33
Trainingszeiten	34-35
Mitgliedsbeiträge	35
Beitrittserklärung	36

Das Titelfoto zeigt die TSF-Walkingmannschaft bei der Siegerehrung beim run & fun 2007. Sie belegte den ersten Platz. Es wurde nicht die schnellste Mannschaft gewertet, sondern die größte, die innerhalb von 5 Minuten über die Ziellinie gegangen ist.

Impressum



Vereinsmitteilungen der TSF
Auflage: 1200 Stück



Redaktionelle Mitarbeit:
J. Dobos, L. Graf, A. Hellmann,
C. Hilzinger, O. Hummel, H. Krichel,
O. Martin, F. Ramadani, M. Sommnitz,
V. Tapal, A. Zeller, U. Zeller

Redaktionsschluß für die nächste
TSF Aktuell-Ausgabe: 17.09.2007

Postanschrift:
Königstraße 55, 78532 Tuttlingen

Geschäftsstelle:
Telefon 07461-9 35 00
Fax 07461-9 35 08
E-Mail: Buero@tsftut.de



Mitgliederverwaltung:
Brigitte Birk (Birk Büroservice)
Tel. 07461 76776
Fax 07461 71629
E-Mail: B.Birk@tsftut.de



Bankverbindung der
KSK Tut (64350070) KNr: 53806
VoBa Tut (64390130) KNr: 228001
Home Page: **www.tsftut.de**
E-Mail: **buero@tsftut.de**



Verteilung: arriva, Singen
Druck: Braun Druck GmbH



*Olaf Hummel
Präsident
O.Hummel@TSFut.de*

Hauptversammlung 2007

Im Jahre 1995 hat mich die Hauptversammlung zum ersten Mal in den Vorstand der Tuttlinger Sportfreunde gewählt. Mit mir ins Amt kam damals mein Laufkamerad und guter Freund Dieter Keilbach.

Zur Hauptversammlung 2007 hat sich Dieter Keilbach entschlossen, nicht mehr für den Vorstand zu kandidieren und sein Amt abzugeben. Er ist beruflich stark engagiert und will sich mehr im sportlichen Bereich des Vereins einbringen.

Lieber Dieter, für Deine Arbeit, Deinen Rat und Deine Fröhlichkeit auch in schwierigen Situation danken wir Dir von ganzem Herzen. Du warst einerseits immer ein Banker mit präzisen Vorgaben, andererseits aber auch voll Humor und immer mit einem guten Witz gesegnet.

Wir wünschen Dieter und seiner Familie noch viele erfolgreiche sportliche Jahre in unserem Verein. Seit 1995 hat er die Intensität seiner sportlichen Leistungen erheblich erhöht. Genügte ihm damals noch ein Marathon von 42,195 km, so greift er seit einigen Jahren regelmässig zum Triathlon. Vor besagtem Marathon schwimmt er noch 4,2 km und fährt 180 km auf dem Fahrrad!!

Ich selbst hatte vor, zur Hauptversammlung aus dem Amt des Vorsitzenden auszuscheiden. Wir werden künftig die Arbeit des Vorsitzenden auf mehrere Schultern, nämlich auf Thomas Höll, Manfred Mußnug, Lothar Graf und Peter Hauser verteilen. Der übrige Vorstand wird von meinen Nachfolgern reorganisiert und gestrafft. Wir werden die Aufgabenbereiche neu ordnen und an die zukünftigen Anforderungen anpassen.

Einsichten - Ansichten

Mein Wunsch ist, dass der neue Vorstand das Vertrauen einer möglichst breiten Mitgliederschaft bekommt. Ich bin überzeugt, dass wir hier sowohl von den Personen als auch im Konzept eine optimale Lösung gefunden haben. Für eine Übergangszeit werde ich als Präsident den neuen Vorstand beraten und begleiten. All dies gilt natürlich nur unter der Voraussetzung, dass die Mitglieder in der Hauptversammlung den Vorschlägen zustimmen.

Olaf M. Hummel, Präsident



*Neugewählte aktive bzw. geehrte Mitglieder
v.l.o. E. Beiswenger, M. Mußgnug, L. Graf, Th. Höll,
E. Graf, D. Keilbach,
O. Hummel, G. Waizenegger, M. Lehmann (WLSB)*

Jahreshauptversammlung 2007

Bericht zur JHV 2007

Die TSF-Jahreshauptversammlung fand am 04. Juli 2007 in der Pizzeria Pomodoro mit 50 anwesenden TSF Mitgliedern statt.

Im Rückblick ging der 1. Vorsitzende Olaf Hummel insbesondere auf die Veranstaltungen „Tuttlinger Hallensporttag“ und „run&fun“ ein, bei denen die TSF sehr erfolgreich mitgewirkt haben. Er dankte allen Helferinnen und Helfern sowie allen Kursleiterinnen und Kursleitern für ihre aktive Beteiligung am Vereinsleben des zurückliegenden Jahres.

Im Zusammenhang mit den anstehenden Neuwahlen im Vorstand erklärte Olaf Hummel, dass er sein Amt als 1. Vorsitzender nach 12 Jahren aus persönlichen Gründen abgeben möchte. Auch Dieter Keilbach (Kassierer) und Rebecca Martin (Schriftführerin) stehen für eine weitere Mitarbeit im Vorstand nicht mehr zur Verfügung. Zur Vorbereitung der anstehenden Neuwahlen für den Vorstand und den Ausschuss hat sich der amtierende Vorstand in drei Sitzungen mit der Neugestaltung der Vorstands-Struktur beschäftigt und folgendes Konzept erarbeitet:

Olaf Hummel soll dem TSF weiterhin als Präsident zur Verfügung stehen und damit sein umfangreiches Wissen im organisatorischen und recht-

lichen Bereich dem Verein zur Verfügung stellen.

Die Funktionen des 1. Vorsitzenden werden auf vier gleichberechtigte Vorstände mit den Aufgabengebieten Sportbetrieb (Thomas Höll), Vereinsentwicklung (Peter Hauser), Vereinsverwaltung (Manfred Mußnug) und Veranstaltungen (Lothar Graf) aufgeteilt. Verbunden mit dieser Neuorganisation ist die Hoffnung auf zügige Bearbeitung und Abwicklung aller anstehenden Aufgaben.

Zur geplanten Änderung in der Vorstandsstruktur erklärte der 1. Vorsitzende die dazu erforderlichen Änderungen der Vereinsatzung. Sie lauten:

§ 9 Ziff. 1

Der von der Hauptversammlung zu wählende Vorstand besteht aus a) dem Präsidenten, b) dem Vorstand für Sportbetrieb, c) dem Vorstand für Verwaltung, d) dem Vorstand für Vereinsentwicklung e) dem Vorstand für Veranstaltungen, f) dem Referenten für Personal und Fortbildung, g) dem Referenten für Finanzen.

§ 10

Vorstand im Sinne von § 26 Bürgerliches Gesetzbuch sind die Vorstände für Sportbetrieb, Verwaltung, Vereinsentwicklung und Veranstaltungen; sie sind je allein vertretungsberechtigt. Diese Satzungsänderungen wurden

Jahreshauptversammlung 2007

einstimmig beschlossen.

Im Bericht des Kassierers verwies Dieter Keilbach auf die derzeit wieder steigende Mitgliederzahl mit bisher 16 neuen Mitgliedern in 2007 und die erfreuliche Entwicklung des Kassenbestands durch eingeleitete Sparmaßnahmen (Absetzung des Jahresabschlussballs, Streichung der Zuschüsse für die Abteilungen) und die Einführung von Kursgebühren. Anschließend wurde Dieter Keilbach von den Kassenprüferinnen Gisela Bold und Helga Krichel entlastet.

Der 1. Vorsitzende bedankte sich abschließend bei den ausscheidenden Vorstandsmitgliedern mit einem Essensgutschein für die tatkräftige Mithilfe im Verein.

Frau Lehmann vom Württembergischen Landessportbund (WLSB) fand lobende Worte für den TSF-Auftritt beim Tuttlinger Hallensporttag und ehrte anschließend sehr humorvoll Gisela Waizenegger, Dieter Keilbach und Olaf Hummel mit der silbernen Ehrennadel des WLSB.

Nach der Entlastung des Vorstands durch Georg Hellmann konnten die Neuwahlen entsprechend der vorgeschlagenen Änderungen (siehe oben) sehr schnell und unkompliziert abge-

wickelt werden.

Alle vorgeschlagenen Kandidaten wurden bei der offenen Wahl von den anwesenden Mitgliedern einstimmig bestätigt und haben ihre Ämter angenommen.

In den Ausschuss wurden gewählt: Gisela Waizenegger, Wolfram Kurz, Silvia Noecker, Silvia Steinert, Dieter Keilbach, Helga Krichel, Wolfgang Peters und Irene Nörpel. Die Mitglieder des Ausschusses vertreten bei Grundsatzentscheidungen alle TSF-Vereinsmitglieder und bilden somit eine Art Parlament.

Als Kassenprüfer für das laufende Jahr bzw. die nächste Jahreshauptversammlung wurden Helga Krichel und Karl Burth einstimmig gewählt.

Abschließend sei an dieser Stelle unserem 1. Vorsitzenden Olaf Hummel für die zielgerichtete und straff geführte Abwicklung dieser Jahreshauptversammlung gedankt.

Lothar Graf





TSF- Ausflug nach Hamburg zum Fußballspiel HSV gegen Bayer Leverkusen

Spät am Freitagabend (08.03.07) nahmen wir den Nachtzug von Tuttlingen nach Hamburg. Da die reservierten Schlafsessel alles andere als bequem waren, verbrachten wir die Nacht notgedrungen im Bistrowagen. Die 6 Fünf-Liter-Bierfässer reichten gerade bis zur Dämmerung! Früh am Morgen im Hamburger Hauptbahnhof angekommen, fuhren wir sofort mit der S-Bahn zum Hotel.

Nun war eine kurze Ruhepause angesagt.

Für den frühen Nachmittag waren wir zu einer Führung in und durch die Hamburger AOL-Arena verabredet. Vor dem Stadion wurden wir zu unserer Überraschung von einigen HSV Spielern „empfangen“. Sie kamen allesamt mit ihren entsprechenden „dicken“ Autos vorgefahren. Nachdem wir angesichts einer solch ungeplanten Aufwartung wieder zur Besinnung gekommen waren, schüttelten wir kräftig Promihände und

Herrenfussball



*Jovan Dobos
Abteilungsleiter
J.Dobos@TSFut.de*



heimsten Autogramme ein. Besonders aufmerksam besichtigten wir in den Katakomben die Pressekabinen und bestaunten die separaten VIP Lounges, in denen man sich mit 10-15 Personen einmieten kann. Mit Getränken von der Bar oder vom Fass kann dort durch ein gigantisches Fenster das Spiel verfolgt werden. Leider war uns dies nicht vergönnt. Andere Zahlungskräfte waren schon vor uns da.

Ein sachkundiger Guide führte uns durch das weitere heimelig wirkende Stadion bis in das HSV Museum, das mit nationalen und internationalen Trophäen bestückt ist. Der Geist von Uwe Seeler war für einen Moment zu spüren. Wir packten die Gelegenheit beim Schopf und entschlossen uns spontan das Handballspiel in der benachbarten Halle zwischen Hamburg und Meckenbeuren zu besuchen. Der Hype der gerade erst 2 Wochen zurückliegenden Handballweltmeisterschaft hatte auch uns noch gepackt. Hier war eine Wahnsinns Stimmung.

Und was macht man am Abend in Hamburg? Keine Frage – St. Pauli, aber natürlich alles aus der Distanz. Wir nahmen -mit den Augen versteht sich- alles mit, was dieser legendäre Stadtteil zu bieten hat.

Nach einer kräftigen Stärkung am kulinarischen Frühstücksbüfett atmeten wir bei einer Hafenrundfahrt und beim Anblick von gigantischen Container- und Passagierschiffen etwas vom Duft der großen weiten Welt ein. Voller Spannung und wieder mit festem Boden unter den Füßen machten wir uns auf den Weg ins Stadion. Von einem langweiligen Spiel, das mit einem torlosen Unentschieden endete, wurden wir ziemlich enttäuscht.

Hamburg – das Tor zur Welt, sagt man. Davon haben wir einiges gesehen, das haben wir erlebt, das haben wir genossen. Mit vielen Eindrücken, nicht zuletzt auch von der Begegnung mit der deutschen Fußballprominenz, machten wir uns am Montag auf den Rückweg in den Süden.

Am Abend wurden wir von unseren Frauen wieder freudig empfangen, allerdings bereits wieder mit ersten Gedankenspielereien im Hinterkopf, was unser nächstes Ausflugsziel sein könnte.

Jovan Dobos

Badminton



Jung, dynamisch

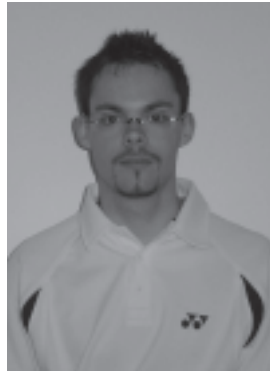
und siegessicher - unsere Mannschaft.



Badminton



Claudius Hilzinger
Abteilungsleiter
C.Hilzinger@versanet.de



Abteilungsbericht Badminton

Unsere erste Mannschaft konnte nach einer durchwachsenden Hinrunde und einer noch schwierigeren Rückrunde mit Ach und Krach als 7. den Klassenerhalt in der Landesliga Schwarzwald/Bodensee behaupten. Die schwere Verletzung unserer Top-Dame Christina Martin, die sich zwei Spieltage vor Ende der Saison die Achillessehne gerissen hat und somit für den Rest der Saison ausfiel, tat das Übrige dazu. Glücklicherweise konnte Carola Feustel, die im Herbst 2006 Nachwuchs bekommen hat und jetzt im Mai heiraten wird, wieder spielen.

Für die nächste Saison haben wir uns das Ziel gesetzt, im guten Mittelfeld der Landesliga unseren Platz (wie seit knapp 15 Jahren) zu bestätigen. Weiter können wir erfreulicherweise in der nächsten Saison wieder mit zwei Mannschaften ins Rennen gehen. Es ist uns gelungen, eine junge und spielfreudige zweite Mann-

schaft aus unserem Nachwuchs zu formen. Sie muß sich voraussichtlich in der Bezirksliga Bodensee bewähren. Wir freuen uns auf zahlreiche Besucher, die die erste und zweite Mannschaft ab Herbst 2007 in der Kreissporthalle wieder anfeuern werden.

Auf der letzten Abteilungsversammlung im März 2007 haben wir wieder beschlossen, uns jeden ersten Trainings-Mittwoch eines Monats nach dem Training in einem Lokal zu treffen. Dies fand großen Anklang und wurde bereits Anfang Mai im Rittergarten noch etwas verhalten gestartet. Ich freue mich auf zukünftige schöne Abende nach dem Training. Wir treffen uns wieder am 06.06.2007 sowie am 04.07.2007 im Rittergarten ab ca. 20.30 Uhr. Das nächste Treffen findet erst wieder nach den Sommerferien statt.

In diesem Sinne Euer Claudius.



Andrea Hellmann

Tuttlinger
Kleiderpflege

TUTTLINGEN, Königstr. 14
Tel. 21 70 (beim Runden Eck)

Wir reinigen

schnell

schonend

sauber

gepflegt

Annahme: Teppichreinigung, Lederreinigung



Haustechnik - heute !

Auch für Sie die passende Lösung !

Elektroarbeiten aller Art aus einer Hand !

Neu Klimageräte - bringen angenehme Atmosphäre!

Solar Therm Anlagen - die Sonne wärmt Ihr Wasser!

Endlich überall erreichbar - ISDN !

Leistungen für Sie - Sprechen Sie uns an !

HAENSEL-ELEKTRIK

Fürstensteinweg 15
78532 Tuttlingen

Tel. 07461 / 6478

Fax 07461 / 73891



Oskar Martin
Berichtserstatter
O.Martin@TSFtut.de



Altes und Neues von unseren Lauftreffler/innen- Juni 2007

Wenn Ihr diese Zeilen lest, ist das Großereignis in Tuttlingen „Laufen und Spaß haben“ Vergangenheit. Aus redaktionellen Gründen muß der Druck unseres Vereinsorgans vor dem 16.Juni erfolgen und nur ein Anhang zu den Ereignissen bei Run and Fun wird am 17.Juni spätabends angehängt. Die Vorbereitungsläufe am 20.Januar, 17.März und der große Testlauf am 19.Mai sind gut angenommen worden und problemlos – auch dank der guten Organisations(kunst) unserer OK-Regisseure Rolf Brohammer und Thomas Ulrich – über die Bühne gegangen.

Waren es am 20.Januar 57 Renner/innen, am 17.März 110 Sportler zusammen mit den Walkern, so dürfte der Haupttest am 19.Mai über die Marathonstrecke eine ebenso große Beteiligung aufweisen. Am 17.April fand wieder eine Auftaktveranstaltung bei der AOK mit dem Gränzbote (GB) Lauf-und Walking-Team für das

Sportereignis im Juni statt. Andreas Kühn von der AOK unterrichtete die Gruppe der 40 Sportler und Sportlerinnen des Gränzbote-Teams in Theorie und gab die sie betreuenden Funktionäre bekannt. Anschließend wurden die Teilnehmer für die Strecken 10 km, Halbmarathon und Marathon und die Walker in Gruppen aufgeteilt – und schon ging's los. Dabei wurden die ersten Trainingskilometer abgelaufen bzw. „gewalkt“.

Am darauf folgenden Dienstag konnten die vorgenannten mit uns TSF-Läufern/innen am gewohnten Übungsplatz Hardt trainieren. War das eine Freude, mal wieder eine große Gruppe Lauffreunde beisammen zu sehen. Die „Anführer“ Matthias Stein und Karl Burth – 10 km Gruppe, Hubert Grunenbergs und Oskar Martin – Halbmarathon Gruppe, zeigten den Teilnehmern unsere Hausstrecke mit dem welligen Terrain. Schwierigkeiten gab es keine und man konnte an den zufriedenen Gesichtern die Zustimmung erkennen. Die GB-Walker übten am selben Abend im Umläufle schon um 18:30 Uhr.

Und am 8. Mai zählten wir erfreulicherweise zusammen mit unseren Dauerläufern 26 Personen. Weniger erfreulich waren bis heute die Rückmeldungen für die von Olaf angestrebte 5er-Gruppenbildung

Jetzt ist die Katze aus dem Sack...



VR-Z RO

für unsere Mitglieder mit Hauptbankverbindung!

-  **Sie haben regelmäßige Gehalts- oder Renteneingänge?**
-  **Sie tätigen Ihre Bankgeschäfte online oder per Telefon?**
-  **Sie möchten die Vorteile unseres Finanzverbundes nutzen?**
-  **Sie haben Interesse an einem jährlichen VR-FinanzPlan-Gespräch?**

**Für Ihr Vertrauen in unsere Bank belohnen wir Sie mit unserem neuen
kostenlosen Girokonto**



Das Angebot ist auf ein Konto pro Kunde limitiert!



Lauftreff

anlässlich der Veranstaltung „Run & Fun“. Damit dürfte dieses Vorhaben erledigt sein. Meilenweit voraus bei der Anmeldung für Run & Fun sind uns die Walker. Abgesehen von den noch nicht Entschlossenen konnte ich 25 Nordic und andere Walker bei Th. Ulrich anmelden

Klätgich nimmt sich da die Meldung über 8 Langstreckenläufer unseres Lauftreffs aus. Auch hier sind, wie es scheint, noch einige unentschlossen. Dabei habe ich 56 zahlende Mitglieder des Lauftreffs ermittelt.

Aktivitäten unserer Lauftreffler/Innen

Unser Dieter Keilbach konnte dieses Jahr aus beruflichen Gründen und durch sein zeitraubendes, intensives Ironman-Training den Engadiner-Ski-marathon nicht laufen. Erneut will er die Herausforderung über 3,8 km Schwimmen, 180 km Radfahren und zu guter Letzt einen Marathon am 24.Juni in der Hochburg der Triathlon-Weltelite in Roth in Angriff nehmen. Gleichzeitig sind hier die Deutschen Meisterschaften im Triathlon. Zuvor startet Angelika Straub am 2.Juni in St.Pölten über diese mörderische Distanz.

Zur Eingewöhnung lief sie in Duisburg am 29.4.07 den Halbmarathon. Bei Starkwind und warmen Temperaturen erreichte sie den 13. Platz der AK W50. Persönliche Bestzeit 1:56 Std. Im April trumpften unsere Cracks so richtig auf:

1.April: Zürich-Marathon unser „Keile“ Keilbach, bei idealem Wetter 3:13 Std. (langsames Vortasten auf Roth).
15.April: Familien-Staffel-Marathon in

Linz/Österreich. Wie könnte es anders sein, „Hubbe“ Grunenberg, nebst Roswitha, Sohn Jochen und Ehefrau, 3:59 Std. in der 4er Staffel. Rolf Brohammer und Sohn Paddy unternahmen eine weite Reise und wagten sich an den Madrid-City-Marathon. Extreme Hitze und ein hügeliger Kurs zwangen zu vorsichtigem Laufen, so dass die Zeit von 4:19 Std. für beide eine gute Leistung ist.

Im Rahmen der Werbetätigkeit für die Run and Fun Sporttage, nahmen Rolf und Paddy auch am Freiburger Halbmarathon teil. In 1:50 Std. erreichten beide gemeinsam das Ziel. Unser „Werkstättle Arthur“ wird immer besser, in 54:54 Min. bewältigte er beim Göllsdorfer Silberdistel-Cup die 11,5 km. Göllsdorf ist eine anspruchsvolle Bergstrecke und am 29.April herrschte noch der verfrühte Sommer. Beim Schluchsee-Lauf über 18,4 km hielten sich unsere Lauftreffler wacker. Am schnellsten war Arthur 1:27 Std., dicht gefolgt von Rolf in 1:28 Std. und Wolfgang Hess bei der dritten Teilnahme in 1:37 Std.

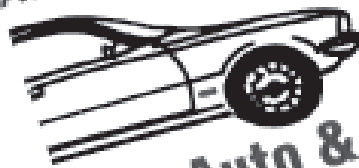
Ristorante Pizzeria

Pomodoro

Fam. Hepper und Salvatore

Karlstraße 28, 78532 Tuttlingen, Tel.: 07461-3936

Autolackiererei



Lackier-
fach-
betrieb

für Auto & Industrie
- Pulverbeschichtungen -

ANGELO

Oberflächentechnik GmbH

Stockacher Straße 166
78532 Tuttlingen

Tel.: (07461)

7 96 52

Fax (07461) 67 39

Angelo.GmbH@t-online.de



Lauftreff

Auch zwei Neulinge aus unserer Abteilung erzielten gute Ergebnisse: Regina Hein 1:48 Std. und Yvonne Breinlinger als blutige Debütantin 1:54 Std. Eine Rekordteilnehmerzahl meldete die Laufleitung: 4000 Starter/innen insgesamt, bei dieser nicht leichten Prüfung, 300 Höhenmeter sind zu bewältigen und am Ende in der prallen Sonne hügeliges Gelände mit einem extremen Schlussanstieg. Ein



Am 28. Juli findet das diesjährige Grillfest statt, wie letztes Jahr oberhalb Lohmehlen beim Waldspielplatz der Evangelischen Kirche. Peter Hauser erbittet dazu Anmeldung bis zum 20.7. um entsprechende Vorbereitungen zu treffen. Weihnachtsfeier ist am 24. November.

Abschließend noch einige Informationen bzw. Termine:

Der von uns LT-ern immer gut be-



paar Zeilen zu unserem „Hubbe“: Mit seiner Staffelteilnahme am Marathon in Linz kommt er nunmehr auf 135 erfolgreich zu Ende gelaufene Marathone u. Ultras. In Linz war er Startläufer, es folgten Jochen und dann Jochens Frau und zum Schluß Roswitha, sie sicherte mit einem energischen Schlußspurt die Zeit unter 4 Stunden!

suchte Waldlauf in Renquishausen findet am 17. August und der New York Marathon (diesesmal können auch Walker mitmachen) am 4. November statt,

Der letztjährige Aesculap-Donautal-Marathon belegte gemäß der Umfrage einer Fachzeitschrift den dritten Platz der Marathon-Veranstaltungsneulinge.

Oskar Martin

run & fun – Splitter

Die große Rad-Lauf-Inline-Spaß-Veranstaltung begann am 15. Juni unter keinem guten Stern: Die Rennradler müssen tiefend nass ihre Runden abspulen, aber an ihrem Eifer merkte man, dass sie mit Leib und Seele Straßenradler sind. Der Samstag ließ mit einigen Schauern in den Morgenstunden die Befürchtung aufkommen, dass es so feucht weitergehen wird. Gefehlt! Bei aufgelockertem Himmel gingen die Laufwettbewerbe voran. Auch von unseren Lauftrefflerinnen wagten sich zwei Amazonen an die 10 km Rundstrecke des Rothauslaufes. Dies waren: Miriam Munoz 58:55 Min., Inge Höckele 59:30 Min. 3. Platz W50. Die Männer: Karl Burth 45:05 Min. 3. Platz M55, Wolfgang Eppler 57:55 Min. Einige mehr starteten beim Aesculap-Halbmarathon.

Den zweiten Platz in der WHK belegte Andrea Seyfried in 1:41:10 Stunden, Susanne Huber benötigte 2:06 Std., Ruth Jüngst kam in 2:16 Std. ins Ziel, als Altersläuferin in der Klasse W60 bedeutete dies den 1. Platz. Herzliche Gratulation! Die Männer: Arthur Wenkert lief persönliche Bestzeit 1:39 Std. gefolgt von Paddy Brohammer 1:48 Std., Wolfgang Hess 1:50 Std., Oskar Martin 1:57 Std. 1. Platz M75, Harald Huber 2:03 Std. An dieser Stelle müssen wir erwähnen: als leuchtendes Vorbild hat sich wie so oft unser „Hubbe“ Grunenberg verhalten.

Stand doch auf seinem Startplan der Bieler 100 Kilometerlauf am Freitag. Hubbe verzichtete auf einen Start dort, um in seiner Vaterstadt seine Erfahrung und sein Können in die hiesige Laufszene einzubringen. Und so meldete er sich als Zugläufer für den Donautalmarathon an. So nebenbei lief er am Samstag beim 10 km Frauenlauf, 10 km Männerlauf und dazu noch beim Halbmarathon mit. Und das um Anfänger und schwächelnde am Schluß der jeweiligen Gruppe anzufeuern und aufzumuntern, die allzu Eifrigen zu bremsen, kurzum er betrieb praktische Fürsorge. Und beim Marathonlauf am Sonntag war er die Gallionsfigur für die noch nicht so schnellen Läufer um sie die 5-Stundengrenze bis ins Ziel erleben zu lassen. So kam für Hubbe mit den Läufen am Samstag eine Strecke von 85 Kilometern zustande. Kein Wunder: ... der Kerl besteht ja nur aus Sehnen und Muskeln... bemerkte einer aus dem Läuferlager.

Die Zeiten für unsere Lauftreffler: Michael Noecker 4:08 Stunden, es war sein erster Marathonlauf und dies bei schwierigen Bedingungen. Zuerst herrschte Nebel bis Kilometer 5, dann mussten die Teilnehmer ab der Ziegelhütte vor Fridingen bis Tuttlingen in der vollen Sonne laufen. Am Ende zeigte das Thermometer 24 Grad an. Maria Keller folgte in 4:32 Std, dann Hubert selbst in exakt 5:01:52 Std. (wohlgemerkt bremsend und leitend)

und Regina Hein in 5:11 Std. Auch sie war eine Debütantin und litt außerdem unter mangelndem Training infolge beruflicher Umstände. So nebenbei schraubte Hubert Grunenberg seine Rekordzahl auf 136 erfolgreiche Teilnahmen.

Eine weitere Erfolgsmeldung: unsere Ironfrau Angelika Straub erkämpfte sich in 6:39 Std. den 1. Platz in W50 in St. Pölten beim Ironman-Wettbe-

werb, das ist die Hälfte der Distanzen vom z. B. Hawaii-Ironman. Wir gratulieren. Ausführliches folgt im nächsten Heft.

Von den Gränzbote-Läufer/innen, die längere Zeit mit unserer Lauftreff-Abteilung zusammen trainierten, standen 17 Teilnehmer in den Läufen am Start und erlebten das erste Mal die besondere Wettkampfatmosphäre.

Oskar Martin



Kurz vor dem Start des AESCULAP-Halbmarathons am 16.6.2007



Dieter Wolf

Ingenieurbüro für das Bauwesen

Beratende Ingenieure

- Hoch- und Brückenbau
- Tragwerksplanung (Statik)
- Bauphysik
- Gutachten
- SiGeKo
- Energieberater nach BAFA

Unter Jennung 33
D- 78532 Tuttlingen
Tel.: 07461 9365-0
Fax : 07461 9365-40

DW@dieter-wolf.de
www.dieter-wolf.de

Klick

Internet: www.dieter-wolf.de

Qualität und Frische
aus Ihrer
Metzgerei Erik
Bühler



Bahnhofstraße 83
78532 Tuttlingen
Telefon 84 30

Inline Skating



Thomas Storz
Abteilungsleiter
T.Storz@TSFut.de



Der Ländervergleichswettkampf in Bernhausen war im Februar ein gelungener Saisonanstieg für unsere aktiven Läufer. Vereine aus der Schweiz, aus Frankreich und mehreren deutschen Bundesländern trafen gegeneinander an, um den „Länderpokal“ zu gewinnen. Die ersten drei Plätze gaben Punkte für die Länderwertung. Alle 7 TSF-ler erreichten vordere Platzierungen und sammelten so für Bad.-Wttbg. einige Punkte. Die Baden-Württemberger gewannen am Ende auch zum wiederholten Mal den Pokal. Beachtlich war der Medaillenspiegel, in dem die Tuttlinger direkt hinter der mit wesentlich mehr Sportlern angetretenen Großbettlinger Mannschaft lagen.

Nicht nur im eigenen Land ist „TSF“ mittlerweile ein Begriff, auch in der Schweiz sind unsere „Kids“ bekannt. Beim Schweizer Nachwuchscup, eine Serie aus 7 Rennen über die Saison verteilt, gibt es immer etwas zu erleben. Zwei Wettkämpfe fanden bereits statt, bei denen unsere Läufer ausschließlich erste, zweite und

dritte Plätze erreichten. Dies war einmal in Winterthur auf einer Kartbahn und in Zürich in einer früheren Gießereihalle.

Nicht nur die Wettkampforte waren besonders, auch die Anwesenheit verschiedener Weltklasse-Skater war etwas Besonderes für die Kids. Bei jedem Rennen sind 2-3 Spitzenskater vor Ort, die mit den Kindern und Jugendlichen Aufwärmübungen und Siegerehrungen durchführen. Tipps und Tricks werden weiter gegeben und Fragen beantwortet. In Zürich z.B. waren Scott Arlige (Weltmeister), Reyan Key (Neuseeländischer Meister) und Nicole Begg (eine der besten Skaterinnen der Welt) Anziehungspunkt für die Kinder, die sich zuerst nicht getrauten, Autogramme zu holen. Später aber standen auf sämtlichen Mützen, Urkunden, Jacken, usw. Autogramme dieser Spitzen-Sportler.

Ein weiterer Höhepunkt zu Saisonbeginn war die Teilnahme in Groß-Gerau. Beim internationalen Kriterium, dem zweitgrößten Event dieser Art in ganz Europa, trafen sich sämtliche Weltklasseläufer zu einem ersten Vergleich in der Saison. Über 800 Sportler aus über 20 Nationen nahmen am 29. Internationalen Kriterium teil. Neben den meisten europäischen Nationen waren auch Spitzenkönner aus Übersee, wie Australien, Neuseeland, Japan, Kolumbien, Argentinien und Chile am Start.

Inline Skating



Zwischen den Wettbewerben



spannend und lustig

Inline Skating

Matthias Schwierz konnte sich gegen die starke Konkurrenz durchsetzen und den Sprint-Cup für sich entscheiden. Die Nachwuchssportler vom TSF platzierten sich in den großen Teilnehmerfeldern im vorderen Mittelfeld.

Am ersten Maiwochenende fanden auf der Alb die 4. Baden-Württembergischen Inline-Speedskating-Meisterschaften in Großbettlingen statt. Wir Tuttlinger erzielten dabei beachtliche Ergebnisse und konnten gleich mehrere Meistertitel erkämpfen.

M. Sommnitz
A. und U. Zeller

Gesamtergebnisse der offenen Wertung:

Schülerinnen B:

2. Leonie Zeller (3. über 100 m, 1. über 300 m, 3. Geschicklichkeit)

Schülerinnen A:

3. Lisa Sommnitz (7. über 200 m, 2. über 1000 m, 2. Geschicklichkeit)

5. Tabea Maier (3. über 200 m, 3. über 1000 m, 9. Geschicklichkeit)

Juniorinnen B:

3. Lena Sommnitz (1. über 1000 m, 3000 m n. a. S.)

Junioren B:

2. Max Kreiner (1. über 3000 m, 2. über 5000 m)

Sprintwertung (klassenübergreifend Junioren A/B, Aktive, Senioren):

Herren: 1. Max Kreiner

Damen: 2. Lena Sommnitz

Seniorinnen AK 40 Damen: 1. Christel Kreiner

In den Staffelwettbewerben konnte die Tuttlinger Schülerstaffel (Lisa Sommnitz, Tabea Maier) mit Unterstützung einer befreundeten Skaterin aus Michelstadt (Mareike Balonier) einen hervorragenden 2. Platz belegen.

Walking

*Peter Hauser
Vorstand für
Vereinsentwicklung
peter.g.hauser@web.de*



Hallo liebe Sportfreunde, die Walking-Gruppe war bei der diesjährigen Run & Fun – Veranstaltung überaus erfolgreich. Daher möchte ich in meinem Bericht beschreiben, wie es uns bei diesem Wettbewerb ergangen ist.

Die Anreise zum Startpunkt in Fridingen mit Zug und Bus war vom Veranstalter perfekt organisiert. Kurz nach 11.00 Uhr waren zunächst alle Teilnehmer aufgerufen, sich hinter der Startlinie zu versammeln und bekamen je einen mit Gas gefüllten Luftballon überreicht. Mit dem Startschuss und dem ersten Schritt wurden auch die Luftballone losgelassen und stiegen als Wolke zu hunderten in den blauen Fridinger Himmel. Es war ein erhebender Augenblick. Angefeuert vom Fridinger Publikum entlang der Strecke durch die Stadt walkten wir schnellen Schrittes Richtung Mühlheim.

Den ersten Durst konnten wir an der beim Friedhof Mühlheim eingerichteten Verpflegungsstation löschen. Freundliches Hilfspersonal reichte Becher mit Mineralwasser oder mit dem beliebten Apfelsaftschorle. Am

weiteren Streckenverlauf durch das Wohngebiet in Mühlheim standen wieder viele begeisterte Anwohner und Fans, sie feuerten uns mit Rufen und mit Klatschen an. Selbst kleinere Kinder bedrängten uns auf der Strecke immer wieder mit kraftspendenden Getränkebechern. Diese begeisterte Hilfsbereitschaft und Unterstützung tat uns so richtig in der Seele gut. Auch in den nachfolgenden Orten Stetten und Nendingen setzte sich diese begeisterte Begleitung und Betreuung fort. In Nendingen wurden wir sogar namentlich und mit Musik begrüßt. Diese Volksfeststimmung war einfach spitze.

An der Wördenbrücke in Tuttlingen haben wir uns vor dem Zieleinlauf ein letztes Mal gestärkt. Als die größte an Run & Fun beteiligte Walkinggruppe (Roland Manz: „eine schwarze Wand rollt auf den Marktplatz zu“) gingen wir dann über die Ziellinie und wurden vom Publikum begeistert empfangen. Für uns alle war das ein super Gefühl.

Mein Dank gilt allen Trainern, Walkerinnen und Walkern für die Teilnahme an diesem Wettbewerb und für die gegenseitige Rücksicht die dazu geführt hat, dass die TSF-Walkinggruppe den vom Hammerwerk Fridingen erstmals ausgesetzten Wanderpokal gewinnen konnte. Wir werden im nächsten Jahr wieder antreten, um diesen Pokal zu verteidigen!

Euer Peter

Walking



Kurz nach dem Start in Fridingen

Paddy Brohammer als Moderator an der Strecke in Nendingen



Kurz vor dem Ziel und immernoch gut drauf

Einladung zum TSF- Grillfest

Grillfest für den gesamten Verein

Termin: Samstag 28.07.2007

Ort: Jörglensteig (Kolpingweg)

Beginn: 18.00 Uhr

Tae-Box

*Franziska Ramadani
Abteilungsleiterin*

tsftut-franzi@online.de



Hallo liebe Tae Box Fans und Interessierte,
ich möchte euch zu einem kurzen Rückblick unserer Highlights im letzten Jahr 2006 einladen.

Am 04.11.2006 sind wir voller Vorfreude, zum Teil auch voller Anspannung (werde ich das durchhalten?) für den größten Teil der Gruppe war es das



erste Mal, nach Ulm zum Original TAE BO Herbst-Event gefahren. Dort erwarteten uns drei persönlich von Billy Blanks (Lizenzierter Gründer der erfolgreichen Sportart) ausgebildete Drill-Technik-Power Instruktoeren.

Diese sollten uns, was sich dann später herausstellte, immer wieder an unsere Grenzen und darüber hinaus bringen.

Von 8.30 Uhr bis ca. 17.00 Uhr waren wir bis auf eine Stunde Mittagspause ständig unter Strom und in Aktion.

So mancher konnte nicht glauben dass er zu solcher Leistung fähig ist. Durch die Atmosphäre, das gemeinsame „fighten“ mit der riesigen Masse an Begeisterten Anhängern, in der wunderschönen Halle der Uni, zur Powermusik mit genialen „Folter-Trainern“ ist es schlicht und ergreifend unmöglich eine Pause einzulegen.

Alle, ja alle gaben alles, wir hatten großen Spaß, sehr viel Schweiß verloren, viel gelernt und das echte TAE BO kennengelernt.

Der eine oder andere versteht spätestens jetzt was bei mir „nicht in Ordnung“ ist (Scherz). Ich bin infiziert und das schon seit Jahren.

Tae-Box

Zur Krönung habe ich zwei „Tae Bo - Gläubige“ (manche halten Tae Bo für eine Religion :-)), mehr oder weniger dazu genötigt, gezwungen oder besser gesagt ermutigt die erste Bandagenprüfung abzulegen.

Ich bin sehr stolz auf Euch und gratuliere herzlich zur - gelben Bandage/ the 1th Student Level- RITA WAITSCHULL u. GÜLCIN DOGAN



Nebenbei bemerkt habe auch ich mich wieder der sehr Anspruchsvollen, anstrengenden und langen Prüfung zur - grünen Bandage/ the 3th Student Level (die schwerste Prüfung da, Vorstufe zum Trainer) unterzogen und erfolgreich abgelegt.

Auch in diesem Jahr werden wir wieder an diesem Event teilnehmen und vielleicht sind auch da wieder Talente dabei, die ich zur Prüfung schleppe (hi, hi).

Kurz danach am 12.11.2006 beim Tag des Tuttlinger Sports, als wir noch Spuren von Muskelkater in den Gliedern spürten, hatten wir die Ehre die abendliche Highlight-Vorführung vom TSF zu sein. Wir hoffen, dass unsere Darbietung eine gute Werbung war und wir wieder mehr Menschen für diese Sportart und den Verein begeistern konnten.

Wir freuen uns sehr über „Frischfleisch“ und brauchen Verstärkung.

Na, Interesse?

Trainingszeiten könnt ihr am Ende dieses Heftes entnehmen, einfach unverbindlich vorbeischaun.

Ich freu mich.

PS: All meinen Power-Mädels möchte ich DANKE sagen für euren Fleiß, Schweiß, eure Zeit und eure Unterstützung, besonders bei den Aufführungen und auch bei meiner Prüfung.

Eure Franzl



Wir starten wieder demnächst...

TANZKURSE

- Für jedes Alter
- Für Paare und Singles
- von Grundkurs bis Goldstar
- Barbereich zum plaudern
und verweilen

Jetzt kostenlos Kursplan anfordern:

07461 - 9 11 54 11

Bahnhofstraße 71
78532 Tuttlingen
(ehem. ALDI beim Stadtgarten)
www.maxxdance.de



Helga Krichel
Übungsleiterin
HHK.TUT@t-online.de



„Was nix koschtet, isch nix wert“

Eine weitläufige Meinung im Ländle. Betrachtet man die Sache aus der Sicht des Anbieters, kann hin und wieder Frust aufkommen.

Und wenn's dann koschtet, *ist es auch nicht recht!*

Mittlerweile haben sich die Gemüter beruhigt. Ich möchte behaupten, dass sich unsere Gruppe nach Einführung der Kursgebühren gesund geschrumpft hat. Vor Einführung der Kursgebühren standen noch 40 Teilnehmer auf der Liste. Nicht selten stießen wir an die Kapazitätsgrenze. Von den jetzt angemeldeten 30 Teilnehmerinnen und Teilnehmern nehmen mittwochs 20-23 Bewegungswillige am Kurs teil. Das ist für mich als Übungsleiterin von Vorteil, denn ich kann besser fehlerhafte Ausführungen der Übungen, die sich gesundheitsschädigend auswirken können, erkennen und korrigieren.

Unnötige teure Anschaffung?

Die Teilnehmer wissen, dass ich meine Übungsstunden abwechslungsreich gestalten möchte. Jetzt konnten wir uns „Balance Pads“ anschaffen. Dieses wundervolle Übungsgerät wird zur Schulung des Gleichgewichtes und der Verbesserung der intermuskulären Koordination eingesetzt, was besonders im Alter von Vorteil sein kann.

Der Schwerpunkt in den Übungsstunden, bei denen die Pads eingesetzt werden, sind die Füße.



Durch haltungsverbessernde Übungen, die gezielt am Fuß ansetzen, kann die neuromuskuläre Reaktionsbereitschaft präventiv verbessert werden. Wir sollten uns bewusst sein, dass die Körperlast, die unsere Füße zu tragen haben, auf Ferse, Außenrand und Vorfuß verteilt ist. Wie oft vernachlässigen wir diesen wichtigen Körperteil?

*Ausführung sämtlicher
Maler- und
Tapezierarbeiten*



Fürstensteinweg 1
78532 Tuttlingen
Telefon (0 74 61) 7 53 82

Helga Krichel
Übungsleiterin
HHK.TUT@t-online.de



Was ich schon immer einmal sagen wollte!

„Fortbildung tut Not“

Jeder pflichtbewusste Übungsleiter, der sich für seine Gruppe verantwortlich fühlt muss darauf bedacht sein, sich ständig fortzubilden. Nicht nur die Medizin macht Fortschritte, auch in der Physiotherapie gibt es immer wieder neue Erkenntnisse. Was vor 35 Jahren bei der Sportausbildung gelehrt wurde, ist teilweise längst überholt.

Dass Fortbildung nicht vor der Haustür stattfindet, ist verständlich. In der Regel müssen weite Anfahrten zu den Sportschulen oder externen Schulungsorten in Kauf genommen werden. Das bedeutet extra Engagement des Übungsleiters in seiner Freizeit.

Auch gibt es diese Fortbil-

dungen längst nicht mehr umsonst. Ein innovativer Verein – wie unser TSF- unterstützt seine Übungsleiter bei diesen Fortbildungsmaßnahmen und trägt die nicht unerheblichen Kosten. Es ist möglich, dass dies nicht alle Mitglieder wissen. Verfügt der Übungsleiter über noch so viel Erfahrung, er sollte den Aufbau jeder Übungsstunde gut ausarbeiten, soll sie den Teilnehmern Nutzen bringen. Das bedeutet zusätzliche Vorbereitungsstunden.

Die Aufwandsentschädigung an die Übungsleiter wiegt diesen Aufwand in keiner Weise auf. Also nicht neidisch sein!

Helga Krichel

Mit voller Konzentration dabei ...



Der neue Pajero

Nicht nur für Abenteurer

3 JAHRE 
GARANTIE
bis 100.000 km

Das Erfolgsrezept gegen
Langeweile: Der neue
Mitsubishi Pajero!



Autohaus  **Mitsubishi-**
LEIBNER  **Vertragshändler**

Carl-Benz-Straße 3 · 78576 Emmingen · Tel. 0 74 65 / 16 24 · Fax 0 74 65 / 20 57

- Kfz-Reparaturen
- Autovermietung
- Neuwagen
- komplette
- Gebrauchtwagen
- Unfallschadensabwicklung



Wir begrüßen unsere neuen Mitglieder!

Bader, Katrin	TaeBo	Nädele, Susanne	Seniorensport
Batista, Katja	Figur-Step-Stunde	Nguyen, Thi Thu Hong	Aerobic
Blumenschein,	Bettina Aerobic	Prädel, Lucia	Figur-Step-Stunde
Blumenschein, Christine	Aerobic	Rösch, Felicitas	Mädchenfußball
Braun, Rosemarie	Nordic-Walking	Ruff, Fabian	Badminton
Bushues, Jan	Kinderturnen	Sabo, Dominik	Kinderturnen
Dold, Nicole	TaeBo	Schanz, Margit	Figur-Step-Stunde
Eiche, Bernd	Herz-/Diabetes-Sp	Scheer, Cornelia	TaeBo
Fink, Kristina	Kinderturnen	Schilling, Edmund	Herz-/Diabetes-Sport
Fink, Michael	Kinderturnen	Schilling, Fabian	Kinderturnen
Frassek, Martin	Badminton	Schlechter, Sigrid	Step-all-round
Funtsch, Karola	Figur-Step-Stunde	Schmitz, Marian	Kinderturnen
Gießler, Iris	Nordic-Walking	Schöll, David	Kinderturnen
Gis, Goran	Herrenfußball	Schuster, Elke	Figur-Step-Stunde
Gremminger, Beate	Nordic-Walking	Sehle, Heike	Badminton
Haas, Daniel	Kinderturnen	Stähler, Claudio	Kinderturnen
Hango, Katharina	Figur-Step-Stunde	Stähler, David	Kinderturnen
Imrich, Liane	Figur-Step-Stunde	Stähler, Maurice	Kinderturnen
Lohse, Kerstin	Figur-Step-Stunde	Stengelin, Lukas	Kinderturnen
Massek, Kornelia	TaeBo	Todoric, Marina	Mädchenfußball
Merz, Sabine	Figur-Step-Stunde	Winkler, Hanna	Mädchenfußball
Meurer, Hanna	Mädchenfußball	Zahner, Susanne	Figur-Step-Stunde

Herzlichen Glückwunsch zum Geburtstag!

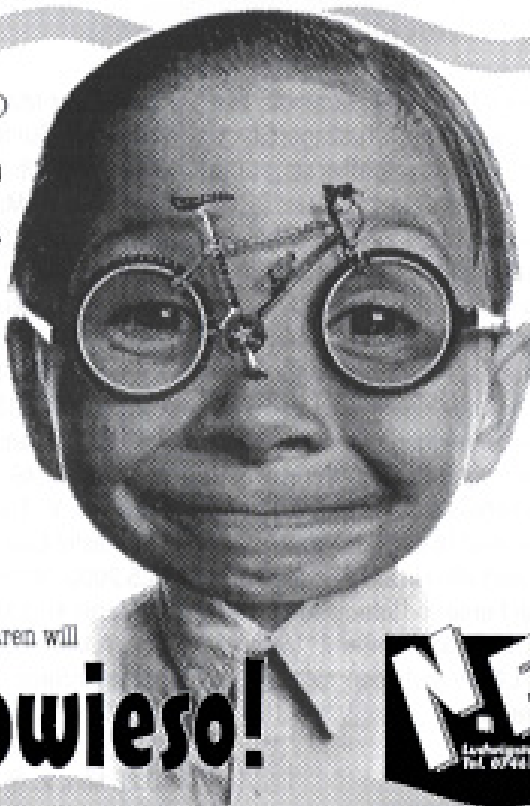
40 Beate Gremminger	15.04.1967
40 Brigitte Hohl	09.04.1967
40 Roswitha Maier	09.06.1967
40 Marion Riesinger	20.05.1967
40 Thomas Witzler	13.04.1967
50 Elke Beiswenger	14.07.1957
50 Ernst-Ulrich Dold	10.06.1957
50 Holger Lauberbach	13.05.1957
50 Horst Lewandowski	22.06.1957
50 Ute Priebe	04.04.1957
50 Marianne Rothacker	14.03.1957
50 Viktor Steiner	15.04.1957
50 Thomas Waizenegger	01.05.1957
50 Christine Wiche	26.04.1957
60 Siglinde Haag	25.05.1947
65 Otto Bold	05.07.1942
65 Walter Braun	10.05.1942
65 Dr. Dieter Egle	22.06.1942
65 Lothar Graf	01.04.1942
65 Roswitha Hiller	29.03.1942



Wer bei Fahrrädern (nicht)

durchblickt

kommt am besten zu uns.



Und wer beim Fahrradkauf richtig sparen will

kommt sowieso!



Seit über 10 Jahren mit Fun + Teamwork erfolgreich !!!

Fahrschule Sieghart Krist

Homepage: www.fahrschule-krist.de

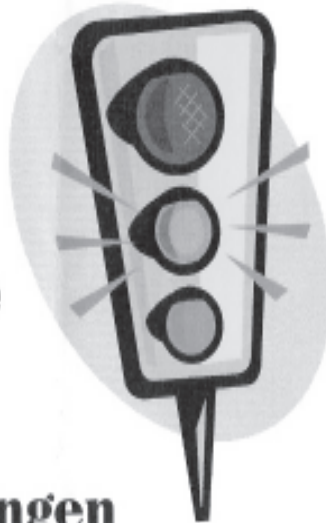
Anmeldung und Info jederzeit möglich.

Tel. 07461/77788

Oberamteistr. 23 78532 Tuttlingen

Scheffelstr. 9 78570 Mühlheim

Tel. 07463/991800



Vorstandschaft

Präsident: Olaf Hummel

Königstraße 55, Tuttlingen

O.Hummel@tsftut.de

Tel. 07461-9 35 00 Fax 07461-9 35 08

Sportbetrieb: Thomas Höll

Kolpingweg 54, Tuttlingen

T.Hoell@tsftut.de

Tel. 0170-5862989 Fax 07461-9102469

Vereinsentwicklung: Peter Hauser

Eßlinger Straße 29, TUT-Möhringen

Peter.G.Hauser@web.de

Tel. 07462-78 64

Verwaltung: Manfred Mußnug

Jahnstraße 28, Tuttlingen

Mussnug@aol.de

Tel.07461-96 97 107 Fax: 07461-96 97 109

Veranstaltungen: Lothar Graf

Krähenstraße 9, Tuttlingen

L.Graf@t-online.de

Tel. 07461-71 78 8 Fax 07461-71 79 9

Referent Finanzen: Edmund Graf

Föhrenstraße 44, Tuttlingen

E.Graf@tsftut.de

Tel. 07461-81 31 Fax 07461-81 80

Referentin Personal und Fortbildung:

Elke Beiswenger

Balinger Str. 29, Tuttlingen

E.Beiswenger@tuttlinger-hallen.de

Tel.07461-77 95 3

Erweiterte Vorstandschaft

Herrenfußball: Jovan Dobos

Rumpelstilzchenweg 7, Tuttlingen

I.Dobos@tsftut.de

Tel. 07461-13 41 5

Mädchenfußball: Klaus Hablitzel

Brucknerweg 3, Immendingen

K.Hablitzel@tsftut.de

Tel. 07462 - 92 44 29

Erweiterte Vorstandschaft

Badminton: Claudius Hilzinger

Brunnentalstr. 144, Tuttlingen

C.Hilzinger@versanet.de

Tel. 07461-76 08 911

Gymnastik: Franziska Ramadani

Duttentalstraße 42, Tuttlingen

F.Ramadani@tsftut.de

Tel. 07461-16 59 85

Inline Skating: Thomas Storz

Am Ochsenkeller 8, Kolbingen

T.Storz@tsftut.de

Tel. 07463-99 03 48 Fax 07463-990349

Gesundheitssport: Rita Wäschle

Klippeneckstr. 14, Tuttlingen

Tel. 07461-46 05

Ausschuß

Dieter Keilbach

Eugenstraße 25, Nendingen

Tel. 07461-700 21 00

Helga Krichel

Karpfenstraße 4, Wurmlingen

Tel. 07461 - 77 03 14

Wolfram Kurz

Am Eichbühl 56, Tuttlingen

Tel. 07461 - 16 38 92

Silvia Noecker

Kraftsteinweg 3, Tuttlingen

Tel.07461-45 60

Irene Nörpel

Bethovenstraße 2, Rietheim

Tel. 07424-87 29

Wolfgang Peters

Sonnhalde 11, Möhringen

Tel. 0152-04 58 72 94

Silvia Steinert

Kolpingweg 38, Tuttlingen

Tel. 07461-78 02 31

Gisela Waizenegger

Berliner Ring 15, Tuttlingen

Tel. 07461-1 25 18

Trainingszeiten (siehe auch www.tsftut.de)

Kursart Kursleitung	Zeitraum Telefon	Wochentag	Ort	Zeit	Kosten / Quartal Mitglieder Gäste	
Aerobic Gisela Waizenegger	07461-1 25 18 ganzjährig	Donnerstag	Holderstöckle-Halle	20:00 - 21:00 Uhr	12,00 •	40,00 •
Badminton Claudius Hilzinger	07461-76 08 91 1 ganzjährig	Montag	Mühlau-Sporthalle	19:00 - 22:00 Uhr	kostenlos	40,00 •
	ganzjährig	Mittwoch	Kreis-Sporthalle	19:00 - 22:00 Uhr	kostenlos	40,00 •
Arved Pietsch, Jugend Anfänger	07461-7 35 82 ganzjährig	Dienstag	Holderstöckle-Halle	17:15 - 18:00 Uhr	kostenlos	40,00 •
Jugend Fortgeschr.	ganzjährig	Dienstag	Holderstöckle-Halle	18:00 - 19:00 Uhr	kostenlos	40,00 •
Figur-Step Isa Brückler	ganzjährig	Donnerstag	Holderstöckle-Turnh.	19:00 - 20:00 Uhr	12,00 •	40,00 •
Funktionsgymnastik Helga Krichel	07461-77 03 14 ganzjährig	Mittwoch	Schildrain-Turnhalle	19:30 - 20:30 Uhr	12,00 •	40,00 •
Herrenfußball Jovan Dobos	07461-13 41 5 Mai - Oktober	Donnerstag	Umläufe	20:00 - 22:00 Uhr	kostenlos	kostenlos
	Oktober - April	Donnerstag	IKG-Sporthalle	20:30 - 22:00 Uhr	kostenlos	kostenlos
Herz-/Diabetikersport 1) Elke Beiswenger	ganzjährig	07461-77 95 3 Donnerstag	Schildrain-Turnhalle	Gäste sind nicht zugelassen 18:30 - 20:15 Uhr	2,50 •/Std.	
Inline Skating Inlinetreff	ganzjährig	Samstag	Stadionsporthalle	13:00 - 16:00 Uhr	kostenlos	kostenlos
Training	ganzjährig	Samstag	Stadionsporthalle	13:00 - 16:00 Uhr	kostenlos	kostenlos
Alwin Wax, Thomas Storz, Dirk Somnitz	07461-78 77 1 07463-99 03 48 07424-50 28 63					
Jazztanz Conny Tolk	07461-16 07 87 ganzjährig	Dienstag	Schildrain-Turnhalle	20:00 - 21:30 Uhr	12,00 •	40,00 •
Kinderturnen Silvia Steinert	3-6 jährige ganzjährig	07461-78 02 31 Donnerstag	Holderstöckle-Turnh.	16:30 - 17:15 Uhr	kostenlos	kostenlos
Kinderfußball Silvia Steinert	6-10 jährige ganzjährig	Donnerstag	Holderstöckle-Turnh.	17:15 - 18:00 Uhr	kostenlos	kostenlos
Lauftreff Oskar Martin	07461-7 21 42 April-November	Die, Fr	Parkplatz-Hard	19:00 - 20:30 Uhr	kostenlos	40,00 •
	Oktober-März	Die, Fr	IKG-Sporthalle	19:00 - 20:30 Uhr	kostenlos	40,00 •
Mädchenfußball Thomas Höll	0170-58 62 98 9 April - November	Mo, Do	Umläufe	17:30 - 19:00 Uhr	kostenlos	kostenlos
	November - März	Montag	IKG-Sporthalle	16:00 - 17:30 Uhr	kostenlos	kostenlos
Nordic Walking Senioren/Anfänger	R. W. 07461-46 05 Winterzeit	Montag	Pizzeria Luigi	14:30 - 16:00 Uhr	12,00 •	40,00 •
Rita Wäschle	Sommerzeit	Montag	Pizzeria Luigi	16:30 - 18:00 Uhr	12,00 •	40,00 •
Geübte	R. E. 07461-78 27 1					
Rebecca Eberhart	Winterzeit	Mittwoch	Pizzeria Luigi	15:00 - 16:30 Uhr	12,00 •	40,00 •
	Sommerzeit	Mittwoch	Pizzeria Luigi	18:30 - 20:00 Uhr	12,00 •	40,00 •
Anf./Fortgeschr.	E. B. 07461-77 95 3		W. R. 07461-67 34			
Elke Beiswenger	Winterzeit	Samstag	Pizzeria Luigi	14:30 - 16:00 Uhr	12,00 •	40,00 •
Werner Ries	Sommerzeit	Dienstag	Pizzeria Luigi	18:30 - 20:00 Uhr	12,00 •	40,00 •

Trainingszeiten (siehe auch www.tsftut.de)

Kursart Kursleitung	Zeitraum Telefon	Wochentag	Ort	Zeit	Kosten / Quartal Mitglieder Gäste	
Senioren-sport Helga Krichel	07461-77 03 14 ganzjährig	Montag	Haus der Senioren	09:30 - 10:30 Uhr	12,00 •	40,00 •
Step-Mix Isa Brückler	ganzjährig	Donnerstag	Holderstöckle-Turnh.	18:00 - 19:00 Uhr	12,00 •	40,00 •
Tae Box Rebecca Martin	R.M. 07461-91 02 36 7 ganzjährig	Montag	F.R. 07461-16 59 85 Mühlau-Sporthalle	19:30 - 20:30 Uhr	12,00 •	40,00 •
Franziska Ramadani	ganzjährig	Mittwoch	Schildrain-Turnhalle	20:15 - 21:15 Uhr	12,00 •	40,00 •
Walking Peter Hauser	07462-78 64 ganzjährig	Montag	Umläufe	19:00 - 20:00 Uhr	kostenlos	40,00 •
Wassergymnastik Helga Krichel	07461-77 03 14 ganzjährig	Mittwoch	TUWASS b. der gelben Rutsche	11:45 - 12:30 Uhr	kostenlos	40,00 •
Yoga 2) Heinz Pfindel	07463-59 26 ganzjährig	Mittwoch	Gem.-Haus St. Josef	17:30 - 19:00 Uhr 19:15 - 20:45 Uhr	Kosten / Kurs 45,00 • 75,00 • 45,00 • 75,00 •	

1) bei Kurs-Teilnahme ohne Kostenübernahme durch die Krankenkasse

2) Yoga: Zwei Kurse jährlich mit je 15 x 1,5 Stunden

Teilnahme an 2 Kursen: 15,00 • / Quartal -
Teilnahme an 3 und mehr Kursen: 18,00 • / Quartal

Bezahlung der Kurse im voraus durch Einzugsermächtigung
Kündigung der Kurse vierteljährlich möglich

Kündigung der Vereinsmitgliedschaft ausschließlich zum jeweiligen Jahresende möglich.

Mitgliedsbeiträge

Kinder und Jugendliche	Euro 25,-
zwei und mehr Jugendliche	Euro 30,-
Erwachsene	Euro 50,-
Familienbeitrag	Euro 70,-
Mitglieder über 60 Jahre	Euro 30,-
Ehepaare über 60 Jahre	Euro 50,-

Aufnahmegebühr

Erwachsene	Euro 10,-
Jugendliche	Euro 0,-

Ab Eintrittsdatum Juli, $\frac{1}{12}$ des Jahresbeitrags pro Monat.

Alle Mitglieder über 21 Jahre zahlen Erwachsenenbeitrag, wenn nicht bis Ende Januar ein Ausbildungsnachweis vorgelegt worden ist. Rückerstattungen sind nicht möglich.
Kündigungen sind nur zum Jahresende möglich.



Beitrittserklärung oder Änderungsmitteilung

Name, Vorname

Geburtstag Beruf

Anschrift

Telefon

E-Mail-Adresse

Aktiv in Abteilung(Nr.) Eintrittsdatum:

Herrenfußball = 1, Badminton = 2, Aerobic = 3, Laufftreff = 5,
Funktionsgymnastik = 6, Kinderturnen = 7, Mädchenfußball = 8,
Yoga = 9, Walking = 10, Jazztanz = 11, Tae-Box = 12,
Inline Skating = 13, Nordic Walking = 14, Herz-Kreislauf=15,
Herz-/Diabetessport=16, Seniorensport = 18, Figur-Step = 19,
Step-Mix = 20

Weitere Personen beim Familienbeitrag:

Vorname:	Geburtstag:	Abt-Nr:	Beruf:
.....		...	
.....		...	
.....		...	
.....		...	
.....		...	

Einzugsermächtigung für den Jahresbeitrag

Bankname: Anschrift:

BLZ: Konto-Nr.:

Kontoinhaber:

(Unterschrift Mitgliedschaft)

(Unterschrift Bankeinzug)



Start des Hammerwerk-Fridingen Walkingwettbewerbes beim run & fun 2007



Wir fördern aktive Sportler vom
Breiten- bis zum Spitzensport.

 Kreissparkasse
Tuttlingen

Beim Sport wie auch bei Finanzdienstleistungen kommt es auf einen zuverlässigen Partner an. Wir tragen mit kompetenten Lösungen dazu bei, gemeinsam Ziele zu erreichen. Mit unserem Service sind wir überall in Ihrer Nähe. **Wenn's um Geld geht - Kreissparkasse.**