

TST AKTUELL

Februar 2008



Fußball-Kindi, mit großer Begeisterung wird um Tore gekämpft

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
Aerobic	4-5
Herrenfussball	6-7
Lauftreff	9-13
Badminton	14-17
Walking	19
Faszination - Triathlon	21
Walking Herbstwanderung	22-23
Weihnachtsfeier 2007	24-29
Inline-Skating	30-31
TSF-Combo	32-33
Yoga	34-35
TaeBox	37
Inserenten	38
TSF-Internetauftritt	39
Funktionsgymnastik	40-41
Neue Mitglieder	43
Runde Geburtstage	43
Vorstandschaft	44
Erw. Vorstand + Ausschuß	44
Trainingszeiten	46-47
Mitgliedsbeiträge	47
Beitrittserklärung	48

Impressum



Vereinsmitteilungen der TSF

Auflage: 1200 Stück

Redaktionelle Mitarbeit:



S. Binder, R. Brohammer, J. Dobos,
C. Fritz, L. Graf, D. Gull, P. Hauser,
C. Hilzinger, S. Huber, H. Krichel,
O. Martin, M. Mussnug, H. Pfindel,
A. Pietsch, F.+S. Ramadani,
M. Sommnitz, S. Steinert,
V. Tapal, A. Zeller

Redaktionsschluß für die nächste
TSF Aktuell-Ausgabe: 14.05.2008

Postanschrift:

Obere Hauptstr. 1, 78532 Tuttlingen

Geschäftsstelle:

Telefon 07461-9 66 10 42



Fax 07461-9 66 10 50

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



*Manfred Mußnug
Vorstand Verwaltung
Mussnug@aol.com*



Liebe Sportfreundinnen, liebe Sportfreunde,

ein Sportverein definiert sich, wie der Name schon aussagt, vor allem über sein Sportangebot. Durch den großen Zuspruch, den wir hier erfahren, möchte ich mich - im Namen des Vorstands - an dieser Stelle bei allen Abteilungs- und Übungsleitern für deren großartiges Engagement bedanken. Dieses Potential wollen wir nutzen, um Bestehendes weiterzuentwickeln bzw. Neues voranzubringen.

Olaf Hummel hat sich in einer früheren Ausgabe von TSF - Aktuell sehr anschaulich mit dem Thema „Statistik“ und dem Ranking der einzelnen Vereine in Tuttlingen beschäftigt. Mitgliederzahlen etc. sprechen natürlich eine eindeutige Sprache, ich aber möchte noch - unseren Verein betreffend - auf einen weiteren Parameter hinweisen: hinsichtlich Flexibilität und Offenheit gegenüber neu aufzunehmenden Sportarten sind wir in Tuttlingen ganz oben anzusiedeln. Mit Elke Beiswenger, Peter Hauser und Thomas Höll haben wir Personen im Verein, die in dieser Richtung viel bewegen können. Diese Chance wollen wir weiter nutzen, allerdings mit folgender Vorgabe: Bestehendes in keinsten Weise vernachlässigen sowie beim Einbringen neuer Sportangebote Aufgeschlossenheit gegenüber Kooperationen mit anderen Gruppen, Vereinen oder Schulen.

Zum sportlichen Bereich hinzu kommen erfahrungsgemäß immer mehr und mehr die gesellschaftlichen und sozialen Aspekte. Die TSF – Combo hat letztes Jahr ein sehr gut aufgenommenes und zweimal ausverkauftes Benefizkonzert veranstaltet und somit den Verein in diesem Bereich exzellent repräsentiert. Hinsichtlich des gesellschaftlichen Erscheinungsbildes des

Einsichten - Ansichten

Vereins diskutieren wir momentan im Vorstand, inwieweit eine TSF – Gala entsprechend früherem Muster Sinn macht, oder ob ein vereinsinterner Jahresabschlussball zu bevorzugen ist.

Strukturell sind vereinsintern wichtige Dinge verändert worden: z.B. die Neugestaltung der Homepage (Dank gebührt hierzu Lothar Graf, Steffen Binder, Vladimir Tapal) und die Abwicklung von Finanzangelegenheiten (Dank an Edmund Graf). Weitere Punkte in Diskussion sind: klare Zuordnung der einzelnen Gruppen zu Abteilungen, Dauer der Kurse, Übungsleiterentgelte etc.

Liebe Sportfreunde, ihr seht, es gibt viel zu tun. Wir, der Vorstand, freuen uns auf eure Unterstützung und aktive Teilnahme. Packen wir es an!

Manfred Mußnug
Vorstand Verwaltung

*Unsere Jünsten üben das Anpacken jetzt schon ...
Kinderturnen mit Silvia Steinert*



MANFRED MUSSGNUG



Außenwirtschaftsberatung und Übersetzungen

Übersetzungen

in alle Sprachen:

- Technik, Wirtschaft, Recht u.a.
- Dolmetscherdienst
- Amtliche Beglaubigungen

Jahnstr. 28 · 78532 Tuttlingen · Fon 07461-96971-00 · a.hutmacher@mussgnug-tut.de



Aerobic



Susanne Huber
harald-huber@versanet.de

Rückblick auf das Jahr 2007

Im Okt. 2007 unternahm die Aerobic-Abteilung den Jahresausflug. Dieses Mal war ein Wellness-Wochenende im Schwarzwald vorgesehen.

Morgends um 9.00 Uhr fuhren wir mit unseren Privatautos nach Triberg. Nach einer Kaffeepause im dortigen „Krachenfels“ besichtigen wir mit fachkundiger Führung das Heimatmuseum mit den tollen alten und sehr wertvollen musikalischen Schwarzwalduhren.

Gegen Mittag bezogen wir dann unsere Appartements in Schönwald wo wir dann unsere Wellness-Programm starteten mit Sauna, Whirpool, Haltenbad und Massage und viel Relaxing!. Nach einem 4-Gänge-Menue am Abend zogen wir uns in unser Appartement zurück und feierten noch bis tief in die Nacht.

Über Nacht ist war Schnee gefallen und wir mußten unsere erste Golfstunde ausfallen lassen. Schade! Als

Ersatz unternahmen wir eine zweistündige Wanderung auf eine der schönsten Albsvereinshütten im Schwarzwald in der Nähe von Schönwald. Nach der Rückkehr ins Hotel mußten wir leider Abschied nehmen von unserem tollen Wellness-Wochenende und hoffen auf eine baldige Wiederholung dieser gelungenen Veranstaltung. Diese Auszeit vom täglichen Stress hat uns allen sehr gut getan!

Mitte Dezember fand unsere Weihnachtsfeier im Hirschbrünnele mit reger Teilnahme statt. Gutes Essen und eine Wichteltombola sorgte dabei für gute Laune. Mit viel Humor ließen wir die Feier ausklingen.

Neues

Hurra, endlich dürfen wir nun unser Training in der neuen LURS (d.h. Ludwig-Uhland-Realschule) abhalten. Am 11.01.2008 besichtigen wir erstmals den neuen Gymnastikraum. Er gefiel uns allen sehr gut und nun hoffen wir auf ein gutes Training und viele neue Mitglieder. Also auf geht's!!

Donnerstags, 19.00 Uhr – 20.00 Uhr,
neue LURS TUT Aerobic bei Gisi

Anmerkung: Sehr positiv ist, dass wir nun doch öfters mal wieder ausgehen können!

Bis bald
Eure Susanne

Andrea Hellmann

Tuttlinger
Kleiderpflege

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

Annahme: Teppichreinigung, Lederreinigung

Wir reinigen

schnell

schonend

sauber

gepflegt





Jovan Dobos
Abteilungsleiter
dobajo@web.de



Weihnachtsfeier TSF Herren-Fußballer

Am 15. Dezember trafen sich die Fußballer bei Helge in Hattingen. Dort hatten wir in der Garage erst einmal eine Stärkung mit Weihnachtsgebäck und Glühwein.

Danach erwartete uns ein starker Gegner. Der hieß „Ostwind“ und begleitete uns stetig bei unserer Wanderung von Helge auf den Witthoh zum Gasthaus Windegg. Nach einer einstündigen Wanderung trafen wir auch ziemlich durchgefroren dort ein. Einzelne Spieler hatten mit dem Glatt-eis noch ein wenig Probleme, aber glücklicherweise ist niemand verletzt worden.

Im Gasthaus angekommen erwartete uns auch schon der Nikolalwin, der für jeden eine Überraschung dabei hatte. Nach einer kleinen Nachfrage stellte der Nikolalwin fest, dass er die Hälfte der Anwesenden vergessen hatte, da er die Notizblätter beidseitig beschrieb hatte und die Rückseite

übersehen hat. Diese kleine Unachtsamkeit zeigt eben auch, dass beim Weihnachtsmann, in Adventszeit, dauernde Hektik herrscht, bis er alle Geschenke unter den Menschen verteilt.

Von Kurt Alt wurden wir in wärmere Gefilde geführt, er hat uns hervorragende Bilder seines Segeltörns vom Oktober in Griechenland und der Türkei gezeigt. Auch die Dias unserer diesjährige Wanderung Mitte September in Österreich vom Silvretta-Stausee bis zur Wiesbadener Hütte zeigten uns, dass es auch andere Temperaturen zum Wandern gibt, als an diesem Tag.

In anregenden und unterhaltsamen Gesprächen in gemütlicher Runde haben wir das vergangene Jahr schließlich Revue passieren lassen und bei dieser Gelegenheit auch die Highlights für das kommende Jahr bereits definiert.

Somit hoffen wir alle, dass die zukünftigen Wünsche in Erfüllung gehen und wünschen auf diesem Weg allen TSF Mitgliedern ein Gutes Neues Jahr.

Mit freundlichen Grüßen

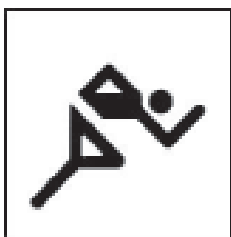
J. Dobos

*Ausführung sämtlicher
Maler- und
Tapezierarbeiten*



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

Lauftreff



Oskar Martin
Berichterstatler
O.Martin@TSFtut.de



Zuallererst Neujahrsgrüße an alle Langstreckler, Aktive und Nichtaktive, Freunde, Neuhinzugekommene, über den Gränzboten mit uns trainierende Läufer, verbunden mit dem Wunsch auf sportlichen und privaten Erfolg und hoffentlich auch in 2008 Treue zu unserer Langstreckler-Lauftreffgruppe.

Wir sagen bewußt Langstreckler-Laufgruppe, denn das ist ja unser Metier. Das haben unsere Mitglieder zur Genüge im vergangenen Jahr gezeigt und auch bewiesen. Zählen wir ab heute, so sind es nur noch 5 Monate bis zum sportlichen Tuttlinger-Superereignis „Run & Fun“ am 14. und 15. Juni. Hier gleich ein herzliches Dankeschön für alle die an Wettbewerben 2007 teilnahmen und so das Fähnlein der Tuttlinger Sportfreunde aufrecht hielten!

Wir laden ein zu den Testläufen für Run & Fun. Lauf 1 führt am 16. Februar von Beuron nach Tuttlingen etwa 30 Kilometer lang, Lauf 2 star-

tet am 19. April in Hausen i. T. und führt bis Mühlheim, ebenfalls 30 Kilometer. Anmeldung erbeten bis 31. Januar unter Testlauf2008@runundfun.de. Für Testlauf 2 ist der Anmeldeschluß am 5. April. Kosten für Fahrt und Verpflegung: 5,00 Euro. Der kostenlose Besuch des Tuttlinger Hallenbades „TuWass“ ist gratis dabei. Diese Testläufe geben uns Langstrecklern Gelegenheit die Verfassung zu testen und denen, die die Marathonstrecke noch nicht kennen, diese kennen zu lernen. Gleichzeitig dienen diese Veranstaltungen zum Training auf die Wettbewerbe im Juni, egal ob der 10 km-, Halbmarathon- oder Marathonlauf geplant ist. Wenn genügend Teilnehmer unserer Gruppe mitmachen wollen, machen wir eine Sammelmeldung, ebenso wie für die Läufe am 14. und 15. Juni.

Das OK für Run & Fun hat sich nun für uns Läufer/innen einen Extra-Höhepunkt“ ausgedacht: Einen Marathon in Staffeln mit 4 Läufern, auch gemischt. Der Lauf ist auf der Originalstrecke des Hauptmarathons. So können jene, die sich noch keinen „ganzen“ zutrauen, einmal die besondere Atmosphäre erleben und gleichzeitig die schöne Laufstrecke im Donautal in sich aufnehmen. Und die „Qual“ endet schon nach - je nach Strecke bei 14, 10, 7 oder 11 Kilometern. Wir hoffen, dass



INTERSPORT® **BUTSCH**

Carl-Zeiss-Str. 2 • 78532 Tuttlingen • Tel. 07461/6974



sentioaktiv® **Einlagenkonzept**

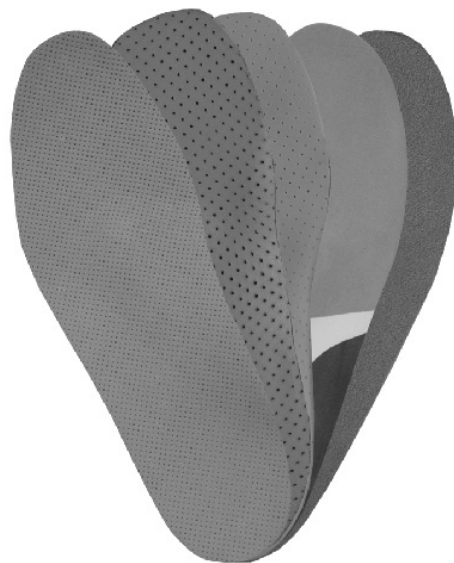
Einlagen mit System

Ob im Alltag, im Büro oder beim Sport.
 Steigern Sie Ihre Mobilität mit der richtigen
 Einlage für den individuellen Einsatzbereich.
 Spürbar mehr Belastbarkeit und Schonung
 für Ihren Körper.



Mehr Vorteile für Sie

Jede Einlage ein Unikat
 Sensomotorische Eigenschaften
 Qualitätsgarantie
 Funktionsprüfung



 **Müller**
 orthopädie-
 schuhtechnik
 Untere Vorstadt 22-24 78532 Tuttlingen Tel. 07461/5861

Lauftreff

nach der erfolgreichen Teilnahme von 5 Läufer/innen beim 10 km Lauf, 10 beim Halbmarathon und 5 beim Donautalmarathon - im letzten Jahr - eine ebenso große Anzahl aus unserer Gruppe bei den Tuttlinger Run & Fun Tagen teilnimmt! Vor diesem Termin können wir unsere Beine noch bei weiteren Läufen, wie beim Schluchseelauf 18,4 km, beim Freiburg Marathon, oder in den Silberdistel-Läufen (1. Termin 13.4. Schömberg, 2. am 27.4. in Göllsdorf) testen. Und wer nach all diesen Läufen immer noch nicht genug hat, dem steht die Teilnahme beim Stuttgarter Zeitungslauf am 22. Juni offen. Über den Juni hinaus melden wir uns dann wieder mit „TSF-Aktuell“.

Sonstiges

Bei der Weihnachtsfeier nahmen von unserer Gruppe 20 Personen teil. Auch dieses Jahr luden wir unsere Mitglieder zum „Zweistunden-Lauf“ am Hart/Brend ein. 15 Sportler fanden sich ein und legten bravourös die ausgewählte Strecke zurück. Tee und Kuchen am Ziel, gereicht durch unsere Laufrfrauen war die Belohnung, und am Abend erholten wir uns in fröhlicher Runde in der „La Gondola“.

Noch einige Zahlen

Run & Fun 2007 = beinahe 3000 Sportler und Sportlerinnen nahmen

teil. Rekord! Acht Lauftreffler jeweils in Renquishausen und Bräunlingen in 2007, 20 Langstreckler aus unserer Gruppe bei R&F 2007. Hubbe, Hubert Grunenberg läuft im Oktober in Bräunlingen seinen 33. Schwarzwaldmarathon, und zugleich seinen 138. in Worten: Einhundertachtund-dreißigsten Marathon und Ultralauf (wenn man die Staffel von Linz im Frühjahr dazu zählt!) Fürwahr ein vorbildlicher Läufer und Mensch, wenn man seine Fürsorge für neue und schwächere Läufer/innen betrachtet.

Und noch etwas, was wir mit Stolz bekunden: In unserem Lauftreff und Verein haben wir 20 Marathonläufer, die auch an Halbmarathon-Läufen teilnahmen. Dazu drei Personen bisher „nur“ beim Halbmarathon dabei. Drei Ironman(frau), das ist die Hawaii-Disziplin-Teilnahme, fühlen sich in unseren Reihen wohl und haben letztes Jahr wieder ihre Fähigkeiten gezeigt! Wie schrieb unser „Keile“ Keilbach doch nach dem Roth-Triathlon: „... mein bisher größter Wettkampftag!“ Wer hat im Kreis Tuttlingen derart herausragende „Freizeitsportler“, welcher Verein? Und dazu noch eine Frau in diesem illustren Kreis? Ja, Joachim Rintsch gehört auch dazu, aber wir haben drei!

Oskar Martin



H austechnik - heute !
A uch für Sie die passende Lösung !
E lektroarbeiten aller Art aus einer Hand !
N eue Klimageräte - bringen angenehme Atmosphäre!
S olar Therm Anlagen - die Sonne wärmt Ihr Wasser!
E ndlich überall erreichbar - ISDN !
L eistungen für Sie - Sprechen Sie uns an !

HAENSEL-ELEKTRIK

Fürstensteinweg 15
78532 Tuttlingen

Tel. 07461 / 6478
Fax 07461 / 73891

Ergebnisse unserer Treffler

Nennen wir hier zuerst unseren „Werkstättle-Arthur“. Mit 4 Teilläufen beim Silberdistel Albcup 2007 erreichte Arthur Wenkert den 3. Podestplatz Ak M55. Ulrike Knoll errang mit 5 Läufen den 1. Gesamtplatz der W 30. So kam noch ein 5. Platz für die Mannschaft der TSF zustande. Beim Baden-Marathon in Karlsruhe am 16.9. debütierte Annemarie Diener in der Zeit von 4:14 Stunden. Unser Aushängeschild „Hubbe“ Grunenberg lief in München einen Marathon am 8.9. in 4:05, mit dabei waren „Keile“ Keilbach in 3:05 = Ak M50 2. Platz, Maria Kel-

ler in 4:29 Stunden. Trotz vieler beruflicher Aufgaben und Vorbereitungen im OK-Run&Fun, vernachlässigt Rolf Brohammer seine körperlichen Erfordernisse nicht, fährt nach Köln mit seinem Paddy und läuft dort mit ihm zusammen den City-Marathon durch in 4:22 Std. (wohlgemerkt mit Schmerzen infolge eines Leistenbruchs!) Unser Rocker Paddy eilt ihm voraus und erzielt 4:15 Stunden, neue Bestzeit! Regina Hein, obwohl zur Ausbildung in Düsseldorf, macht auch mit und kommt in 4:50 Stunden ins Ziel. Dieter Keilbach erreichte noch am 15.10 bei einem 10 Kilometerlauf in Ettenheim den 3. Platz in M50 in

Lauftreff

39:34 Minuten. Alle Achtung, mit über 50 Jahren! Und nicht zuletzt starteten von unserer Laufgruppe 8 Personen beim Internationalen Schwarzwaldmarathon in Bräunlingen, teils beim Marathon, teils beim Halbmarathon. Hervorzuheben ist Michael Noecker, der nunmehr seinen 2. Marathonlauf bestritt und dabei zum ersten Mal unter 4 Stunden kam. 3:51 Std. war seine Zeit und das bei diesem schweren Hügellauf, sind doch 300 Höhenmeter zu überwinden! Auch Wolfgang Hess verbesserte sich um über 3 Minuten. Dabei waren noch Maria Keller und Hubert Grunenberg. Für ihn bedeutete dies die 33. in Worten: dreiunddreißigste Teilnahme in Bräunlingen.



Erfolgreich! Karl Burth versuchte sich im Halbmarathon: 1:43 seine Endzeit, Thomas und Gisela Waizenegger liefen gemeinsam den Halbmarathon, wobei Thomas am Ende wenig kavalierrmäßig der Gisi noch 1:30 Minuten abnahm, na ja, in 2:04:06 und 2:05:36 Std. waren sie im Ziel. Erwähnen wir noch den ältesten Teilnehmer, Euer Berichterstatter, 2:01:32 war die Endzeit, immerhin bedeutete dies Platz 1 bei der AK M75.

Kein Ausflug ohne Lauf: Hubbe besuchte seinen Sohn in Linz/Donau, „rein zufällig“ war dort ein Halbmarathon, man kann sich denken was geschah: Hubert startete und erreichte den 2. Platz M 60 in 1:49 Stunden. Dieter Keilbach weilte noch im Tessin und versuchte sich beim Maratona-Ticino am 11. November, mit Erfolg: 2. Platz M50 in 3:07:53, Martin Oberländer und Inge Höckele bewältigten den Halbmarathon in 1:34 bzw. 2:09 Stunden. Am 2.12 hatten Karl Burth und Wolfgang Hess immer noch nicht genug, fuhren nach Stein am Rhein, Karl lief 10,5 km, Wolfgang Hess Halbmarathon in 1:48 Std. 7. Platz M 55. Und nicht zuletzt rannte Michael Noecker am 8. Dezember donaulang über 14 Kilometer beim Adventslauf in Tuttlingen.

Oskar Martin

Badminton



Das wöchentliche Training in zwei Altersgruppen bewährte sich

Fleißig und mit Begeisterung - Arved und seine Schützlinge

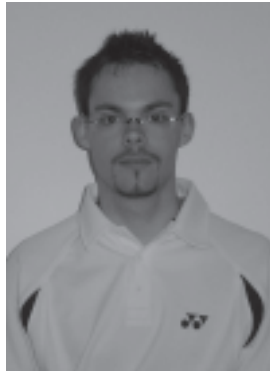


Wer ist hier beim Doppel die Schnellere, Daria Witt oder Rebecca Binder (vorne)?

Badminton



Claudius Hilzinger
Abteilungsleiter
C-Hilzinger@versanet.de



Vorab:

Wo ist der Bericht der Badminton-Abteilung? Das war die Frage, die sich im letzten Heft (Oktober 2007) viele stellten. Aus technischen Gründen konnten wir leider unseren fertigen Bericht nicht termingerecht einreichen, was wir nun dieses Mal nachholen möchten (siehe Bericht von Arved Pietsch). Also keine Angst, uns gibt es noch! ☺

Neues vom Spielbetrieb:

Die Hinrunde ist nun seit Mitte Dezember 2007 beendet und ab Mitte Januar 2008 beginnt auch schon die Rückrunde wieder. Bisher konnten sich beide Mannschaften noch nicht von ihrer stärksten Seite zeigen und belegen die unteren Tabellenplätze. Für die Rückrunde haben sich unsere Mannschaften allerdings viel vorgenommen, so dass das Ergebnis zum Saisonende ein anderes sein soll.

Damit dies gelingt, ist eine starke, laut anfeuernde Heimkulisse immer wichtig! >> Das ist Euer Stichwort!

Unsere Heimspieltage sind samstags in der Kreissporthalle ab 15.00 Uhr am 16.02.2008 und 01.03.2008. Wir freuen uns über Eure Unterstützung.

Informatives und Termine:

Nachdem die Ludwig-Uhland-Realschule nun endlich fertig gestellt ist, kann jetzt auch dort trainiert werden. D.h. unsere Trainingszeiten und Orte haben sich etwas geändert.

Statt: Mittwoch 19.00 – 22.00 Uhr in der Kreissporthalle ist unser Training am

Neu: Donnerstag 20.00 – 22.00 Uhr in der **Mühlau-Sporthalle**

Montag 19.00 - 22.00 Uhr Mühlau-Halle **bleibt wie gehabt.**

Wichtig: Unter Umständen kann sich die Trainingszeit/-ort am Donnerstag nochmal ändern. Die aktuellen und richtigen Trainingszeiten findet Ihr immer auf unserer neuen Internetseite www.tsftut.de unter Abteilungen „Badminton“.

Die restlichen Trainingszeiten /-orte bleiben wie bisher (siehe Heft - Trainingszeiten).

Badminton

Weitere Termine die Ihr Euch vormerken könnt/sollt:

1. Unser erstmaliges **Saison-Abschluss-Fest** am **Samstag** den **08.03.2008**. Nähere Informationen zu Ort und Zeit, etc. bekommt Ihr noch rechtzeitig mitgeteilt.

2. Unsere **Abteilungsversammlung** am **Donnerstag** den **10.04.2008**. Auch hierfür bekommt Ihr noch eine separate Einladung.

Zum Schluss noch eine kleine Info, damit Ihr immer rund ums Badminton auf dem Laufenden seid: Ihr könnt mir Eure E-Mail-Adresse schicken und ich nehme Euch in unseren kleinen „Newsletter“ mit auf.

Und jetzt noch viel Spaß beim Lesen des versprochenen Berichtes von Arved.

Euer Claudius

Nachwuchstalent Kathrin Binder räumte reihenweise Pokale ab, wie hier bei den Südbadischen Meisterschaften in Aldingen, wo sie ebenfalls Platz 1 erreichte.



Etwa 20 bis 25 Mädchen und Jungen finden sich regelmäßig am Dienstag in der Turnhalle der Holderstöckle-Grundschule zum „Schlagabtausch“ ein.

Badminton



Von Arved Pietsch
Jugendtrainer

„schlagkräftiger“ Vorhand für die Teilnahme an den Baden-Württembergischen Meisterschaften. Zum ersten Mal nahm sie als Neuling daran teil und hielt sich bei vier Turnieren wacker - wenngleich es wegen der starken Konkurrenz nur zu einem vierten Platz reichte.

Der TSF-Badmintonnachwuchs blickt auf ein erfolgreiches Jahr mit beachtlichen Turnierfolgen zurück: Die jungen Spieler erreichten bei verschiedenen Ranglistenspielen sowie den Südbadischen- und Baden-Württembergischen Meisterschaften gute Plätze oder siegten in ihrer jeweiligen Jahrgangsklasse. Das wöchentliche Training in zwei Altersgruppen bewährte sich, verlangt doch der große Altersunterschied von mir als Trainer stets einen Spagat zwischen kindlich-spielerischer Unterweisung und bereits leistungsorientiertem Training bei den Jugendlichen. Etwa 20 bis 25 Mädchen und Jungen finden sich regelmäßig am Dienstag in der Turnhalle der Holderstöckle-Grundschule zum „Schlagabtausch“ ein.

Die Riege der hoffnungsvollen Nachwuchstalente führte Kathrin Binder an. Die Schülerin schien das Siegerpodest häufig für sich gepachtet zu haben. Die erst Zehnjährige schaffte bei sechs Ranglistenspielen jedes Mal (!) in ihrer Altersgruppe U 11 den ersten Platz. Dadurch qualifizierte sich die ehrgeizige Spielerin dank

Rebecca Binder (8), Melissa Grohs (12), Daria Witt (12), Laura (12) und Marcel (9) Züfle –belegten bei drei Regional- und ebenso vielen Bezirksranglistenturnieren die ersten acht Plätze. Sie qualifizierten sich neben Kathrin Binder für die Südbadischen Meisterschaften am 30. Juni 2007 in Aldingen. Bei diesem Turnier erklimm Kathrin Binder wiederum das Siegereck (U11). Ihre Schwester Rebecca erreichte in derselben Altersgruppe den sechsten Platz. Auch die Leistungen der übrigen Turnierspieler der TSF konnten sich sehen lassen: Melissa Grohs (U15) kam bei den Südbadischen Meisterschaften auf Platz neun, Daria Witt (U15) auf den achten Platz. Laura Züfle (U15) landete auf Rang sieben, ihr Bruder Marcel Züfle wurde sogar Dritter in der Altersgruppe U11.

Alle Jugendspieler, die im Vorjahr an den Turnieren teilnahmen, qualifizierten sich für die Bezirksranglistenspiele 2008. Am 19. Januar gehen die Tuttlinger Nachwuchsspieler zum ersten Mal in der neuen Saison in Konstanz an den Start.

Ristorante Pizzeria

Pomodoro

Fam. Hepper und Salvatore

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



**INTERSPORT®
BUTSCH**

Carl-Zeiss-Str. 2 • 78532 Tuttlingen • Tel. 07461/6974



Walking



*Peter Hauser
Übungsleiter
Peter.Hauser@sparkassenversicherung.de*

Hallo liebe Sportfreunde,
ein erfolgreiches und auch arbeitsreiches Jahr ist vorüber. Wir sind zusammen etwa 5000 km gewalkt, haben ca. 100 Flaschen Sekt zusammen vernichtet (Tradition bei Geburtstagen), haben ein Grillfest veranstaltet, zwei Konzerte bewirtet, zwei Wanderungen durchgeführt, bei Run & Fun im Ausschank geholfen bei Run & Fun den großen Wanderpokal zusammen mit den Nordic-Walkern geholt, die Weihnachtsfeier des Gesamtvereins bewirtet, unsere Weihnachtsfeier genossen und zum Jahresabschluss Silvester im Jugendcamp in der Möhringer Vorstadt gefeiert und und und..

Jetzt heißt es, den Wanderpokal zu verteidigen, was eine erhöhte Trainingseinheit bedeutet. Aufgrund der Witterungsverhältnisse und der Dunkel-

heit ist es zur Zeit etwas schwerer und mühsamer die richtigen Wege zu gehen. Aber es wird von Woche zu Woche besser und der Schnee hat es bis jetzt auch gut gemeint. Wir haben uns für das Jahr 2008 vorgenommen mehr im sportlichen Bereich zu tun und im geselligen etwas kürzer zu treten. Wir wollen auch das Grillfest in jüngere Hände geben und einfach auch mal nur hin sitzen und mitfeiern. Sonst bekomme ich Ärger mit meinen Walkerinnen und Walkern.

Für das Jahr 2008 sind auch wieder Wanderungen geplan, die dann immer rechtzeitig in der Presse bekannt gegeben werden (es wird nicht mehr vorkommen, dass Ursel am Samstagmorgen um 9.30 Uhr beim Frühstück sitzt und im Gränzboten liest, dass sie jetzt am Bahnhof sein sollte). Ich schwöre Besserung.

Euer Peter

Besuch im Hammerwerk Fridingen



Die Schönheit ist
wie die Liebe, *Damen- & Herrensalon*
je mehr sie
gepflegt wird, *Karl-Eugen*
desto länger hält sie *Glück*

Wir machen Sie schön für einen Abend zu zweit, ein nettes Essen mit Freunden, für Freizeit und Beruf, exklusive, kompetente und individuelle Typberatung hat einen Namen:

SALON GLÜCK

Die Devise für kreative Köpfe „Glück“ zieht an.

78532 Tuttlingen, Bahnhofstraße 62, Tel. 07461-2953

Restaurant Engel

Tuttlingen - Marktplatz
Tel. 07461 / 7 86 00

Paradiesisch – Griechisch-Essen

Übung macht Meister, hier bei run & fun - BADENOVA-Fun-Cup



Faszination Triathlon

*Manfred Mußnug
Vorstand Verwaltung
Mussgnug@aol.com*



Was steckt dahinter? 3,8 km Schwimmen im Pazifik mit zum Teil hohem Wellengang, 180 km Radfahren auf einer Radstrecke durch Lavafelder mit Temperaturen von 40 Grad Celsius und aufkommenden Mumuku-Winden, und einer abschließenden Laufstrecke entsprechend der Marathondistanz von 42,2 km – und ca. 40 000 Interessenten weltweit, die am Ironman Hawaii teilnehmen wollen. Durch Qualifikation und Losverfahren haben jedes Jahr ca. 1700 Athleten die Möglichkeit, an den Start zu gehen. Man könnte die Liste beliebig fortführen, fast alle Ironman – Veranstaltungen auf der ganzen Welt sind innerhalb kürzester Zeit ausgebucht.

Bedingt auch durch deutsche Erfolge auf Hawaii (Norman Stadler, Faris Al-Sultan) hat sich die Sportart Triathlon, die es etwa seit Mitte der 70er Jahre offiziell gibt, in Deutschland und weltweit zu einer Trendsportart entwickelt. Dies gilt aber nicht nur für die Langdistanzen, sondern auch für die Kurz-/Mittel- und olympischen Strecken.

Wir, die Tuttlinger Sportfreunde, wollen diesen Trend nutzen. Vor allem Schülern und Jugendlichen wollen wir eine Plattform bieten, auch in Kooperation mit anderen Vereinen oder Schulen, diesen Sport auszuüben. Wir führen Gespräche mit möglichen Trainern, suchen nach weiteren Personen, die sich gerne hier einbringen und wollen im kommenden Frühjahr einen Start wagen. Ebenso sind drei erfahrene TSF-Triathletinnen und Triathleten (Angelika Straub, Dieter Keilbach und der Verfasser dieser Zeilen - übrigens alle mehrfache Ironman - Finisher) gerne bereit, ihre Erfahrungen an Jüngere weiterzugeben..

Bei Interesse bitte melden bei: Peter Hauser (Tel.07462-7864) oder Manfred Mußnug (Tel: 07461-969710-0)

Manfred Mußnug

Walking





Cvjeta Fritz
Berichterstatterin

Herbstwanderung im Donautal

Unsere Herbstwanderung im 06. Oktober 2007 hat uns in das nahe Donautal geführt. An einem wunderschönen Samstagmorgen um 10.30 Uhr bestiegen wir den Donautal-Naturexpress in Tuttlingen und fuhren nach Hausen im Tal. Dort habe ich der Gruppe bei einem erfrischenden Glas Sekt mit Gebäck im Schatten des Bahnhofs zunächst die geplante Wanderroute erklärt.

Bei noch sehr warmem Wetter machten wir uns fertig für unsere Wanderstrecke südlich der Donau in Richtung Beuron. Alle Teilnehmer waren gut vorbereitet und hatten sich mit genügend Proviant in ihren Rucksäcken versorgt. Ziemlich schwitzend erreichten wir die Höhe beim Bischofsfelsen. Von dort ging es entlang des Höhenwegs weiter zum Hohlen Felsen. Am nächsten Ziel, dem Bandfelsen, machten wir Mittagspause und jeder bediente sich aus seinem Rucksack. In gemütlicher Runde genossen wir die wunderschöne Aussicht über das herbstlich prächtig gefärbte Donautal und zum Schloß Werenwag.

Unser nächstes Ziel war die Burg

Wildenstein. Da auch diese Wegstrecke weitgehend am oberen Rand des Donautals entlang führte, konnten wir immer wieder ganz herrliche Blicke auf die andere Seite des Tals Richtung Irndorf und Eichfelsen genießen.

Die Burg Wildenstein war an diesem Samstag auch Ziel vieler anderer Wanderfreunde und somit sehr beliebt. In kleinen Gruppen haben wir uns zunächst im Burghof an mehreren Tischen verteilt. Dort genehmigen wir uns eine entspannende Kaffeepause. Da einige Walkingfreunde zum ersten Mal den Wildenstein erleben konnten, wurde die als Pfadfinderheim genutzte Burganlage soweit möglich auch berücksichtigt.

Über Paulsfelsen, Petersfelsen und Alpenblick wanderten wir am späten Nachmittag durch den herrlichen Buchenwald den Abstieg hinunter nach Beuron. Während der gesamten Strecke gab es wieder sehr viele schöne Ausblicke, beschert durch den farbenprächtigen und sonnigen Herbsttag im schönen Donautal.

Nahe dem Bahnhof Beuron machten wir unsere abschließende Erfrischungspause in einem kleinen Cafe und sammelten uns, bevor wir mit dem letzten Zug des Naturparkexpress wieder zurück nach Tuttlingen fuhren.

In fröhlicher Runde ließen wir den Tag in der Osteria in Tuttlingen ausklingen.

Cvjeta Fritz

Weihnachtsfeier 2007



Lothar Graf
Vorstand: Veranstaltungen
L.Graf@t-online.de

TSF-Weihnachtsfeier 2007

Obwohl der Vorstand den Beschluß zur Durchführung einer TSF-Weihnachtsfeier schon Anfang April 2007 gefaßt hatte, war im Katholischen Gemeindehaus St. Josef nur noch der etwas frühe Samstags-Termin am 24.11.07 möglich. Für die Vorbereitung und Gestaltung fanden sich erfreulich schnell einige TSF-Aktive und Jovan Dobos war bereit, die musikalische Gestaltung des Abends zu übernehmen. Erklärtes Ziel war die Geselligkeit im Kreis der TSF-Mitglieder. In einer kleinen Gruppe wurde ein vereinsintern gestaltetes Programm erarbeitet und von den Beteiligten eingeübt.

Zur Teilnahme an der Weihnachtsfeier hatten sich etwa 150 Mitglieder und Familienangehörige angemeldet. Für das Bewirtungsteam aus der Walking-Gruppe Peter Hauser einschließlich seiner Tochter Jessica war dies eine kleine Herausforderung, die jedoch bravourös gemeistert wurde.

Für den Saalaufbau wurde der gesamte Vorstand verpflichtet. In bewährter Weise hatten Silvia Noecker und Gisela Waizenegger die Tischdekoration übernommen und sehr ansprechend gestaltet.

Bewußt war der Beginn auf 18.00 Uhr mit einem Sektempfang festgelegt worden, damit auch Familien mit Kindern teilnehmen konnten. Mit weihnachtlich angepasster Musik untermalte das Jovan- Dobos-Duo (Party Boys) die geselligen Kontakte der überwiegend pünktlich eingetroffenen Gäste und unser zum Moderator des Abends ernannter Präsident Olaf Hummel konnte die Veranstaltung mit launigen Worten eröffnen.

Den Einstieg in den sportlichen Teil gestaltete Helga Krichel mit ihrer Seniorengymnastikgruppe. Es wurde demonstriert, wie Musik in Bewegung umgesetzt werden kann. Nach Mozart Variationen: „Morgen kommt der Weihnachtsmann“, die am Piano von Christiane Roll gespielt wurden, zeigten die Senioren, dass regelmäßiger Sport sie reaktionsfähig und beweglich hält .

Unterstützt von Brigitte Birk (TSF-Geschäftsstelle) hatte Peter Hauser alle zu ehrenden Mitglieder persönlich angeschrieben. Zur Ehrung für 10-jährige Vereinstreue waren dies folgende Mitglieder:

Weihnachtsfeier 2007

Allgaier, Ana Marie
Blohmke, Anna
Blohmke, Christina
Blohmke, Norbert
Blonczewski, Anneline
Bühler, Sigrid
Cannova, Teresa
Castrogiacanni, Gaetana
Demattio, Curt-Dieter
Diener, Robert
Diener, Thomas
Egle, Dr. Dieter
Erb, Wolfgang
Erdogan, Elke
Erdogan, Jessica
Giezelt, Irene
Gruhler, Andrea
Heizmann, Alexandra
Hellstern, Inge
Hellstern, Wolfgang
Herouin, Alain
Herouin, Adriaca
Herouin, Alice
Hilzinger, Claudius
Hof, Werner
Hofmann, Veronika
Ittermann, Martin
Kern, Christian
Kern, Mira
King, Waltraud
Koch, Daniel
Koch, Julia
Koch, Rainer
Koch Sabine
Köhler, Angela
Leibinger, Karl
Liberati, Antonio
Lo Buono, Patrizia
Lüth, Rikarda

Matthias, Erika
Matthias, Petra
Martin, Gerlinde
Mezger, Fritz
Müller, Rita
Noecker, Matthias
Nothelfer, Susen
Palm, Markus
Palm, Stefanie
Pannenburg-Lederer, Dörte
Pfindel, Heinz
Rees, Luitgard
Richter, Renate
Schad, Beate
Schmitt, Petra
Schmitt, Waltraud
Schnebele, Marlies
Schwarzfischer, Petra
Schwille, Roland
Schwoy, Frank
Speck, Heinz
Störk, Michaela
Störkle, Gerlinde
Storz, Jens
Szallies, Stefanie
Teufel, Carina
Teufel, Edelgard
Teufel, Markus
Teufel, Nico
Teufel, Patrick
Ubert, Erich
Ueth, Günther
Veihelmann, Karin
Vögele, Carolin
Wiegold, Dominik
Winkler, Helge
Wolf, Rose
Zapf, Sigrid
Zeiger, Daniela

Weihnachtsfeier 2007

Allen anwesenden Jubilaren wurde vom TSF-Präsidenten Olaf Hummel, unterstützt von Peter Hauser, für die Treue zum Verein gedankt und die TSF-Ehrennadel in Bronze sowie den Damen zusätzlich eine rote Rose überreicht. Den Jugendlichen unter den Geehrten wurde mit der TSF-Ehrennadel in Bronze und einer süßen Kleinigkeit gedankt.

Unterbrochen wurde die Zeremonie der Ehrungen durch den Höhepunkt des vereinsinternen Unterhaltungsprogramms, nämlich den Vortrag unseres Schauspieltalents Gabi Gützkow. Mit ihrem Soloauftritt „Früher und heute (Veränderungen im Leben und im Sport)“ hat sie den ganzen Saal begeistert. Wurde uns allen doch der Spiegel unserer auf hohem Niveau klagenden Wohlstandsgesellschaft in witzigen Reimen gekonnt dargestellt .

Zitat: „Du kommst in de Welt rum und meinst des sei sche, doch statt erholt, bist am End halbe he. Muest teuer bezahle für´s miserabelste Bett, wo mers zu Haus umsonst viel gemütlicher hätt. Doch was willst mache, so send halt die Leut. Früher ist früher und heut ist heut.“

Für diesen mit viel Witz großartig vorgetragenen Auftritt bedankte sich das Publikum mit donnerndem Applaus.

Zur Ehrung für 25-jährige Mitgliedschaft waren eingeladen:

Bacher, Birgit
Bacher, Harald
Freutel, Brigitte
Freutel, Werner
Gerner, Günter
Gerner, Margitta
Gögelein, Ursula
Gut, Ottmar
Hayn, Roswitha
Hochleutner, Helena
Lauberbach, Holger
Lewandowski, Horst
Piske, Beate
Priebe, Klaus
Priebe, Ute
Schmitt, Peter
Stieb, Karl
Storz, Ursula
Storz, Walter
Strobel, Jutta
Waizenegger, Gisela

Olaf Hummel bedankte sich bei diesen Jubilaren ganz besonders für die langjährige Treue zum Verein und überreichte die silberne TSF-Ehrennadel mit TSF-Vesperbrett und einer roten Rose für die Damen sowie einer Flasche Sekt für die Herren.

Trotz privater Terminprobleme war inzwischen auch Vladimir Tapal erschienen. Olaf Hummel bedankte sich bei ihm für die langjährige Mitgliedschaft und die große Unterstüt-

Weihnachtsfeier 2007



Weihnachtsfeier 2007



Weihnachtsfeier 2007

zung des Vereins. Vladimir Tapal ist seit es „TSF Aktuell“ gibt der zuverlässige Mediendesigner bei der Gestaltung unserer Vereinszeitschrift sowie Herausgeber und Verteiler zugleich. Als dokumentierender Fotograf hat er alle wichtigen Sportereignisse seit vielen Jahren festgehalten und die TSF-Internetseite ständig in vorbildlicher Weise gepflegt. Auch als starker Läufer ist er aktiver Sportler. Im Namen aller TSF-Mitglieder bedankte sich Olaf Hummel für diese herausragenden Leistungen für den Verein und überreichte Vladimir Tapal einen Veranstaltungs-Gutschein für die Ticket-Box .

Zum Abschluß des offiziellen Programms ging es auf der Bühne etwas turbulent zu. Gabi Gützkow und Silvia Noecker unterstützt von Walli Diener und Kindern der Inliner-Gruppe und der Mädchenfußball-Gruppe mit Thomas Höll, musikalisch begleitet von Jovan Dobos, demonstrierten in gesungenen Reimen die Veränderungen des sportlichen Erscheinungsbildes (neudeutsch Outfit) der vergangenen 20 Jahre. Dazu mussten sich die teilnehmenden Kinder ständig umziehen und in neue Sportkleidung zwängen, um auf der Bühne Kür zu laufen. Die passende Kostümierung konnte Dank der gesammelten Bestände von Thomas Höll realisiert werden.

Mit der Präsentation aller an dieser Veranstaltung aktiv beteiligter TSF-Mitglieder auf der Bühne und dem Dank unseres neuen Vorstands für Verwaltung, Manfred Mußnug, wurde der organisierte Teil des Abends übergeleitet in die anschließende Geselligkeit mit Tanz. Gleich zu Anfang trat dabei unser langjähriger Sportfreund Antonio Liberati völlig spontan auf die Bühne und präsentierte sich als geübter Sänger und Stimmungsmacher unter großem Beifall des Publikums.

Mit netter Unterhaltung und in kleineren und größeren Gruppen wurde der Abend dann gegen 1.00 Uhr beschlossen und auch der Saal-Abbau und die Aufräumarbeiten mit vielen Helferinnen und Helfern noch vollzogen.

Zusammenfassend darf diese TSF-Weihnachtsfeier 2007 als gut gelungene Veranstaltung zur geselligen Kontaktpflege der Mitglieder und Familien untereinander bezeichnet werden.

Als für die Organisation der Veranstaltung verantwortlicher Vorstand möchte ich abschließend allen Mitwirkenden für die unkomplizierte Unterstützung und Gestaltung dieser Weihnachtsfeier ganz herzlich danken.

Lothar Graf



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

Inline Skating

Jahresausklang und Ausblick 2008

Zum Jahresausklang trafen sich die Skater auch dieses Jahr wieder zur Waldweihnacht. Um weihnachtlich einzustimmen, hatten viele fleißige Hände allerlei Leckereien vorbereitet: bei Glühwein, Punsch und Lebkuchen konnten alle ihren Hunger am wärmenden Feuer am Grillplatz in Stetten stillen. Auch ohne Schnee ließen wir uns die Vorfreude auf Weihnachten nicht nehmen.

Winterzeit heißt für uns Skater Hallenzeit! Auch im Winter legen die

Speedskater ihre Skates nicht in die Ecke. Samstags drehen sie in der Stadionhalle ihre Runden. Seit Januar steht zusätzlich freitags die Gymnasiumshalle für eine weitere Einheit zur Verfügung. Techniktraining, Schnelligkeitsübungen, Ausdauertraining und Spiele, wie Handball, Fußball, Rugby, Mensch ärgere dich nicht usw., natürlich alles auf Skates, dürfen in keinem Training fehlen, damit die Sportler Anfang Februar fit sind für den ersten süddeutschen Hallenwettkampf.

Inline Skating



Uwe Zeller
Abteilungsleiter
uwezeller@kabelbw.de



Den ersten Wettkampf der gerade gestarteten Saison haben unsere Jüngsten bei den Schweizer Hallenmeisterschaften am 13. Januar 2008 absolviert. Dabei konnten Tabea Maier mit einem Sieg in ihrer Altersklasse Jugend, sowie Lisa Sommnitz mit Platz 3 gleich zwei Podestplätze erkämpfen. Leonie Zeller wurde in ihrer Altersklasse Schülerinnen A sechste.

Für die Ba-Wü-Kadersportler finden in den Wintermonaten regelmäßig Kadertrainings an unterschiedlichen Stützpunkten statt. Ein Stützpunkt davon ist Tuttlingen, da die Tuttlinger Sportfreunde ständig mehrere Kadersportler stellen. In dieser Saison sind es fünf. (Leonie Zeller, Lisa Sommnitz, Tabea Maier, Miriam Kreiner, Max Kreiner). Am 5. und 6. Januar kamen die Kadersportler aus ganz Baden-Württemberg zu uns nach Tuttlingen. Am Samstag trainierten die E-Kader-Sportler, das sind die Sportler der Schülerklassen. Am Sonntag trainierten dann die Landeskader-Sportler ab der Jugendklasse (D-Kader). Die Trainer ließen sich wieder so manche Spielchen einfallen, so dass die Sportler mächtig ins Schwitzen kamen. Besonders für die Nachwuchssportler des E-Kaders war der Besuch im TuWass nach dem Training eine willkommene Abwechslung.

Zur Vorbereitung auf die Freiluftsaison stehen noch weitere Kadertrainings, wie das Wintertrainingslager in Rottenburg oder Bahntraining in Weinfelden/CH bis zum Frühling auf dem Terminkalender der Sportler. Manche fahren im März ins Trainingslager mit großem internationalem Wettkampf nach Frankreich und sind dann hoffentlich fit für die eigentliche Saison....

M. Sommnitz, A. Zeller





TSF-Combo – Weihnachtskonzerte 2007

Es ist schon seit mehr als einem Jahrzehnt Tradition, dass die Sportfreunde-Combo unter ihrem Bandleader Patrick Brohammer mit einem Benefiz-Konzert in der Weihnachtszeit zu Gunsten Hilfsbedürftiger um Spenden bittet. Einen Tag vor dem geplanten Konzert in Tuttlingen bzw. im Gemeindezentrum Stetten/Donau am Sonntag, dem 9. Dezember 2007,

hatte die Sportfreunde-Combo jedoch noch einen weiteren Auftritt in der katholischen Kirche in Ditzingen-Hirschlanden (Kreis Ludwigsburg).

Schon eine Woche vorher waren für dieses Benefizkonzert zur Unterstützung der katholischen Schule in Nazareth alle verfügbaren Plätze verkauft. Der „Ditzinger Anzeiger“ schreibt in seiner Ausgabe vom 20. Dezember 2007: „Wenn es nach dem begeisterten Publikum gegangen

wäre, hätten die drei durch donnernden Applaus geforderten Zugaben nicht ausgereicht“ und weiter „durch den Verzicht auf jegliche Gage kam mit den Eintrittsgeldern ein gespendeter Betrag von 1.506 Euro zusammen“. Mit Einnahmen aus der Bewirtung und der zusätzlichen Spenden ist die Summe schließlich auf über 2.000 Euro angewachsen. Diakon Röttinger bedankte sich abschließend bei Los Talismanes y Amigos für dieses schöne Konzert.

Nicht weniger erfolgreich war der zweite Abend am Sonntag. Einen solchen Ansturm hatte das Gemeindezentrum in Mühlheim-Stetten schon lange nicht mehr erlebt. Bürgermeister Jörg Kaltenbach konnte mehr als 300 Besucher begrüßen, die ein nicht alltägliches Konzert erleben durften.

Der gesamte Erlös, rund 3.000 Euro, wurde an Frau Frick für die „KiKo“ Kinderhilfe in Kolumbien, übergeben. Sie ist Gründerin des Zentrums für behinderte Kinder und Jugendliche in Kolumbien und schilderte eindrucksvoll ihre Arbeit.

Unter dem Motto „am Anfang steht immer ein Traum“, ist es der Sportfreunde-Combo, mit ihrem Bandleader Patrick Brohammer an der Spitze gelungen, ein mit Advents- und Weihnachtsliedern aus aller Welt bestücktes Programm auf die Beine zu

stellen. Es wurde von den zahlreichen Zuhörern aus der ganzen Region begeistert aufgenommen. Wie musikalisch vielseitig die Bandmitglieder einander ergänzten war fantastisch. Besonders die Gesangseinlagen waren es, die im adventlich geschmückten Gemeindezentrum eine festlich weihnachtliche Stimmung verbreiteten. Die stehenden Ovationen am Ende dankten es den Musikern und sie ihrerseits sparten nicht mit Zugaben.

Die Bewirtung, sowie die wunderschöne weihnachtliche Dekoration, übernahmen die Mitarbeiterinnen und Eltern des städtischen Kindergartens. Die Stadt Mühlheim stellte das Gemeindezentrum, sowie alles was dazugehört, kostenlos zur Verfügung.

Für die Tuttlinger Sportfreunde mit ihrer Combo ist es seit Jahren eine Selbstverständlichkeit geworden, mit den Konzerten Menschen in Tuttlingen und Umgebung auf die Weihnachtszeit einzustimmen und gleichzeitig notleidenden Kindern in der ganzen Welt zu helfen.

Rolf Brohammer



Jahresrückblick 2007 und Ausschau 2008

Ab und zu ist es ganz gut, wenn man eine Rückschau oder einen Rückspiegel benutzt, wie z. B. während einer Autofahrt bei einem Überholvorgang. Manchmal holt uns ungewollt die Vergangenheit wieder ein. Nach der christlichen Lehre heisst es, schaue nicht zurück, sonst wirst du zu einer Salzsäule, mitunder, mache drei Kreuze, segne die Vergangenheit! Leider lässt sich die Vergangenheit nicht mehr ändern. Wir tun aber gut daran an zwei Worten Grösse zu zeigen, das ist zu „**verzeihen**“ und zu „**vergeben**.“ Interessant ist die Jüdische Betrachtung, die sowohl eine vergangene wie zukünftige Schau spiegelt. Mit den Worten aus dem Talmud. Ähnliches findet sich in der Yogaphilosophie unter dem Be-

griff: „**Karma Yoga**.“

**Achte auf deine Gedanken,
denn sie werden deine Worte.
Achte auf deine Worte,
denn sie werden deine Taten.
Achte auf deine Taten,
denn sie werden deine Gewohnheiten.
Achte auf deine Gewohnheiten,
denn sie werden dein Charakter.
Achte auf deinen Charakter,
denn sie werden dein Schicksal.**

Es ist nicht ganz einfach damit umzugehen, denn ist es nicht so, dass wir die Schuld immer bei dem Anderen suchen! Keineswegs ist Krankheit immer nur körperlich zu sehen, sondern es gibt ja auch eine kranke



Heinz Pfindel
Übungsleiter
Heinz.Pfindel@t-online.de

Beziehung, kranke Finanzen oder ein Schicksal zu bewältigen.

Wenden wir uns der Yogapraxis zu. Mit einer Neuvorstellung der „**Yogarolle**“ konnte ich die Yogagruppen begeistern. So mancher Skeptiker musste nach seiner eigenen Überzeugung feststellen wie in kurzer Zeit eine wohltuende Wirkung vom Rücken wie Körper ausgeht. Ich halte diese Yogarolle aus eigener Erfahrung für Erwachsene wie für Kinder bestens geeignet. Speziell für Menschen mit Rundrückenhaltung ist die Yogarolle ein wunderbarer Ausgleich. Ich bin bereits angesprochen worden, ob ich das nicht patentieren lassen sollte! Wer Interesse an einer Yogarolle hat, kann sich an mich wenden, weise aber darauf hin, dass ich kein Wiederverkäufer bin.

Einen langen Atem braucht man für den Umgang mit dem Thema der **Bedingungslosen Liebe**, das aber sind eben die Herausforderungen..

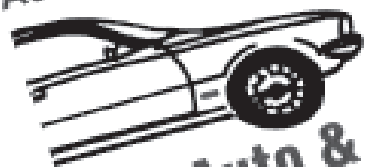
Die Meditative – Praxis bringt den Fortschritt. Das zeigt zumindest, Yoga ist nicht nur ein Körperübungsweg, sondern auch eine geistige metaphysische Anforderung. Mit dem Blick in die Zukunft, so bin ich der Meinung, das Jahr 2008 kann ein gutes Jahr werden, aber jeder findet seine individuelle Herausforderung. Unser Fokus sollte nicht nur auf eine wirtschaftliche Ausrichtung gerichtet sein, sondern die menschliche bzw. persönliche, spirituelle Entwicklung nicht vernachlässigen.

Unser Wissenschaftsglaube ist zur Zeit stark im Umbruch. Ich hatte in meinen vergangenen Beiträgen schon einmal darauf hingewiesen: Wer Augen hat der „**Sehe**“, wer Ohren hat der „**Höre**.“ D.h. wir haben auch ein geistiges, unser drittes Auge. Das ist die Stelle zwischen den beiden Augenbrauen. Ebenso unser inneres Ohr, die innere Stimme (Intuition). Selbst muss man ganz auf der Hut sein, da mancher Balken einem die Sicht versperren kann. Mit den Worten möchte ich allen TSF-lern, eine innere Weitsicht sowie eine innere Schau für das kommende Jahr wünschen. Viel Glück und Gesundheit!

Heinz Pfindel

PS: Wer an einer Yogaschnupperstunde teilnehmen möchte, ist herzlich willkommen!

Autolackiererei



**Lackier-
fach-
betrieb**
für Auto & Industrie
- Pulverbeschichtungen -

ANGELO

Oberflächentechnik GmbH

Stockacher Straße 166
78532 Tuttlingen

Tel.: (074 61)

7 96 52

Fax (074 61) 67 39

Angelo.GmbH@t-online.de



Schnelligkeit

natürlich...



braun druck & medien GmbH

Drucksachen im Digital- und Offsetdruck

- individuell und hochwertig -

Stockacher Straße 114 · 78532 Tuttlingen

Telefon 074 61/28 00 · Telefax 074 61/7 87 62

info@braun-medien.net

www.braun-medien.net

*Franziska Ramadani
Abteilungsleiterin
tsftut-franzi@online.de*



Happy New Year TSF Freunde!

Das neue Jahr beginnt für uns beim TSF mit Neuigkeiten. Es wird mit Sadat Ramadani ein neues Kursangebot bei den Sportfreunden geben.

Sadat Ramadani: Dan Träger (Schwarzgurt) im Tae Kwon Do, darin 6 Jahre lang Baden-Württembergischer Meister, Erfahrener in SV (Selbstverteidigung), Kickboxen, Wing Tsung und 12 Jahre lang Kunstturnen bietet immer mittwochs von 20.30 - 21.30 Uhr in der neuen Lurs-Sporthalle **„Nicht mit mir! SV“ Selbstverteidigung für jedermann an.**

Ob Mädchen auf dem nach Hause Weg, Junge auf der Strasse, Rentner mit Stock oder ältere Dame mit Regenschirm, jeder kann hier erlernen, sich selbst zu verteidigen. Aber auch jeder andere gewinnt dadurch Selbstvertrauen und Sicherheit. Nebenbei treibt man Sport um sich fit zu halten. Viel Spaß dabei!

Zudem gibt es noch eine weitere neue Möglichkeit, sich sportlich auszupowern.

Franziska Ramadani: Tae Box, Kickbox Aerobic, Budorobic und MA-Aerobic Instructor gibt eine neue Trainingseinheit mit dem Kursnamen **„Tae Box fight & fun“**. Immer montags von 19.30 – 20.30 Uhr in der neuen Lurs-Sporthalle habt ihr die Möglichkeit, Kampfsport zu rhythmischen Beats zu erlernen und auszuüben. Hier kann geschwitzt werden wie nie zuvor. Kondition, Koordination, Fitneß und Spaß am Erreichen der eigenen Grenzen ist hier das Ziel.

Wir werden auch das Demoteam für den TSF sein. Geeignet für alle körperlich gesunden Teilnehmer ab 16 Jahren ob männlich oder weiblich. Ich freue mich sehr auf euer kommen. Eure Franzi.

Wir beide freuen uns sehr über neue Trainingspartner.

Kommt einfach mal vorbei.

SADAT & FRANZI

PS: Der **„Tae Box“** Kurs jeweils montags von 19.30 – 20.30 Uhr in der Mühlau-Sporthalle unter der bisherigen Leitung von Rebecca Martin wird weitergeführt. Neue Kursleiterin ist Claudia Menzel.

Inserenten in „TSF Aktuell“

AOK – Die Gesundheitskasse für den Landkreis Tuttlingen, Karlstr. 2, 78532 Tuttlingen

ANGELO Oberflächentechnik GmbH, Stockacher Strasse 166, 78532 Tuttlingen

braun druck & medien GmbH, Stockacher Strasse 114, 78532 Tuttlingen

CHIRON-WERKE GmbH & Co. KG, Kreuzstrasse 75, 78532 Tuttlingen

Dieter Wolf, Ingenieurbüro für Bauwesen, Unter Jennung 33, 78532 Tuttlingen

Fahrschule Sieghart Krist, Oberamteistrasse 23, 78532 Tuttlingen

Glück Karl-Eugen, Damen und Herrensalon, Bahnhofstr. 62, 78532 Tuttlingen

HAENSEL-ELEKTRIK, Fürstensteinweg 15, 78532 Tuttlingen

INTERSPORT BUTSCH, Carl-Zeiss-Strasse 2, 78532 Tuttlingen

Klaus Priebe, Malergeschäft, Fürstensteinweg 1, 78532 Tuttlingen

Kreissparkasse Tuttlingen, Bahnhofstrasse 89, 78532 Tuttlingen

Metzgerei Erik Bühler, Bahnhofstrasse 83, 78532 Tuttlingen

Müller Orthopädie-Schuhtechnik, Untere Vorstadt 22-24, 78532 Tuttlingen

M. Mußgnug, Außenwirtschaftsberatung Übersetzungen, Jahnstr. 28, 78532 Tuttlingen

N.E.R.Z. Zweirad-Center, Ludwigstalerstrasse 77, 78532 Tuttlingen

Restaurant Engel, Obere Hauptstrasse 4, 78532 Tuttlingen

Ristorante Pizzeria Pomodoro, Karlstr. 28, 78532 Tuttlingen

Tuttlinger Kleiderpflege, Andrea Hellmann, Königstr. 14, 78532 Tuttlingen

Volksbank Tuttlingen, Am Seltenbach 15, 78532 Tuttlingen

Moderner Internetauftritt für die Tuttlinger Sportfreunde

Liebe Sportfreundinnen und Sportfreunde,
pünktlich zu Beginn des neuen Jahres ist die Neugestaltung des TSF-Internetauftritts online gegangen. Neben einem neuen, zeitgemäßen Design präsentieren sich nun die einzelnen Abteilungen der Sportfreunde mit ihren News, Terminen und Sportangeboten.

Herzstück der neuen Internetseiten ist ein zum Einsatz gekommenes CMS-System (Content Management System), das zur einfachen Pflege und Aktualisierung des Webauftritts dient. Somit können nun die einzelnen Beauftragten der Abteilungen ihre jeweiligen News und Termine oder auch komplette Bildergalerien schnell, einfach und ohne HTML-Kenntnisse selbst einpflegen. Denn nur ein aktuell gepflegter Internetauftritt beschert dem Betreiber auch die Besucherzahlen, auf die es ja schließlich ankommt.

Über eine Login-Seite gelangen die „Redakteure“ in den Backend-Bereich des CMS-Systems. Hier können Sie nun online, je nach Rechtevergabe, Texte oder Bilder einzelner Seiten ändern, komplette Seiten neu anlegen oder aber News und Termine ins System einpflegen, die dann sofort ziel- und termingerecht in den jeweiligen Sparten der Abteilungen erscheinen.

Viel Spaß beim surfen
S. Binder
Webmaster



Qualität und Frische
aus Ihrer
Metzgerei Erik
Bühler



Bahnhofstraße 83
78532 Tuttlingen
Telefon 84 30





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

Fit bis ins hohe Alter

In Deutschland leben zur Zeit 16 Millionen Menschen über 60 Jahre. Der Anteil der Älteren wird in den nächsten Jahren so deutlich ansteigen, wie noch nie in der neueren Geschichte. So und ähnlich liest man in der Presse oder hört es in den Medien.

Diese neue Altersverteilung in der Gesellschaft fordert von den Vereinen eine Neuorientierung in der Angebotsstruktur. Jeder Vereinsvorstand wird sich Gedanken darüber machen müssen, mit welchen Prioritäten er in Zukunft die finanziellen Mittel investiert oder neue Angebote ausschreibt. Es gilt frühzeitig die zukünftigen „Alten“ zu erreichen und dauerhaft an sich zu binden, d. h. sich dementsprechend auf deren Bedürfnisse einzustellen. Die Älteren wollen geistig nicht stehen bleiben, sie möchten in Bewegung bleiben. Körperliche Fitness und geistige Aktivität wird angestrebt.

In unserem Verein wird viel unternommen, diesem Wandel zu entsprechen. Wir verfügen über ein breit gefächertes Angebot. Walking, Nordic-Walking, Lauftreff, Seniorensport, Wassergymnastik und neuerdings Pilates sind Angebote, die von der älteren Generation sehr gut angenommen werden.

Wir Übungsleiter sind aufgerufen, nicht müde zu werden, uns fortzubilden, um den Ansprüchen gerecht und mit dem Verein noch attraktiver zu werden. Sport sorgt für mehr Lebensqualität durch soziale Kontakte und gemeinsame Veranstaltungen. Hier sind wir alle aufgerufen, unserer Kreativität freien Lauf zu lassen.

Helga Krichel

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!



VOLKSBANK
DONA-U-NECKAR

Wir begrüßen unsere neuen Mitglieder!

Becker, Karim	KiTurnen	Liebermann, Kerstin	Mädchenfussball
Eigenthaler, Käthe	Seniorenport	Lubina, Suzana	Mädchenfussball
Gettinger, Anna	TaeBox	Parlak, Pakize	Aerobic
Greiner, Seniz	Mädchenfussball	Riess, Gloria	Mädchenfussball
Haase, Daniela	Aerobic	Röther, Lucas	KiTurnen
Hermann, Franziska	Mädchenfussball	Ulrich, Michaela	Mädchenfussball
Jetter, Florian	KiTurnen		
Kail, Erik	KiTurnen		
Kail, Viktor	KiTurnen		
Kittler, Gerda	Nordic Walking		
Klaiber, Bastian	KiTurnen		
Kornmayer, Markus	Badminton		
Kühne, Samuel	KiTurnen		



Herzlichen Glückwunsch zum Geburtstag!

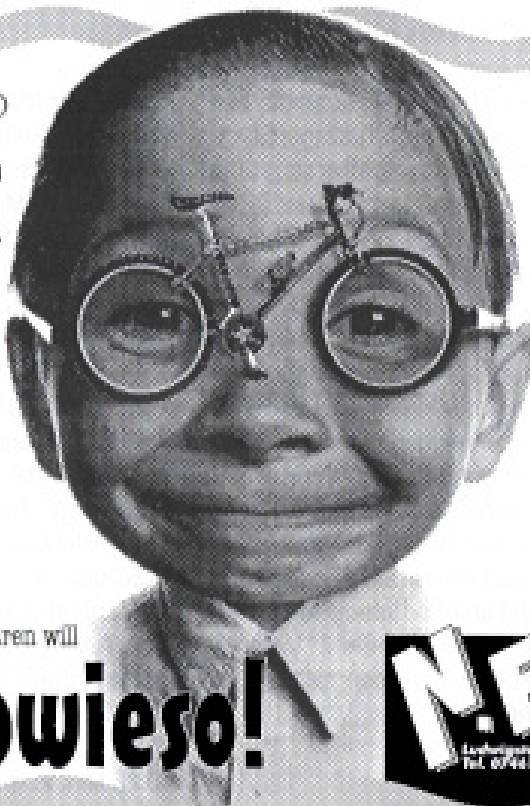
40 Andrea Hellmann	22.11.1967
40 Christina Kammerer	16.01.1968
40 Yvonn Naso	23.12.1967
50 Brigitte Freutel	08.01.1958
50 Michaela Hechtle	04.01.1958
60 Irene Nörpel	04.01.1948
60 Hugo Straub	10.12.1947
60 Walter Witzemann	01.01.1948
65 Gert Hofmann	11.11.1942
65 Helga Krichel	15.12.1942
70 Susanne Nädele	01.11.1937
70 Margarita Pfender	18.01.1938
85 Hildegard Hilzinger	24.12.1922



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

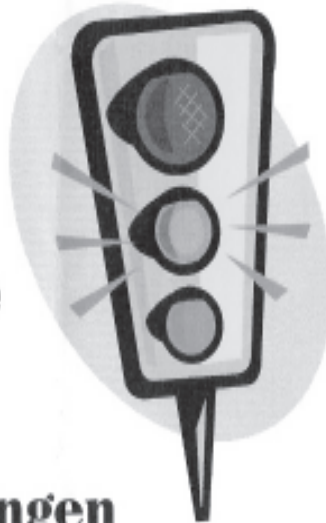
Anmeldung und Info jederzeit möglich.

Tel. 07461/77788

Oberamteistr. 23 78532 Tuttlingen

Scheffelstr. 9 78570 Mühlheim

Tel. 07463/991800



Vorstandschaft

Präsident: Olaf Hummel

Königstraße 55, Tuttlingen
ra@hummel-tut.de
Tel. 07461-9 35 00 Fax 07461-9 35 08

Sportbetrieb: Thomas Höll

Kolpingweg 54, Tuttlingen
Thomas-Hoell@online.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.com
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
Edmund.Graf@kabelbw.de
Tel. 07461-81 31 Fax 07461-81 80

Referentin Personal und Fortbildung

Elke Beiswenger
Balingen Str. 29, Tuttlingen
Elke.Beiswenger@tuttlinger-hallen.de
Tel. 07461-77 95 3

Erweiterte Vorstandschaft

Herrenfußball: Jovan Dobos

Rumpelstilzchenweg 7, Tuttlingen
dobajo@web.de
Tel. 07461-140 888

Mädchenfußball: Thomas Höll

Kolpingweg 54, Tuttlingen
Thomas-Hoell@online.de
Tel. 0170-58 62 98 9

Erweiterte Vorstandschaft

Badminton: Claudius Hilzinger

Brunnentalstr. 144, Tuttlingen
C.Hilzinger@versanet.de
Tel. 07461-76 08 911

Gymnastik: Franziska Ramadani

Duttentalstraße 42, Tuttlingen
tsftut-franzi@online.de
Tel. 07461-16 59 85

Inline Skating: Uwe Zeller

Im Koppenland 90/1, Tuttlingen
UweZeller@kabelbw.de
Tel. 07461-77 08 95

Gesundheitssport: Rita Wäschle

Klippeneckstr. 14, Tuttlingen
Rita.Waeschle@kabelbw.de
Tel. 07461-46 05

Ausschuß

Dieter Keilbach

Dieter.Keilbach@ksk-tut.de
Eugenstraße 25, Nendingen
Tel. 07461-700 21 00

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

Karpfenstraße 4, Wurmlingen
Tel. 07461 - 77 03 14

Wolfram Kurz, Kurz.Wolfram@t-online.de

Am Eichbühl 56, Tuttlingen
Tel. 07461 - 16 38 92

Silvia Noecker, SilviaNoecker@web.de

Kraftsteinweg 3, Tuttlingen
Tel. 07461-45 60

Irene Nörpel

Beethovenstraße 2, Rietheim
Tel. 07461-87 29

Wolfgang Peters, petzi0408@web.de

Sonnhalde 11, Möhringen
Tel. 0152-04 58 72 94

Silvia Steinert, Silvia-Steinert@gmx.de

Kolpingweg 38, Tuttlingen
Tel. 07461-78 02 31

Gisela Waizenegger, g-w@gmx.net

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 in Euro	
Aerobic Gisela Waizenegger	07461-1 25 18 ganzjährig	Donnerstag	LURS-Turnhalle	19:00 - 20:00 Uhr	12,00	30,00
Badminton Claudius Hilzinger	07461-76 08 91 1 ganzjährig	Montag	Mühlau-Sporthalle	19:00 - 22:00 Uhr	kostenlos	30,00
	ganzjährig	Donnerstag	Mühlau-Sporthalle	20 :00 - 22:00 Uhr	kostenlos	30,00
Arved Pietsch, Jugend Anfänger	07461-7 35 82 ganzjährig	Dienstag	Holderstöckle-Halle	17:15 - 18:00 Uhr	kostenlos	30,00
Jugend Fortgeschr.	ganzjährig	Dienstag	Holderstöckle-Halle	18:00 - 19:00 Uhr	kostenlos	30,00
Figur-Step Isa Brückler	ganzjährig	Donnerstag	Holderstöckle-Turnh.	19:00 - 20:00 Uhr	12,00	30,00
Funktionsgymnastik Helga Krichel	07461-77 03 14 ganzjährig	Mittwoch	Schildrain-Turnhalle	19:30 - 20:30 Uhr	12,00	30,00
Herrenfußball Jovan Dobos	07461-140 888 Mai - Oktober	Donnerstag	Umläufe	20:00 - 22:00 Uhr	kostenlos	erwünscht 3)
	Oktober - April	Donnerstag	IKG-Sporthalle	20:30 - 22:00 Uhr	kostenlos	erwünscht 3)
Herz-/Diabetikersport 1) Elke Beiswenger	ganzjährig	07461-77 95 3 Donnerstag	Schildrain-Turnhalle	18:30 - 20:15 Uhr		
Inline Skating Inlinetreff	Sommer	Mittwoch	Parkplatz K. Storz Endosk.	ab 18:00 Uhr	kostenlos	erwünscht 3)
Training	Winter	Freitag	IKG-Sporthalle	17:30 - 20:00 Uhr	kostenlos	erwünscht 3)
Training	Winter	Samstag	Stadionsporthalle	14:00 - 17:00 Uhr	kostenlos	erwünscht 3)
Alwin Wax, Uwe Zeller, Dirk Somnitz	07461-78 77 1 07461-77 08 95 07424-50 28 63					
Jazztanz Conny Tolk	07461-16 07 87 ganzjährig	Dienstag	Schildrain-Turnhalle	20:00 - 21:30 Uhr	12,00	30,00
Kinderfußball Silvia Steinert	6-10 jährige ganzjährig	07461-78 02 31 Donnerstag	Holderstöckle-Turnh.	17:15 - 18:00 Uhr	kostenlos	erwünscht 3)
Kinderturnen Silvia Steinert	3-6 jährige ganzjährig	Donnerstag	Holderstöckle-Turnh.	16:30 - 17:15 Uhr	kostenlos	erwünscht 3)
Lauftreff Oskar Martin	07461-7 21 42 April-September	Dienstag	Parkplatz-Hardt	19:00 - 20:30 Uhr	kostenlos	erwünscht 3)
	Oktober-März	Dienstag	IKG-Sporthalle Eing.	19:00 - 20:30 Uhr	kostenlos	erwünscht 3)
Mädchenfußball Thomas Höll	0170-58 62 98 9 April - November	Mo, Do	Umläufe	18:00 - 19:30 Uhr	kostenlos	erwünscht 3)
	November - März	Donnerstag	IKG-Sporthalle	19:00 - 20:30 Uhr	kostenlos	erwünscht 3)
Nordic Walking Senioren/Anfänger	R. W. 07461-46 05 Winterzeit	Montag	Pizzeria Luigi	14:30 - 16:00 Uhr	12,00	30,00
Rita Wäschle	Sommerzeit	Montag	Pizzeria Luigi	16:30 - 18:00 Uhr	12,00	30,00
Geübte	R. E. 07461-78 27 1					
Rebecca Eberhart	Winterzeit	Mittwoch	Pizzeria Luigi	15:00 - 16:30 Uhr	12,00	30,00
	Sommerzeit	Mittwoch	Pizzeria Luigi	18:30 - 20:00 Uhr	12,00	30,00
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	30,00
Werner Ries	Sommerzeit	Dienstag	Pizzeria Luigi	18:30 - 20:00 Uhr	12,00	30,00

Trainingszeiten (siehe auch www.tsftut.de)

Kursart Kursleitung	Zeitraum Telefon	Wochentag	Ort	Zeit	Kosten / Quartal Mitglieder Gäste in Euro	
Pilates	07461-77 03 14					
Helga Krichel	ab Jan. 2008	Montag	Haus der Senioren	10:30 - 11:30 Uhr	30,00	
Helga Krichel	ab Jan. 2008	Mittwoch	Schildrain-Turnhalle	20:30 - 21:30 Uhr	30,00	
Selbstverteidigung	S.R. 07461-16 59 85					
Sadat Ramadani	ganzjährig	Mittwoch	LURS-Turnhalle	20:30 - 21:30 Uhr	12,00	30,00
Senioren-sport	07461-77 03 14					
Helga Krichel	ganzjährig	Montag	Haus der Senioren	09:15 - 10:15 Uhr	12,00	30,00
Step-Mix						
Isa Brückler	ganzjährig	Donnerstag	Holderstöckle-Turnh.	18:00 - 19:00 Uhr	12,00	30,00
Tae Box fight & fun	R.M. 07461-91 02 36 7		F.R. 07461-16 59 85			
Franziska Ramadani	ganzjährig	Montag	LURS-Turnhalle	19:30 - 20:30 Uhr	12,00	30,00
Walking	07462-78 64					
Peter Hauser	ganzjährig	Montag	Umläufle	19:00 - 20:00 Uhr	kostenlos	30,00
Wassergymnastik	07461-77 03 14					
Helga Krichel	ganzjährig	Mittwoch	TUWASS b. der gelben Rutsche	11:45 - 12:30 Uhr	kostenlos	30,00
Yoga 2)	07463-59 26				Kosten / Kurs	
Heinz Pfindel	ganzjährig	Mittwoch	Gem.-Haus St. Josef	17:30 - 19:00 Uhr	45,00	75,00
				19:15 - 20:45 Uhr	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

3) Gäste sind willkommen (kostenloses Schnuppern ist max. 4 Wochen lang möglich)

Teilnahme an 2 Kursen: 15,00 Euro / Quartal / Mitglied

Teilnahme an 3 und mehr Kursen: 18,00 Euro / Quartal / Mitglied

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 55,-
Familienbeitrag	Euro 75,-
Mitglieder über 60 Jahre	Euro 35,-
Ehepaare über 60 Jahre	Euro 55,-

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, Pilates = 21

Weitere Personen beim Familienbeitrag:

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

Einzugsermächtigung für den Jahresbeitrag

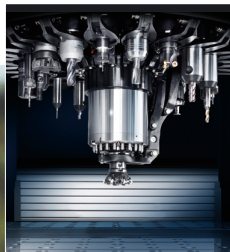
Bankname: Anschrift:

BLZ: Konto-Nr.:

Kontoinhaber:

(Unterschrift Mitgliedschaft)

(Unterschrift Bankeinzug)



- Innovationen
- Technologien
- CNC-Präzisionsmaschinen
- Automation
- Komplettlösungen
- Dienstleistungen

Wer siegen will, muss schneller sein!

Vorsprung in Sekunden

Fertigungszentren „Made by CHIRON“ sind in den metallverarbeitenden Branchen weltweit erste Wahl: in kleinen und mittleren Unternehmen wie in Großkonzernen, überall dort, wo es um qualitativ hochwertige Zerspanung von Werkstücken zu minimalen Stückkosten geht.

Als Hersteller vertikaler CNC-Präzisionsmaschinen und Anbieter von schlüsselfertigen Komplettlösungen arbeiten wir bei CHIRON hart und professionell an einem Ziel: der Spitzenposition für unsere Kunden.

chiron

**CHIRON-WERKE
GmbH & Co. KG**
Kreuzstraße 75
D-78532 Tuttlingen
Tel. 0 74 61-940 0
Fax 0 74 61-940 8 000

www.chiron.de



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.**