

TST

AKTUELL

Juni 2008



Erster Trainingstag der neu gegründeten TST-Triathlongruppe

Tuttlinger Sportfreunde e. V. 1965

 Sportlerehrung 2008



Matthias Schwierz

Verein: Tuttlinger Sportfreunde
Sportart: Speedskating

Sportliche Erfolge 2007:

- 5. Platz, Weltmeisterschaften, 200 m Sprint Straße
- 10. Platz, Weltmeisterschaften, 5000 m Staffel Straße
- 12. Platz, Weltmeisterschaften, 500 m Sprint Straße
- 17. Platz, Weltmeisterschaften, 300 m Sprint Bahn
- 21. Platz, Weltmeisterschaften, 300 m Sprint Bahn
- 32. Platz, Weltmeisterschaften, 1000 m Sprint Bahn
- 78. Platz, Weltmeisterschaften, Marathon
- 2. Platz, Europameisterschaften, 200 m Sprint Straße
- 2. Platz, Europameisterschaften, 500 m Sprint Straße
- 4. Platz, Europameisterschaften, 300 m Sprint Bahn
- 6. Platz, Europameisterschaften, 500 m Sprint Bahn
- 1. Platz, Deutsche Meisterschaften, 300 m Sprint Bahn
- 1. Platz, Deutsche Meisterschaften, 1.500 m Sprint Bahn
- 1. Platz, Deutsche Meisterschaften, 500 m Sprint Bahn
- 4. Platz, Deutsche Meisterschaften, 5000 m Bahn

Fachbereich Sport, Freizeit und Kultur

 Sportlerehrung 2008



Christel Kreiner

Verein: Tuttlinger Sportfreunde
Sportart: Speedskating

Sportliche Erfolge 2007:

- 7. Platz, World-Masters Speedskating-Marathon, Altersklasse 40
- 9. Platz, European Masters Speedskating-Straße, Altersklasse 40

Fachbereich Sport, Freizeit und Kultur

 Sportlerehrung 2008



Lena Somnitz

Verein: Tuttlinger Sportfreunde
Sportart: Speedskating

Sportliche Erfolge 2007:

- 2. Platz, Deutsche Inline-Halbmarathon-Meisterschaften, Juniorinnen B
- 1. Platz, Baden-Württembergische Meisterschaften, 2000 m, Junioren B
- 2. Platz, Baden-Württembergischer Sprintcup, Damen

Fachbereich Sport, Freizeit und Kultur

 Sportlerehrung 2008



Max Kreiner

Verein: Tuttlinger Sportfreunde
Sportart: Speedskating

Sportliche Erfolge 2007:

- 5. Platz, Deutsche Meisterschaften, 300 m Einzelsprint
- 2. Platz, Süddeutsche Meisterschaften, 500 m
- 1. Platz, Baden-Württembergischer Sprintcup, Herren

Fachbereich Sport, Freizeit und Kultur

 Sportlerehrung 2008



Lisa Somnitz

Verein: Tuttlinger Sportfreunde
Sportart: Speedskating

Sportliche Erfolge 2007:

- 1. Platz, Deutsche Nachwuchsbesten Meisterschaften, Geschicklichkeit
- 5. Platz, Deutsche Nachwuchsbesten Meisterschaften, 30 m Sprint
- 5. Platz, Deutsche Nachwuchsbesten Meisterschaften, 300 m
- 1. Platz, Süddeutsche Meisterschaften, 1000 m
- 1. Platz, Süddeutsche Meisterschaften, Staffel
- 2. Platz, Süddeutsche Meisterschaften, 40 m
- 2. Platz, Baden-Württembergische Meisterschaften, 1000 m
- 2. Platz, Baden-Württembergische Meisterschaften

Fachbereich Sport, Freizeit und Kultur

 Sportlerehrung 2008



Leonie Zeller

Verein: Tuttlinger Sportfreunde
Sportart: Speedskating

Sportliche Erfolge 2007:

- 4. Platz, Deutscher Nachwuchsbestenwettbewerb, Geschicklichkeit
- 6. Platz, Deutscher Nachwuchsbestenwettbewerb, 30 m Sprint
- 2. Platz, Süddeutsche Meisterschaften, 300 m, Schülerinnen B
- 3. Platz, Süddeutsche Meisterschaften, 40 m Sprint, Schülerinnen B
- 1. Platz, Baden-Württembergische Meisterschaften, 300 m

Fachbereich Sport, Freizeit und Kultur

 Sportlerehrung 2008



Tabea Maier

Verein: Tuttlinger Sportfreunde
Sportart: Speedskating

Sportliche Erfolge 2007:

- 1. Platz, Süddeutsche Meisterschaften, 1000 m Staffel, Schülerinnen
- 2. Platz, Süddeutsche Meisterschaften, 1000 m, Schülerinnen A

Fachbereich Sport, Freizeit und Kultur

 Sportlerehrung 2008



Karl Leibinger

Verein: Deutscher Alpenverein e.V.
Sportart: Bergsteigen

Sportliche Erfolge 2007:

- Deutsche Erstbesteigung des Koskulak 7084m über die Westflanke im chin. Kuen Lun Gebirge. Dies war die erste Skibesteigung dieses Gipfels.



Fachbereich Sport, Freizeit und Kultur

Inhalt

Sportlerehrung 2008	0
Ansichten - Einsichten	2-3
Herrenfussball	5
Lauftreff	7-13
Badminton	14-17
Walking und Nordic-Walking	19-21
Triathlon	22-23
Jazztanz	25
Walking	26-27
Inline-Skating	28-30
Yoga	31-33
Venedig von BW	34-35
Funktionsgymnastik	36-37
Sponsoren „TSF-Gala 2008“	38
Inserenten im 	38
Neue Mitglieder	39
Runde Geburtstage	39
Vorstandschaft	41
Erw. Vorstand + Ausschuß	41
Trainingszeiten	42-43
Mitgliedsbeiträge	43
Beitrittserklärung	44

Impressum



Vereinsmitteilungen der TSF
Auflage: 1200 Stück

Redaktionelle Mitarbeit:

E. Beiswenger, J. Dobos, C. Fritz,
L. Graf, P. Hauser, C. Hilzinger,
H. Krichel, O. Martin, M. Mussgnug,
H. Pfindel, M. Sommnitz, V. Tapal,
C. Tolk, A. Zeller

Redaktionsschluß für die nächste
TSF Aktuell-Ausgabe: **22.09.2008**

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



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

Verehrte Leser unserer Vereinszeitschrift, liebe Sportfreundinnen, liebe Sportfreunde,

„es ist etwas Besonderes, ein Sportfreund zu sein“. Dieser Satz wurde anlässlich des Hallensporttags 2006 von unserem Präsidenten Olaf Hummel geprägt. Dieser Satz ist aber auch Verpflichtung für alle TSF-Mitglieder in und mit unserem Verein das Besondere zu bieten und damit die kulturelle Szene in Tuttlingen zu ergänzen und zu bereichern. Eine Aufgabe, die Engagement von allen aktiven Mitgliedern fordert und vielfach ehrenamtlich geleistet wird. Erst vor wenigen Tagen hat mir Siegfried Hechtle in einem Gespräch vermittelt, dass bei den Sportfreunden vordergründig immer „Sport und Spaß“ eine tragfähige Symbiose gebildet und damit zum Erfolg geführt haben.

Ein kultureller Höhepunkt in Tuttlingen waren über viele Jahre die von Siegfried Hechtle und später von Rolf Brohammer mit viel Engagement or-

ganisierten Jahresabschlussbälle in der alten Festhalle. Nicht nur Sportfreunde sondern auch viele Tuttlinger Bürger schwärmen heute noch von diesem gesellschaftlichen Ereignis jeweils vor Weihnachten. Ohne „Beziehungen“ war früher kaum an eine Eintrittskarte zu kommen. Dies hat sich inzwischen nicht nur bei den Tuttlinger Sportfreunden geändert. Hintergrund dieser Entwicklung sind ständig steigende Kosten und immer weniger Bereitschaft zu ehrenamtlichem Engagement. Wegen der hohen Ansprüche des durch Funk und Fernsehen verwöhnten Publikums kommt heute allerdings auch das ehrenamtliche Engagement nicht mehr so sehr zum Tragen und die Kosten einer attraktiven Veranstaltung steigen in Größenordnungen, die ein Verein aus seinen Mitgliedsbeiträgen nicht mehr finanzieren kann. Dies hat dazu geführt, dass in den vergangenen beiden Jahren die Tuttlinger Sportfreunde auf die Durchführung eines Jahresabschlussballs verzichten mussten.

Für dieses Jahr wurde daher in der Vorstandssitzung am 13.02.08 beschlossen, dass ein Jahresabschlussball nur dann durchgeführt werden kann, wenn er für den Verein kostenneutral zu bewältigen ist. Dabei musste der Veranstaltungsort Alte Festhalle ausgeschlossen werden, weil die erforderliche Anzahl Helferinnen und Helfer nicht mehr verfügbar

ist. Mit einer ersten Kalkulation wurden die Gesamtkosten für eine Veranstaltung in der Stadthalle ermittelt und der entstehende Fehlbetrag abgeschätzt. Im Ergebnis war damit deutlich, dass ein Jahresabschlussball nur mit Sponsoren durchgeführt werden kann. Für mich als Vorstand für Veranstaltungen war die Aufgabe damit klar umrissen, ich musste mich als TSF-Bettler an die örtliche Industrie und die Gewerbetreibenden wenden und um Unterstützung bitten. In diesem Zusammenhang habe ich manchen inneren Kampf mit mir selbst ausgestanden.

Zur großen Freude des gesamten TSF-Vorstands hat Herr Prof. Ungethüm meinen Sponsorenbrief beantwortet und mir mitgeteilt, dass für die am 06. Dezember 2008 stattfindende „TSF-GALA-2008“ die Firma AESCULAP AG als Hauptsponsor auftreten wird. Die weiteren und bis jetzt bekannten Sponsoren dieses Jahresabschlussballs sind auf Seite 38 aufgelistet. Im Namen der TSF-Vorstandschafft bedanke ich mich hiermit ganz herzlich bei allen Sponsoren und Gönnern unseres Vereins sowie bei Herrn Oberbürgermeister Beck für die großzügige Unterstützung. Wir gehen davon aus, dass wir zukünftig die Tradition der TSF-Jahresabschlussbälle wieder fortsetzen können und damit zur kulturellen Bereicherung in unserer Heimatstadt beitragen werden.

Die „TSF-GALA-2008“ soll eine Veranstaltung mit hohem Unterhaltungswert durch professionelle Künstlerauftritte werden, dabei wird Kabarett und Music-Comedy der eine Programmteil sein. Der andere und zeitlich überwiegende Teil des Abends ist auf Geselligkeit, persönliche Begegnungen und Unterhaltung ausgerichtet ergänzt mit gepflegtem Gesellschaftstanz im Stil des ehemaligen und damals in Tuttlingen sehr geschätzten Café Schlack. Gemeint ist erträgliche Lautstärke der Tanzmusik und kleine Tanzpausen nach drei Musiktiteln mit der Möglichkeit, den wechselnden Pflichten des Abends auf der Tanzfläche nachzukommen. Damit wird beim Tanzen nicht nur körperliche sondern auch akustische Kommunikation ermöglicht. Viele Tuttlingerinnen und Tuttlinger werden bei diesem Ball die Erinnerungen aus alten Zeiten austauschen.

Versäumen Sie also nicht, in Ihrem Kalender den 6. Dezember mit „TSF-GALA-2008“ zu markieren und Freunde und Bekannte zur Teilnahme zu animieren. Der TSF-Vorstand freut sich auf viele Gäste.

Lothar Graf
Vorstand Veranstaltungen

Die Schönheit ist
wie die Liebe, *Leben- & Harmonien*
je mehr sie
gepflegt wird, *Kopf- & Herzen*
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

Fussball ist für uns ein Hobby



Herrenfussball



*Jovan Dobos
Abteilungsleiter
dobajo@web.de*



Liebe Sportfreunde,

die Begeisterung für den Fussball gibt es überall auf der Welt. Unsere Leidenschaft für diesen dynamischen Mannschaftssport verbindet uns hier in Tuttlingen mit Millionen von Menschen in Deutschland und über den ganzen Globus hinweg.

Für uns steht das Spiel und der Spaß im Vordergrund. Wir trainieren regelmäßig, einmal in der Woche, und zwar immer am Donnerstag. Der sportliche Ausgleich tut jedem von uns gut und fördert zugleich die Gemeinschaft und zwar generationenübergreifend. So spielen bei uns Väter und Söhne im Alter zwischen 20 und 55 Jahren zusammen.

Fussball ist für uns ein Hobby. Daher führen wir keine Punktspiele durch. Gelegentlich nehmen wir an Turnieren in der näheren Umgebung teil.

In den Sommermonaten, von April bis Oktober, trainieren wir immer donnerstags 19.30-22.00 Uhr im Umläufle.

In den Wintermonaten, von November bis März, trainieren wir um 20.30-22.00 Uhr in der Gymnasiumhalle (IKG).

Jovan Dobos



INTERSPORT[®] **BUTSCH**

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



dimeda[®]

SURGICAL INSTRUMENTS

DIMEDA Instrumente GmbH

Gänsäcker 54 - 58

D-78532 Tuttlingen

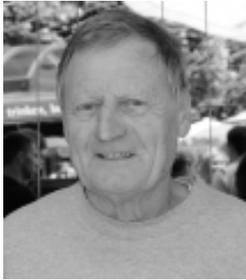
Tel +49 (0) 7462 9461-0

Fax +49 (0) 7462 9461-33

info@dimeda.de - www.dimeda.de



Oskar Martin
Berichterstatler
O.Martin@TSFtut.de



Liebe LangstrecklerInnen,

das Großereignis **run & fun** 2008 ist passé, übrig bleibt die Gewissheit, dass alles, aber auch alles vorzüglich geklappt hat.

Auch die Teilnehmer unseres Vereins haben sich wacker geschlagen, sei es im Marathon, Halbmarathon, im 10 km Lauf oder auch in einer Stafel. Nachdem auch dieses Jahr der Gränzbote, die AOK und das Sportgeschäft Butsch wieder mit im Boot saßen, war die exakte und störungsfreie Durchführung der verschiedenen Wettbewerbe gewährleistet. Und mit der hervorragenden Organisation von Thomas Ulrich und von unserem Rolf Brohammer konnte ja auch nichts schiefgehen. Die positiven Presseberichte der letzten Tage bestätigen das Gesagte eindrücklich. Die Lokalpresse hat nun ausführlich die Geschehnisse kommentiert, so dass uns nur übrig bleibt, unsere Sportler in den Laufwettbewerben und Walkingläufen zu nennen.

Holen wir etwas aus: Nach dem Meeting Anfang April in den AOK Räumen

wurden drei Neulinge-Läufergruppen geschaffen, die von vier erfahrenen Langstrecklern betreut wurden. Nach einem ersten Schnupperlauf in den Donaugefilden wurde der Trainingsort zu unserem "Hausberg" Hardt/Brend verlagert. Gleich zum Auftakt konnte man zusammen mit unseren angestammten Langstrecklern 52! Laufwillige sehen.

So ging es weiter! Ein wahrhaft erfreuliches Bild. An den darauffolgenden Dienstagen 45, 40, 35, in dieser Woche wieder 35 Sportler. Was sagte uns das: **run & fun** kann kommen! Natürlich hoffen wir von den Sportfreunden, dass auch einige nach den Lauf Tagen den Weg zu uns finden. Haben doch alle das interessante und schöne Hardt/Brend Gelände mit dem schönen Hochwald und dem welligen, abwechslungsreichen Kurs kennen gelernt. In der Gruppe, unter fachkundiger Führung zu laufen bietet doch mehr Freude als allein durch die Gegend zu rennen.

Am Donnerstag, dem 8. Mai fanden in den Verkaufsräumen des Sporthauses Butsch zwei Vorträge statt, die die neuesten Erkenntnisse für die Ausübung unseres geliebten Laufsports behandelten. Gebannt lauschten die Zuhörer - darunter auch Langstreckler aus unserer Abteilung - dem schweizerischen Experten für effektive Ernährung der Ausdauersportler und dem Vortragenden für die Messtechnik (Herzfrequenz, Schrittlänge, usw.) zu. So mancher musste

Andrea Hellmann

Tuttlinger **Kleiderpflege**

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

Wir reinigen

schnell

schonend

sauber

gepflegt

Annahme: Teppichreinigung, Lederreinigung

sich von seinen Vorstellungen über gesunde Ernährung im Hinblick auf effektvolles Training, verabschieden!

Lassen wir nun einige Ereignisse im Sportbereich unserer Lauffreizeit-Athleten Revue passieren.



Am 14./15. Juni standen dann die theoretischen Erkenntnisse auf dem Prüfstand!

So richtig los ging es ja bereits mit der Silberdistel-Laufserie (dazu zählen auch die kommenden **run & fun** Wettbewerbe, außer dem Business-Staffel-Lauf). Hier war, wie jedes Jahr, unser Werkstätt'le Arthur bei zwei Läufen der Serie dabei: Am 13. April

beim Schömberger Volkslauf über 10,5 km in 52:33 Std. Am 27. April lief er beim Göllsdorfer Volkslauf die 10

Lauftreff

km Strecke in 44:13 Std. Mit dabei war auch Ulrike Knoll - eine neue Nachwuchsläuferin, die bei beiden Veranstaltungen achtbare Ergebnisse erzielte. Am 20. April waren beim Züricher-Citylauf-Marathon: Wolfgang Hess - der seine bisher beste Zeit in einem Marathon lief - in 3:48 Std. und Dieter Keilbach in guten 3:14 Std. im Ziel. Auch der Schluchsee-Berglauf

Platz W30) und Ruth Jüngst in 2:05 Std. (W60) ins Ziel. Nicht zu vergessen, unser über 60 Jahre alter Wolfgang Hess in 1:34 Std.

Zwar nicht auf Waldwegen oder Straßen, aber doch auf der Langstrecke, konnte man Dieter Keilbach und Inge Höckele im hochalpinen Engadin im März skaten sehen. Beim 40. Jubiläumslauf des Skimarathons über



über 18,4 km war einer der Prüfsteine für unsere Sportler. Am 4.5. ging dieser beliebte Lauf bei herrlichem Wetter vonstatten und unsere Athleten schlugen sich beachtlich! Allen voran unser Dieter Keilbach, der in 1:18 Std. die Strecke bewältigte. 9. Platz bei 150 Teilnehmer in der AK M50 und der 149. Gesamtplatz bei 4.200 Teilnehmern insgesamt. Lauftreffer Arthur Wenkert kam in 1:31 Std., Ulrike Knoll in 1:34 Std. (10.

die drei Seen von Maloja nach Schanf erzielte Dieter die zweitbeste Zeit seit er dabei war.

Inge Höckele startete beim Halbmarathon, mit Ziel in Pontresina hatte. 2:16 Std. war die Zeit für sie, bei 768 gestarteten Halbmarathonis der 235. Platz, und Dieter erreichte in 2:45 Std. das Ziel bei Schanf. Als Handikap erwies sich natürlich, dass die Trainingsmöglichkeiten in unserer Region, wie auch am Feldberg fast



Haustechnik - heute !
Auch für Sie die passende Lösung !
Elektroarbeiten aller Art aus einer Hand !
Neu e 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

total ausfielen. Umso mehr ist die Leistung beider zu bewerten!

Testläufe als Vorbereitung für *run & fun*

Wie gewohnt perfekt organisiert von Rolf Brohammer, Thomas Ulrich und Helfern ging der 1. Testlauf am 16.2.08 mit 74 Teilnehmern, darunter zehn LauftrefflerInnen über die Bühne. Trotz seines immensen Engagements auf allen Ebenen, lief auch unser "Hans-Dampf-in-allen-Gassen" Rolf Brohammer die Strecke von Beuron nach Tuttlingen mit. Immerhin 28 km! Von Fridingen aus waren am gleichen Tag die Walker mit 30

Teilnehmern über 18 Kilometer unterwegs. Am 19. April folgte dann der Testlauf Nr. 2, von Hausen im Tal nach Mühlheim. Über 50 Läufer/innen nahmen daran teil.

Neun davon aus unserer Abteilung. Speziell für die Marathon-Aspiranten waren die etwa 30 Kilometer zu bewältigen, für weniger engagierte (Halbmarathon oder 10 Kilometer-Teilnehmer) die kürzere Strecke von Beuron nach Mühlheim, ca. 16 km. Ein Ausfall wurde nicht gemeldet, zumindest unsere Langstreckler kamen alle an!

Sportlerehrung:

Wie schön, dass es Menschen gibt, die auch im "Alter" noch außergewöhnliche Leistungen bringen. So geschehen durch unseren Karl "Charly" Leibinger. Bewältigte er doch mit seinen Kameraden vom Deutschen Alpenverein (G. Binder, bekannter 8000er Himalaya-Bergsteiger und W. Schäfer, ebenfalls Extremkletterer und Höhenbergsteiger - Kilimandjaro) den Koskulak 7064 m hoch im Rahmen der deutschen Skierstbesteigung im Kuen Lun Himalayagebirge! Dafür wurde Charly zu Recht bei der Tuttlinger Sportlerehrung gewürdigt. Wir gratulieren!



Informationen:

Nach **run & fun** kommt am 5. Juli der Städtle Lauf in Möhringen über 10,2 Kilometer zum Tragen. Ein "MUSS" für unsere Tuttlinger Langstreckler. Es

gibt auch einen Hobby-Lauf über 3,4 km. Am 28. September fällt der Startschuss für den Berlin Marathon. Halbmarathon und Marathon in Bräunlingen sind dieses Jahr am 12. Oktober. Die Silberdistel-Läufe gehen weiter am 11.7. in Undingen, am 22.8. in Renquishausen, am 30.8. in Meßstetten, am 28.9. in Wehingen. Genug also um die erworbene Fitness zu testen. Nur noch ein Marathon trennt Hubert Grunenberg in Bräunlingen, um in die Reihe der 8 treuesten Teilnehmer zu gelangen. Wir sind sicher, dass es ihm dieses Jahr gelingen wird! Und dann ist es nicht mehr weit bis zum ersten Platz, er ist ja erst 62 Jahre alt. Zumal Al-

fred Hanke, der die meisten Läufe aufweist, nur noch Halbmarathone laufen will.

Zum Schluss: Wissenswertes über das **run & fun** Spektakel.

Unser Vorzeigelangstreckenläufer Hubert Grunenberg ließ dieses Mal die Teilnahme bei

den vielen Laufangeboten vermissen, nicht weil er nicht wollte oder konnte; nein, er startete wieder in Biel/Schweiz zu seinem sechzehnten 100 Kilometer-Lauf. Minutiös wie ein

Lauffreff



Lauftreff

Schweizeruhren-Laufwerk spulte unser Hubbe die Strecke bis in die frühen Morgenstunden des letzten Samstags ab! Bei ihm Maria Keller, die auch den fünften Bieler 100 km Lauf erfolgreich bewältigte! Sie erreichte ihre zweitbeste Laufzeit!

Marathon:

Hier liefen Michael Noecker und Dieter Keilbach, sowie Sandra Reckstat von unserer Abteilung. Wobei Michael erneut seine Laufbestzeit verbesserte und Sandra als Debütantin beim Donautal-Marathon gleich den 2. Platz AKW 30 erreichte.

In der Marathon-Staffel „Karl Storz GmbH“ lief Harald Huber auf den 4. Platz mit der Gesamtzeit von 3:11:48 Std. Michael kam nun schon zum zweiten Mal unter die magische 4 Stundengrenze, 3:59 Std. Bei dem Staffelrennen der "Aldianer" über 5 x 1km nahm auch Silvia Steinert, neben dem Aldi-Chef Rolf Brohammer teil. Hier sprang ein 3. Platz für die Gruppe heraus!

Die schnelle Strecke von 10 Kilometer nahmen unter die Füße: Unser Gränzbote-Cheforganisator Karl Burth mit 44:40 Minuten, das für den 3. Platz M60 reichte. Ulrike Knoll - eine neue TSF-Läuferin – kam gleich beim Debüt in Tuttlingen auf den 1. Platz bei W 30 in 48:02 Minuten. Dr. Eberhard Doms in AK 45 erzielte mit 52 Minuten den 24. Platz, Nina Maier,

ebenfalls eine Neue im Läuferteam wurde 2. in 59:51 Minuten bei der Klasse WschA!

Halbmarathon

Unser Präsident, Olaf Hummel und Manfred Mußgnug Verwaltungsvorstand zeigten hier ihren Leistungsstand, wobei Manfred den 3. Platz AK 45 in der guten Zeit von 1:29 Std. erreichte. Olaf kam in 1:48 Std. ins Ziel. Zuverlässig, wie immer, spurtete unser "Werkstätt'le-Arthur" (Wenkert) auf den 5. Platz AK 55 in 1:39:19. Auch einen der vorderen Plätze, den 4. Platz AK60 in 1:45 Std. eroberte Wolfgang Hess.

Zum ältesten Teilnehmer avancierte Euer Berichterstatter und erhielt dafür den 1. Platz AK 75 in 1:55:58 Std. (317. Von 422 Einlaufenden)

Susanne Huber zeigte auch ihr Können in 1:57:51 Std. 10. AK 45 und Annemarie Diener wurde 12. bei der AK 45 mit 1:58:56, sowie Silvia Steinert lief über die Ziellinie in 2:09:45.

Ein Bravo allen unseren Langstrecklern, die bei dieser Veranstaltung mitgemacht haben und natürlich auch den zahlreichen HelferInnen, die dieses außerordentliche "Event" möglich gemacht haben!

Oskar Martin

Badminton

*Eindrücke der
Vereinsmeisterschaft
vom 03.05.2008*



Badminton



Claudius Hilzinger
Abteilungsleiter
C-Hilzinger@versanet.de

Einladung zum diesjährigen TSF-Grillfest

Dieses Jahr veranstaltet die Abteilung Badminton das TSF-Grillfest. Es wird am Samstag, den 06.09.2008 im Aquarianer-Heim statt finden. Genauere Informationen werdet Ihr in den nächsten Wochen in Form einer Einladung von Euren Trainern und Übungsleitern bekommen.

Wir freuen uns schon jetzt auf Euer Kommen.

Änderung des Trainingsortes:

Seit dem 29.05.2008 trainieren wir nicht mehr in der Mühlau-Halle. Dank der tollen Kooperationsbereitschaft der Handballer aus Rietheim-Weilheim können wir seither donnerstags in der Sporthalle der LURS-Realschule trainieren.

Dafür ein herzliches Dankeschön.

Saison 2007/2008

Dieses Jahr konnte sich die erste Mannschaft leider nicht in der Landesliga Schwarzwald/Bodensee halten. Nun, in der kommenden Saison, können sie dafür ihr Können in der Bezirksliga Schwarzwald/Bodensee beweisen.

Unsere zweite Mannschaft hat ihre ersten Erfahrungen im Aktiven-Sport gesammelt. Leider gab es für die zweite Mannschaft in der vergangenen Saison nicht die Möglichkeit, in einer niedrigeren Spielklasse zu starten, was aber die Motivation für die Saison 2008/2009 nicht schmälerte. Im Gegenteil - unsere Damen und Herren sind motivierter den je und dies nicht zuletzt, weil es nun auch eine Kreisliga Schwarzwald/Bodensee geben wird.

Jugend

Unsere Nachwuchstalente der Familie Binder ist es egal, ob sie Ihre Leistungen bei einem baden-württembergischen Ranglistenturnier oder bei dem 24. Internationalen Sengelen-Cup in Schopfheim abrufen müssen, die Platzierungen sind immer spitze.

Beim diesjährigen Sengelen-Cup traten wieder 150 Jugendliche aus Deutschland, Frankreich, Österreich, Schweiz und Belgien an und sowohl

Badminton

Platz 1 - 3 der Jugend



Platz 1 - 3 der Damen



Platz 1 - 3 der Herren



Badminton

Kathrin Binder, Baden-Württemberg-Kader Spielerin (U11) als auch Rebecca Binder (U9) sind in ihrer Jahrgangsstufe bis ins Finale vorgeückt. Trotz des leidenschaftlichen Einsatzes mussten sich allerdings beide Tuttlingerinnen letztendlich geschlagen geben. Nichts desto trotz möchten wir Euch nochmal zu Euren tollen Leistungen in der vergangenen Saison gratulieren – macht weiter so!

Diesjährige Vereinsmeisterschaft

Seit langem haben wir uns mal wieder an eine kleine Vereinsmeisterschaft herangewagt. Mit einer guten Teilnehmerzahl in den Bereichen Jugend, Damen und Herren konnten wir in der Disziplin Einzel die diesjährigen Vereinsmeister ermitteln. An dieser Stelle gilt es außerdem, einen kleinen Dank an die Kuchenspender auszusprechen.

Jeweils die ersten drei Platzierungen:

Bereich Jugend

1. Laura Züfle
2. Melissa Grohs
3. Daria Witt

Bereich Damen

1. Carola Feustel
2. Cathrin Schilling
3. Andrea Hellmann

Bereich Herren

1. Claudius Hilzinger
2. Sebastian Lenhard
3. Yves Stoeffler

Fazit: Macht Lust auf mehr! – Wir freuen uns nächstes Jahr auf Euch – ob als Zuschauer oder Spieler.

Claudius Hilzinger



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





*Peter Hauser
Vorstand-Vereinsentwicklung
Peter.Hauser@sparkassenversicherung.de*

Liebe Sportfreundinnen, liebe Sportfreunde,

unter den Nordic-Walkern und den nicht am Stock gehenden Walkern herrscht seit **run & fun** Hochstimmung und große Freude. Wir haben auch in diesem Jahr wieder den von der Hammerwerk Fridingen GmbH ausgeschriebenen Preis für die größte Walkinggruppe gewonnen, ein Erfolg auch für unsere Vereinsgemeinschaft.

Eigentlich habe ich es zunächst nicht für möglich gehalten, dass wir Sportfreunde in diesem Jahr überhaupt eine Chance haben. Kurz vor dem Termin waren noch sehr wenige aus meiner Walkinggruppe an dem ausgeschriebenen Wettbewerb überhaupt interessiert und der Anmeldeschluss kam immer näher. Auch die Nordic-Walker waren zurückhaltend bei der Anmeldung. Erst bei der Jahreshauptversammlung, als uns Vladimir Tapal die Ausschreibung der beiden Hammerwerkspreise

nochmals näher erläutert hat, ist mir klar geworden, dass es diesmal ja viel einfacher ist, den Pokal zu verteidigen. Bedingung war, dass die größte Gruppe innerhalb 4:30 Std. die Ziellinie überschreitet. Hinzu kam, dass in der Jahreshauptversammlung (JHV) beschlossen wurde, dass die Startgebühr vom Verein bezahlt wird, wenn wir gewinnen. Für mich gab es damit kein Halten mehr, wir müssen gewinnen, dachte ich.

Nach der JHV saßen wir im kleinen Kreis zusammen und überlegten uns, wie wir die Walkinggruppe der Sportfreunde vergrößern könnten. Noch am Abend der JHV habe ich im Kreis der noch Anwesenden geworben. Im Internet konnte ich lesen, dass für die Gruppe Intersport-Butsch/Radio 7 schon 34 Läufer und Läuferinnen angemeldet waren. Am nächsten Morgen liefen bei Rebecca Eberhardt, Iris Lutz, Elke Beiswenger und mir die Telefone heiß. Silvia Steinert hat spontan ihre Teilnahme gemeldet und telefonisch Mitglieder und Nachbarn zur Anmeldung bewegt. Die vom Verein angebotene Übernahme der Startgebühren war in diesem Zusammenhang offensichtlich zu einer Verlockung geworden.

Noch am Freitagnachmittag vor **run & fun** konnte ich beim Abholen der Startnummern zusätzlich 12 Teilnehmer/innen anmelden. Damit war die TSF-Gruppe auf 32 angewachsen.

Walking und Nordic-Walking



Im „Hexenkessel Fridingen“ war das Warten auf den Startschuss kurzweilig

noch schöner war es dann beim Zieleinlauf in Tuttlingen



unser Ältester - Werner hat die Trophäe überreicht bekommen

Walking und Nordic-Walking

Rolf Brohammer, Iris Lutz und Brigitte Lücke kamen mit weiteren Nachmeldungen und so waren wir am Start in Fridingen eine TSF-Gruppe mit insgesamt 41 Walkerinnen und Walkern. Die Voraussetzungen zum Gewinnen des Hammerwerks-Preises waren damit geschaffen und wie bereits oben beschrieben war unsere gemeinsame Aktivität auch ein voller Erfolg.

Es hat sich damit wieder gezeigt, dass ehrenamtliches Engagement und gemeinsames Bemühen auch zu persönlicher Befriedigung und Freude führt. Wir TSF-Walker und – Nordic-Walker sind stolz darauf, den Hammerwerks-Preis zum zweiten Mal gewonnen zu haben.

Der Hammerwerks-Preis selbst ist gemäß Aussage von Herrn Dr. Springorum noch nicht ganz eindeutig festgelegt. Eines darf jedoch jetzt schon verraten werden: Die Siegergruppe wird zu einem geselligen Beisammensein mit Essen und Trinken eingeladen werden. Wir bedanken uns bei der Hammerwerk Fridingen GmbH für diese Förderung der Gemeinsamkeit innerhalb der Tuttlinger Sportfreunde.

Ich danke an dieser Stelle allen Mitwirkenden für ihre tatkräftige Unterstützung.

Peter Hauser
Vorstand Vereinsentwicklung

5235	Adrion, Karl-Heinz (DEU)	02:44:48	5231	Lang, Rita (DEU)	02:58:00
5234	Adrion, Irmgard (DEU)	02:43:54	5194	Luz, Iris (DEU)	02:57:59
5165	Ams, Cornelia (DEU)	02:53:29	5195	Mußler-Ivanovic, Rosi (DEU)	02:52:59
5236	Ams, Renate (DEU)		5177	Renz, Gerhard (DEU)	03:02:47
5183	Bausch, Michaela (DEU)	02:58:02	5185	Ries, Werner (DEU)	02:48:45
5250	Bertsche, Gudrun (DEU)	02:33:30	5143	Spohn-Baur, Anke (DEU)	02:34:16
5178	Braun, Rosemarie (DEU)	02:56:32	5248	Steiner, Silvia (DEU)	02:32:33
5062	Brohammer, Ursula (GER)	02:48:33	5239	Storz, Walter (DEU)	02:32:34
5175	Eberhardt, Rebecca (DEU)	02:35:02	5238	Storz, Ursula (DEU)	02:32:34
5204	Eberhart, Alfons (DEU)	02:44:37	5232	Strohm, Monika (DEU)	02:44:23
5180	Gießler, Iris (DEU)	02:53:03	5176	Tapal, Bärbel (DEU)	02:35:03
5167	Graf, Lothar (DEU)	02:44:48	5252	Tapal, Vladimir (DEU)	02:29:50
5181	Gremminger, Beate (DEU)	02:48:38	5233	Weggler, Gaby (DEU)	02:32:11
5163	Hauser, Peter (DEU)	02:53:32	5222	Witt, Ralph (DEU)	02:45:14
5179	Dr. Henke, Elisabeth (DEU)	02:56:32	5164	Wolschendorf, Steffi (DEU)	02:37:53
5256	Hensler, Bärbel (DEU)	02:29:43	5184	Wäschle-Jünger, Iris (DEU)	02:53:02
5172	Hilzinger, Susanne (DEU)	02:40:05	5182	Zahner, Susanne (DEU)	02:48:34
5166	Gietzelt, Irene (DEU)	02:53:42	5229	Zeller, Uwe (DEU)	02:30:22
5237	Jüngst, Ruth (DEU)	02:32:34	5230	Zeller, Annett (DEU)	02:30:22
5174	Klump, Marita (DEU)	02:35:00	5241	Zepf, Kerstin (DEU)	02:32:19
5173	Klump, Rudi (DEU)	02:34:58			

Triathlon



*Manfred Mußgnug
Vorstand Verwaltung
Mussgnug@aol.com*

Gründungsveranstaltung TSF Triathlon

Datum: 25. April 2008

Ort: Pizzeria Pomodoro, Tuttlingen

Anwesend (TSF):

Angelika Straub, Dieter Keilbach, Thomas Höll, Manfred Mußgnug

Weitere Anwesende: Felicitas und Jonathan Guggenberger, Roland Högerle, Jean Pierre und Julian Marcq, Harald und Simon Schulte

Bedingungen für Trainings- und Wettkampfteilnahme:

TSF Mitgliedschaft

Triathlontraining

Als Trainingsstart wurde Mittwoch, der 28. Mai 2008, festgelegt.

Treffpunkt: 18 Uhr am Haupteingang Donaustadion.

Trainiert werden 30 Minuten Laufen und 30 Minuten Radfahren.

Bei extrem schlechten Wetter entfällt

das Radfahren, dann event. Schwimm- oder verlängertes Lauftraining.

Dieses Training findet dann weiter jeden Mittwoch von 18 – 19 Uhr statt.

Trainer: Dieter Keilbach

Aushilfe-/Ersatztrainer: Angelika Straub, Roland Högerle, Jean Pierre Marcq, Manfred Mußgnug.

Schwimmen

Manfred Mußgnug nimmt mit der TG Tuttlingen (Christoph Haller) Kontakt auf, um die Möglichkeit eines Kraulkurses zu besprechen. Nach diesem Kurs werden die Trainingstermine fürs Schwimmen festgelegt.

Als Schwimmtrainer bietet sich Jean Pierre Marcq an.

Wintertraining

Entsprechende Termine werden noch festgelegt und Möglichkeiten geprüft. Thomas Höll und Manfred Mußgnug bemühen sich um Hallen bzw. Kooperationen mit anderen Vereinen.

Triathlonwettkämpfe

Angelika Straub informiert sich über entsprechende Veranstaltungen.

Kreissparkassen – Triathlon am 13.7.2008

Dieter Keilbach prüft, ob bei dieser Veranstaltung auch ein Schülerwettkampf stattfinden kann.

Triathlon

Weitere Werbemaßnahmen:

Schnuppertraining
Verteilung Flyer bei Run und Fun
Infoschreiben an Schulen
Pressemitteilungen

Bis dato angemeldete Schüler:

Jonathan Guggenberger
Sarah und Julia Högerle
Julian Marcq
Claudius Mußgnug

Noch keine Entscheidung:

Robin und David Hanika

Tuttlingen, den 29.4. 08
Manfred Mußgnug

Alle sind ganz begeistert dabei



*Ausführung sämtlicher
Maler- und
Tapezierarbeiten*

Klaus
riebe
MALERGESCHÄFT

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



*Conny Tolk
Übungsleiterin
gigtolk@t-online.de*

Wir wollen uns auch mal wieder zu Wort melden. Seit Januar 08 trainieren wir in der neuen LURS-Turnhalle, im Gymnastikraum, und sind ganz begeistert von den neuen Räumlichkeiten. Vor allem die Spiegelfront ermöglicht natürlich einen tollen Tanzunterricht und man hat viel mehr Möglichkeiten, sich selber zu kontrollieren und zu korrigieren.

Auch die Gleichmäßigkeit der Gruppe ist wesentlich besser, wenn man sich gegenseitig im Blockfeld hat. Zur Zeit arbeiten wir an Choreografien aus dem Musical 42. Street, die uns sehr viel Freude machen. Wir werden am Tuttlinger Stadtfest und am Möhringer Städtlefest damit auftreten und hoffentlich auch dabei viel Spaß haben.

Für Interessierte besteht immer die Möglichkeit bei uns dazu zu stoßen, auch Tanzanfängerinnen werden gern eingearbeitet. Einfach mal schnuppern kommen, wir sind eine tolle Truppe, bei der es nicht nur um Tanz, sondern auch um Kameradschaft und Miteinander geht. Auch altersmäßig sind wir sehr gemischt.

Bitte beachtet: Unsere Trainingszeit hat sich durch die neue Halle geändert, wir treffen uns jetzt Montags von 20.30 bis 22.00 Uhr im Gymnastikraum der LURS-Turnhalle in Tuttlingen.

Conny Tolk

Walking

Mit und ohne Stöcke macht das Laufen in einer Gruppe Spaß



wenn noch dazu das Wetter stimmt, na dann ...



*Cvjeta Fritz
Berichterstatlerin*

Mai-Wanderung der Walking-Gruppe im Hegau

Am 04. Mai trafen wir uns kurzentschlossen und spontan auf dem LIDL-Parkplatz in der Stockacherstrasse zu einer Maiwanderung im schönen Hegau. Mit 5 PKW's fuhren 17 Teilnehmerinnen und Teilnehmer nach Wangen am Untersee und wurden dort von unserem Hobby-Gastwirt Peter Hauser mit Sekt auf eine schöne Wanderung eingestimmt.

Gleich beim Start vom Parkplatz oberhalb Wangen kamen wir beim Aufstieg zum Panoramaweg ganz ordentlich ins Schwitzen. Entschädigt wurden wir dafür mit einem herrlichen Blick über Untersee und Rhein zum Schweizer Ufer. Richtung Öhningen folgten wir dem Weg vorbei am Aspen- und Bruderhof zum Klingenbachtobel. Blühende Obstbäume, bunte Wiesen und der Blick zum Rhein waren eine abwechslungsreiche Augenweide.

Der Klingenbachtobel ist eine langgezogene bewaldete Schlucht, die einem Bach mit kristallklarem Wasser folgt. Im Gänsemarsch ging es auf dem schmalen und sehr abwechslungsreichen Weg entlang des plät-

schernden Wasserlaufs über „Brückle“ und Stege vorbei an großen Feldern mit duftendem Bärlauch bis zum Ortseingang Öhningen. Im Gasthaus Sonne wurden so viele Kaffeegäste offensichtlich nicht erwartet, denn der Kuchen war nach den ersten Bestellungen schon ausgegangen. Dies änderte sich dann allerdings innerhalb weniger Minuten und jeder bekam ein Stück Apfelkuchen mit Sahne. Es blieb jedoch der Verdacht, dass die Stücke nur halb so groß wie normal waren. Eine Preisreduzierung haben wir allerdings nicht bemerkt.

Frisch gestärkt setzten wir unsere Wanderung nun talwärts Richtung Rhein fort. Unsere ehemaligen Hüftgelenks-Patienten genossen den Rückweg nach Wangen mit dem Schiff, die meisten aber nahmen den Uferwegs und konnten viele wunderschöne Grundstücke mit schmucken Wohnhäusern in teilweise herrlichen Aussichtslagen sehen. Am Ende der Wanderung auf dem Ufer-Parkplatz in Wangen hatte Uschi Graf dann noch einen kühlen Schluck Sekt für jeden.

In geselliger Runde saßen wir abschließend wie ein Jahr zuvor schon in der Gaststätte Hegaublick und genossen beim Abendessen den herrlichen Anblick der Vulkankegel mit dem Bodensee im Hintergrund. Gefehlt hat nur noch die Sicht bis zu den Alpen.

Cvjeta Fritz

Inline Skating



*Uwe Zeller
Abteilungsleiter
uwezeller@kabelbw.de*

Die Freiluftsaison hat begonnen – viele Skater haben Ihre Inliner abgestaubt und gleiten die Radwege durch Tuttlingen entlang. Auch für uns Speedskater ist derzeit Hochsaison - wir tingeln durch ganz Deutschland und die Nachbarländer und messen unsere Fähigkeiten bei zahlreichen Events, sogar mit internationaler Beteiligung.

Viele Höhepunkte können wir dabei erwähnen.

In den Osterferien machten sich Tabea Maier und Max Kreiner auf eine abenteuerliche Reise ins benachbarte Frankreich zum 3-Pisten-Rennen, dem bedeutendsten Bahnrennen Europas. Die Wettkämpfe wurden leider von den widrigen Witterungsverhältnissen bestimmt, so dass für die Sportler ein faires Kräftenessen nahezu unmöglich war.

Ende April starteten unsere Sportler dann bei Deutschlands erstem Event

des Jahres, dem Internationalen Speedskating Kriterium in Groß Gerau. Rolle an Rolle rasten die Skater bei Sonnenschein und über 20 Grad über die Piste der 300 m Bahn. Besonders auf den entscheidenden Metern des Rennens wurden sie von einer akustischen La-Ola-Welle begleitet. In verschiedenen Sprachen ertönte lautes Geschrei, Betreuer und Zuschauer trommelten auf die blechernen Banden, denn für die Sportler kann es im Schlussspurt auf Zentimeter ankommen.

Schließlich gewinnt die erste Rolle. Speedskater aus der ganzen Welt, nämlich aus 25 Nationen, kamen zum Kräftenessen auf dem Asphalt oval nach Groß-Gerau. Die TSF-Skater waren nur wenige von 800 Sportlern, die beim internationalen Kriterium an den Start gingen. Der weltweit größte Bahnwettkampf diente für zahlreiche Nationalmannschaften als Vorbereitung auf die Welt- und Europameisterschaften in diesem Sommer. Deshalb hatte dieser Bahnwettkampf wieder einen besonderen Reiz für die Zuschauer und natürlich die Schüler- und Jugendläufer, die die Stars der Szene und ihre Idole live erleben konnten.

Für die Tuttlinger Sportfreunde gingen vier Läufer an den Start. Max Kreiner reiste bereits am Freitag zum Sprintcup an. Dort wurden Einzelsprints über 300 Meter ausgetragen. Bei den

Inline Skating

Einzelstarts ist maximale Vergleichbarkeit möglich, da Taktik keine Rolle spielt. Max erreichte bei den Junioren A (36 Starter) in der Zeit von 27.23 sec als bester Deutscher den 6. Platz. Der Sieger dieser Altersklasse Elton De Souza aus Frankreich lief die 300 Meter in 26,74 sec.

Beim Kriterium am Samstag und Sonntag kam Max bei den Junioren A (66 Starter) auf den 46. Gesamtrang. In der mit 64 Läuferinnen sehr gut besetzten Jugendklasse weiblich lief Lisa Somnitz starke Wettkämpfe. Lisa hielt sich, obwohl sie in dieser Saison im jüngeren Jahrgang dieser Altersklasse läuft, bei allen Rennen im vorderen Feld. Sie erreichte als 4. deutsche Läuferin den hervorragenden 13. Gesamtrang. Pech hatte Tabea Maier die ebenfalls in dieser Altersklasse startete. Ein Sturz beim

ersten Lauf (3000 m) und das Ausscheiden im Vorlauf des 2000 m – Rennens kosteten sie den Startplatz für das letzte Top 40- Rennen, bei dem nur die ersten 40 Läuferinnen starten durften. Somit kam Tabea auf den 49. Gesamtrang. Auch Leonie Zeller konnte ihre Rennen bei den Schülerinnen A (48 Läuferinnen) nicht zu Ende laufen. Nach einem guten 16. Platz im ersten Lauf über 2000 m schied sie im Finale des 1500 m – Rennen ebenfalls durch einen Sturz aus. So kam Leonie auf den 32. Gesamtrang.

Matthias Schwierz, durch einen Sturz beim Eisschnelllauf im vergangenen Winter immer noch verletzt, konnte noch nicht starten. Er nutzte die Pausen des Wettkampfes, um sich langsam wieder an die Skates zu gewöhnen.



Inline Skating

Bei den offenen Ba-Wü.-Landesmeisterschaften im Inline-Speedskating lachten am ersten Maiwochenende fast 200 Starter mit der Sonne um die Wette, da die Rennen unter besten Bedingungen vom TSUGV Grossbettlingen (bei Nürtingen) durchgeführt werden konnten. Die Platzierungen der einzelnen Disziplinen zählten neben der Baden-Württembergischen Meisterschaft zu weiteren Cup-Wertungen, wie Ba-Wü- Löwencup und Future-Cup/Süddeutschland. Daher waren die Schüler- und Jugendklassen sehr stark besetzt mit Läufern aus Ba-Wü, Hessen Rheinlandpfalz, Saarland und sogar aus Thüringen. Die Skater der Tuttlinger Sportfreunde konnten wieder einige Medaillen mit nach Hause nehmen. Mit dem ersten Platz in der Disziplin Geschicklichkeit und zweimal Platz drei über 500 m und 3000 m Punkte-

rennen erreichte Lisa Sommnitz den 2. Gesamtplatz in der Jugendklasse weiblich hinter der Favoritin und ein Jahr älteren Tamara Felbinger aus Grossbettlingen. Tabea Maier erreichte in dieser Klasse den 11. Platz (6. / 500 m, 14./ Geschicklichkeit, 11./ 3000 m Punkte Rennen). Leonie Zeller wurde bei den Schülerinnen A 10. (11./ 200 m, 7./ Geschicklichkeit, 13. /1000 m). Weitere Medaillen gab es für Lena Sommnitz, Max Kreiner und Christel Kreiner. Lena Sommnitz startete lediglich beim Sprintcup über 300 m

Einzel sprint. Sie lief mit der zweitbesten Zeit (37.78 sec) aller Damen auf den 2. Platz und wurde somit Vizemeisterin. Auch Max Kreiner mischte beim Sprintcup vorne mit. Seine Silbermedaille und der Vizemeistertitel im Einzelsprint über 300 m war ihm mit der Zeit von 34.46 sec sicher. Über 5000 m Massenstart und 5000 m Punkte Rennen erreichte er die Plätze 1 und 2 und wurde somit in der Gesamtwertung 2.



Die Wettkampfsaison hat jedoch erst begonnen. So werden wir bis in den Herbst hinein noch einige Höhepunkte erleben.

Wer Lust hat, die Rollen etwas schneller zu bewegen, kann sich gern zu unseren Trainingszeiten ein paar Tipps zur richtigen Technik aneignen. Auch bei den Ausfahrten des Lauftreffs (montags abends) sind Neueinsteiger herzlich willkommen.

M. Sommnitz, A. Zeller



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

Die Yogakurse im 1. Halbjahr sind noch nicht ganz abgeschlossen. Ein zentrales Thema stellte ich den Yogakursen gegenüber: „Biotop Mensch“. Im Hintergrund spielen unsere Mikroorganismen eine entscheidende Rolle für ein gesundes Leben und somit ist es auch zuständig für ein intaktes Immunsystem.

Da das bei der Masse der Menschheit nicht so ist wie es sein sollte, weise ich auf ein interessantes Buch von einem Heilpraktiker „Gunther Wolfgang Schneider“ hin, mit dem

Titel: Biotop Mensch. Über Internet kann man weitere Infos und Hinweise für den Bezug von Büchern bekommen.

Schon die alte Yogalehre sagt aus, „Der Tod liegt im Darm“: Auch aus meiner Erfahrung kann ich davon berichten, dass es nicht nur um den Darm geht, sondern jegliche Rückenschmerzen haben einen Zusammenhang mit einem schlecht funktionierenden Darm. Der Schwerpunkt liegt bei der Zusammensetzung der Darmflora. Hier ist fast zu sagen, dass ein Paradigmenwechsel in der Medizin erforderlich ist um all die Zusammenhänge zu erfassen. Mir geht es dabei nicht um Kritik zu üben, sondern um die Ursachen zu erkennen. Vor allem wenn sich ein Verein wie die TSF mit dem Thema Gesundheitssport befasst. Dazu sind auch alle Krankenkassen mit Ihren zunehmenden Problemen der Kostenexplosion aufgerufen



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

Nicht alles ist nur mit Bewegung erreichbar, sondern eine ausgewogene, nicht von der Werbung beeinflusste Ernährung ist erforderlich, damit das Biotop, was unser menschlicher Körper darstellt, der aus ca. 70- 80% Wasser besteht, in einem mikrobiologischen Gleichgewicht gehalten werden kann. Vergleiche sind auch in der Natur sichtbar, man denke an den sauren Regen.

Jeder Fusspilz bzw. ein Zehennagelpilz weist schon darauf hin, dass der Pilz sich bereits im Darm oder auch schon im Blut befindet. Jegliche Allergien bzw. Lymphprobleme finden dahinter ihre Ursachen. Nun, dieses Thema lässt sich nicht einfach oberflächlich behandeln, bestimmte fachärztliche oder heilpraktische Beratung und Behandlung ist dringend angeraten. Ich habe aber bei der schulmedizinischen ganzheitlichen Behandlung meine Bedenken.

In der Einfachheit nach der Lehre des Yoga nach den Fünf Prinzipien bedarf eben jedes Prinzip seiner Aufmerksamkeit

1. Richtige Entspannung
2. Richtige Körperübungen
3. Richtige Atmung
4. Richtige Ernährung
5. Positives Denken und Meditation

Damit hat so mancher Yogaübende

viel zum Nachdenken bekommen, vom Sinn oder Unsinn, über probiotische /rechtsdrehende Milchprodukte, die das Biotop sehr positiv beeinflussen können. Auch eine besagte Leberreinigung nach Dr. Hulda Clark wären mit Sicherheit eine ausgezeichnete ergänzende Vorbeugung. Mein Motto lautete schon immer: „Vorbeugung ist besser als Heilung.“ Damit werden sich die Yogagruppen nach der Sommerpause weiter befassen. Ich wünsche allen Leserinnen und Lesern und TSF-lern eine schöne erholsame Sommerzeit.

Heinz Pfindel
Yoga-Lehrer

PS.: Yogakursbeginn ist wieder am 17. September 2008, gleicher Ort und gleiche Uhrzeiten. Für den 2. Kurs von 19:15 – 20.45 Uhr sind noch zwei Plätze frei.

Anmeldung: Tel. 07463/5926





Elke Beiswenger
Übungsleiterin
Elke.Beiswenger@tuttlinger-hallen.de

Wer kennt das Venedig von Baden-Württemberg?

Wir, die Herz-, Diabetessportgruppe und die Senioren der Nordic-Walkinggruppe!

Am letzten Samstag (21.06.08) um 7:51 Uhr auf Gleis 3 des Tuttlinger Bahnhofes ging es los!

Durch das wunderschöne Donautal, über Sigmaringen, Mengen, Ehingen und Blaubeuren ging es direkt nach Ulm. Nach einem kleinen Spaziergang zum Ulmer Stadthaus, wo uns unsere Stadtführerin erwartete, ging es direkt ins Gerber- und



Fischerviertel. Was uns dort erwartete, kann man fast nicht mit Worten beschreiben. Fachwerkhäusle an Fachwerkhäusle, dazwischen die Blau und Brücken wie in Venedig!

Wer hätte gewusst, dass Ulm so uralt (schon im 8. Jahrhundert das erste Mal als Stadt erwähnt), sehr reich (durch seine Gerbereien und den Handel mit Stoffen) und dazu noch über die Landesgrenze hinaus als Geburtsort vieler Künstler bekannt ist. Diese überaus faszinierende Führung hat alle hungrig gemacht. Im Gasthaus „Drei Kannen“ mit seinem urigen Biergarten ließen wir es uns gut schmecken.

Doch noch war das Programm für uns nicht beendet. Pünktlich um 16:00 Uhr ging es vom Metzgerturn aus mit dem Schiff die Donau hinab. Rechts von uns Ulm/Baden-Württemberg, links von uns Neu – Ulm/Bayern. Nach einer Stunde mit Akkordeonmusik und einem kühlen Bier kehrten wir zurück zum Metzgerturn. Nun machten wir uns auf zur letzten Etappe, dem Bahnhof. Zwischen-

den Etappen, dem Bahnhof. Zwischen-

den Etappen, dem Bahnhof. Zwischen-

Herz-, Diabetessportgruppe und Nordicwalking

zeitlich war es so warm geworden, dass keiner mehr Lust auf das „bekannte“ Ulm mit seinen vielen Lädle und Boutiquen hatte. Keiner wollte sich die Eindrücke dieser wundervollen, interessanten Stadt durch „Shoppen“ nehmen lassen!!

Pünktlich um 18:14 Uhr setzte sich dann unser Bähnle in Richtung Heimat in Bewegung.

Es war ein Tag der Superlative – sei es vom Ziel oder auch vom Wetter!!

Na ja, wie schon letztes Jahr gesagt:

Wenn Engel reisen ...

Übrigens an dieser Stelle den vielen Heitzelmännchen ein „Danke“ für Eure Hilfe.

Mein Riesendank gilt Dir Rita, du hast Dich mal wieder so richtig ins Zeug gelegt. Jetzt hast selbst Du keine Möglichkeit mehr diesen Ausflug zu toppen.

Vielen Herzlichen Dank!

Elke

Unglaublich, das kann man mit Worten fast nicht beschreiben ... Ulm - die unbekannte Stadt



Qualität und Frische

aus Ihrer

Metzgerei Erik Bühler



Bahnhofstraße 83
78532 Tuttlingen
Telefon 84 30

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

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



„Sport stärkt Arme, Rumpf und Beine, kürzt die öde Zeit, und schützt uns durch Vereine vor der Einsamkeit“.

Joachim Ringelnatz

Dieser launige Spruch von Ringelnatz beschreibt treffend, dass Sport dem Menschen gut tut. Fakt ist auch, dass Bewegung und Sport uns in allen Lebenslagen helfen kann, vorausgesetzt, er wird in einer gewissen Regelmäßigkeit betrieben. Dazu gehört Selbstdisziplin, die uns Menschen im täglichen Leben und im sozialen Miteinander dienlich ist. Es zeigt sich immer wieder, dass Bewegung die körperliche und seelische Verfassung positiv beeinflusst. Regelmäßige körperliche Aktivität stärkt nicht zuletzt auch das körpereigene Abwehrsystem. Ob bei der Wassergymnastik, beim Hallensport, ob präventiv oder in der Rehabilitation, es ist ein probates Mittel, dem Stress zu entgegnen oder ihn abzubauen.

Dem Übungsleiter obliegt es, Freude an der Bewegung zu vermitteln. Eine abwechslungsreich gestaltete Übungsstunde motiviert die Teilnehmer zur regelmäßigen Teilnahme.

An dieser Stelle möchte ich den Teilnehmern der Funktionsgymnastik, des Seniorensports und der Wassergymnastik eine regelmäßige Teilnahme bescheinigen und ihnen für das entgegengebrachte Vertrauen und ihre Treue danken. Ihr seid es, die mich permanent motiviert und mich nicht müde werden lasst, stets mein Bestes zu geben wollen.

Mit Pilates liegt der Verein im Trend. Dieser Kurs wurde gut angenommen. Im Juni starten wir die dritte Runde. Bedauerlich ist, dass Männer zu dieser äußerst effektiven Trainingsmethode wenig Zugang finden.

Im kommenden Oktober findet wieder ein Hallensporttag statt. Wir erinnern uns gern an diese Veranstaltung und sind natürlich mit dabei.

Zum Vormerken: Die Gruppe der Funktionsgymnastik macht wieder vor den Sommerferien einen Ausflug. Dieser ist für Mittwoch, den 16. Juli 2008, vorgesehen.

Helga Krichel

Sponsoren und Spender „TSF-Gala 2008“

AESCULAP AG, Am Aesculap-Platz, 78532 Tuttlingen (Hauptsponsor)
AdlerApotheke, Wilhelmstrasse 14, 78532 Tuttlingen
Badenova AG & Co. KG, Unter Haßlen 1, 78532 Tuttlingen
Chiron-Werke, Kreuzstrasse 75, 78532 Tuttlingen
INTERSPORT Butsch, Carl-Zeiss-Str. 2, 78532 Tuttlingen
Joh. Haller, Mode für den Mann, Bahnhofstrasse 63-65, 78532 Tuttlingen
Kreissparkasse Tuttlingen, Bahnhofstrasse 89, 78532 Tuttlingen
La Gondola, Bahnhofstrasse 77, 78532 Tuttlingen
MAX MORITZ, Stockacherstrasse 100-104, 78532 Tuttlingen
Metzgerei Erik Bühler, Bahnhofstrasse 83, 78532 Tuttlingen
Peter Gremminger, In Würden 17, 78532 Tuttlingen
Sevenlight-ARTconnection, Svea Wachter, Föhrenstrasse 7, 78532 Tuttlingen
RETTENMAIER Transport GmbH, Sattlerstrasse 10, 78532 Tuttlingen
STADTTUTTLINGEN, Rathausstrasse 1, 78532 Tuttlingen
TUTicket, Verkehrsverbund Tuttlingen, Bahnhofstr. 100, 78532 Tuttlingen
Tuttlinger Wohnbau GmbH, In Würden 2-4, 78532 Tuttlingen
Volksbank Donau-Neckar, Am Seltenbach 15, 78532 Tuttlingen
Wachter Haustechnik, Föhrenstrasse 7, 78532 Tuttlingen

Inserenten in „TSF Aktuell“

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
dimeda, surgical instruments, Gänsäcker 54-58, 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 Donau-Neckar, Am Seltenbach 15, 78532 Tuttlingen

Wir begrüßen unsere neuen Mitglieder!

Bauer, Aaron	KiTurnen	Kühne, Gabriel	KiTurnen
Bauer, David	KiTurnen	Link, Pascal	KiTurnen
Bausch, Horst	HerzKrl	Mattes, Stephanie	Figur-Step
Becker, Selim	KiTurnen	Mazzola, Maximilian	KiTurnen
Bitzer, Marius	KiTurnen	Melcher, Alexander	KiTurnen
Brohammer, Anna-Noelia		Müller, Marco	KiTurnen
Ciyrak, Leon	KiTurnen	Prädel, David	KiTurnen
Dick, Thomas	Badminton	Priebe, Kai	Herrenfußball
Diener, Romina	KiTurnen	Reckstat, Sandra	Lauffreff
Dresen, Maria	Yoga	Reil, Jannik	KiTurnen
Gavez, Celin	KiTurnen	Reil, Niklas	KiTurnen
Gippert, Thorsten	Herrenfußball	Rinderle, Brigitte	Yoga
Grau, Brian	KiTurnen	Roming, Tobias	Yoga
Gross, Franziska	Mädchenfußball	Rutz, Emily	KiTurnen
Härle, Jeremia	InlineSkating	Rutz, Sophie	KiTurnen
Härle, Noah	InlineSkating	Sakula, Anton	KiTurnen
Höhmann, Jan-Daniel	KiTurnen	Schindler, Dieter	Haup
Höpfel, Gina-Marie	Badminton	Steinert, Ingo	KiTurnen
Jashari, Ariand	KiTurnen	Steinert, Michael	Lauffreff
Jashari, Lejdina	Haup	Steinert, Tobias	KiTurnen
Joannidis, Kirsten	Jazztanz	Stoeffler, Yves	Badminton
Johnson, Sheron	KiTurnen	Wechicha, Sarah	Badminton
Juldaschew, Vitalie	KiTurnen	Winkler, Falko	Herrenfußball
Karaszeu, Dominik	KiTurnen	Züfle, Arno	Yoga
Karaszeu, Marcel	KiTurnen	Züfle, Beate	Badminton
Klaus, Pia-Darina	Badminton	Züfle, Marcel	KiTurnen
Knoll, Ulrike	Lauffreff		
Kurtz, Nico	KiTurnen		
Kurz, Justin	KiTurnen		



Herzlichen Glückwunsch zum Geburtstag!

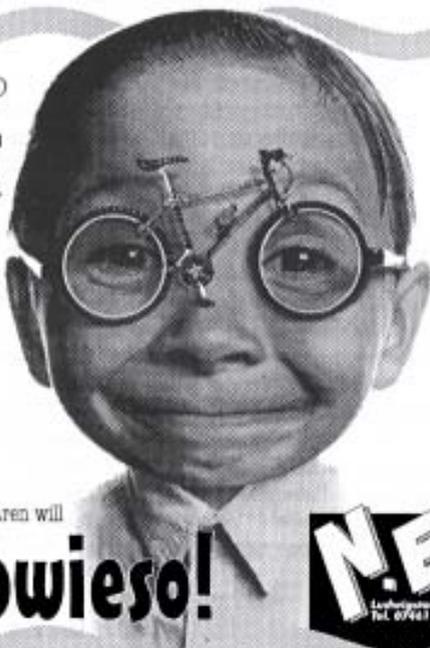
40 Ayla Andac	27.04.1968	60 Viktoria Pfindel	11.04.1948
40 Andreas Burkert	18.06.1968	65 Heide Dreisbach	06.05.1943
40 Iris Gießler	08.05.1968	65 Karl Hiller	24.03.1943
40 Christl Lücke	17.03.1968	65 Waltraud Schmitt	20.05.1943
40 Renate Monopoli	21.05.1968	65 Beate Will	09.06.1943
40 Christina Mußgnug	14.05.1968	70 Gustav Glatt	26.05.1938
40 Patricia Müller	30.04.1968	70 Karl-Eugen Glück	23.03.1938
40 Andreas Störk	28.03.1968	70 Edmund Graf	14.02.1938
50 Walburga Diener	17.02.1958	70 Gerhard Renz	08.02.1938
50 Olaf Hummel	29.04.1958	70 Peter Schmitt	22.02.1938
50 Udo Pechar	21.05.1958	80 Anneliese Wahl	30.05.1928
50 Helmut Peuker	09.05.1958		
50 Jutta Strobel	05.05.1958		
50 Inge Ziegler	22.02.1958		
60 Marita Klumpp	17.05.1948		
60 Inge Martin	01.03.1948		



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 Siegwart Krist

Homepage: www.fahrschule-krist.de

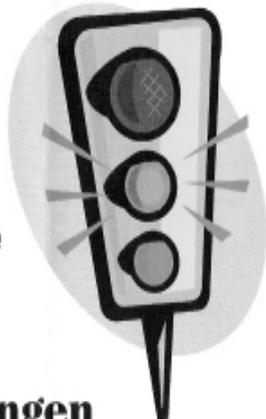
Anmeldung und Info jederzeit möglich.

Tel. 07461/77788

Oberamteistr. 23 78532 Tuttingen

Scheffelstr. 9 78570 Mühlheim

Tel. 07463/991800



Vorstandschafft

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 Mußgnug

Jahnstraße 28, Tuttlingen
Mussgnug@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

Erweiterte Vorstandschafft

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 Vorstandschafft

Badminton: Claudius Hilzinger

Brunntalstr. 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-Weilheim
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
		Donnerstag	LURS-Turnhalle	20:00 - 22:00 Uhr	kostenlos	30,00
Arved Pietsch, Jugend Anfänger	07461-7 35 82 ganzjährig	Dienstag	Steffen Binder 07461-4336 Holderstöckle-Halle	17:15 - 19:00 Uhr	kostenlos	30,00
Jugend Fortgeschr.	ganzjährig	Dienstag	Holderstöckle-Halle	18:00 - 19:00 Uhr	kostenlos	30,00
Figur-Step Isa Brückler	07461-76 07 89 1 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 8888 Mai - Oktober	Donnerstag	Umläufe	19:30 - 22:00 Uhr	kostenlos	erwünscht 3)
	Oktober - April	Donnerstag	IKG-Sporthalle	20:30 - 22:00 Uhr	kostenlos	erwünscht 3)
Herz-/Diabetikersport 1) Elke Beiswenger	07461-77 95 3 ganzjährig	Donnerstag	Schildrain-Turnhalle	18:30 - 20:15 Uhr		
Inline Skating Lauftreff	Sommer	Montag	Nord-Bahnhof	ab 18:00 Uhr	kostenlos	erwünscht 3)
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	Montag	LURS-Turnhalle	20:30 - 22:00 Uhr	12,00	30,00
Kinderfußball Silvia Steinert	6-10 jährige ganzjährig	07461-78 02 31 Donnerstag	Holderstöckle-Turnh.	16:45 - 18:15 Uhr	kostenlos	erwünscht 3)
Kinderturnen Silvia Steinert	3-6 jährige ganzjährig	Donnerstag	Holderstöckle-Turnh.	16:00 - 16:45 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	ganzjährig	Montag	Haus der Senioren	10:30 - 11:30 Uhr	30,00
Helga Krichel	ganzjährig	Mittwoch	Schildrain-Turnhalle	20:30 - 21:30 Uhr	30,00
Rope Skipping	07461-7 66 28				
Leyla Cakar	Kurs 4)	Dienstag	Schildrain-Turnhalle	20:00 - 21:00 Uhr	Sonderkonditionen
Selbstverteidigung	S.R. 07461-16 59 85				
Sadat Ramadani	Kurs 4)	Mittwoch	LURS-Turnhalle	20:30 - 21:30 Uhr	Sonderkonditionen
Senioren-sport	07461-77 03 14				
Helga Krichel	ganzjährig	Montag	Haus der Senioren	09:15 - 10:15 Uhr	12,00 30,00
Step-Mix	07461-76 07 89 1				
Isa Brückler	ganzjährig	Donnerstag	Holderstöckle-Turnh.	18:00 - 19:00 Uhr	Sonderkonditionen
Tae Box fight & fun	F.R. 07461-16 59 85				
Franziska Ramadani	Kurs 4)	Montag	BM: 07464-28 38 LURS-Turnhalle	BM: 07461-26 21 19:30 - 20:30 Uhr	Sonderkonditionen
Barbara Mentzel	Kurs 4)	Montag	Mühlau-Sporthalle	19:30 - 20:30 Uhr	Sonderkonditionen
Triathlon	D.K. 07461-68 29				
Dieter Keilbach	in der Sommerzeit	Mittwoch	Donau-Stadion	18:00 - 19:30 Uhr	
Jean Pierre Marcq	in der Sommerzeit	Freitag	TUWASS	07:00 - 08:00 Uhr	Christop Haller
Walking	07462-78 64				
Peter Hauser	ganzjährig	Montag	Umläufe	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				
Heinz Pfindel	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
 3) Gäste sind willkommen (kostenloses Schnuppern ist max. 4 Wochen lang möglich)
 4) Kurse bis Ende Juli, Kosten sind bei der Fr. Wäschle zu erfragen 07461-46 05

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,-	Aufnahmegebühr	
zwei und mehr Jugendliche	Euro 30,-	Erwachsene	Euro 10,-
Erwachsene	Euro 55,-	Jugendliche	Euro 0,-
Familienbeitrag	Euro 75,-		
Mitglieder über 60 Jahre	Euro 35,-		
Ehepaare über 60 Jahre	Euro 55,-		
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. Rückertungen 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, Lauftreff = 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 Zerspänung 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

Unsere Sportförderung: Gut für den Sport. Gut für die Region.



LB≡BW



 Sparkassen
Versicherung



Sport ist ein wichtiges Bindeglied der Gesellschaft. Er stärkt den Zusammenhalt und schafft Vorbilder. Deshalb unterstützen wir den Sport und sorgen für die notwendigen Rahmenbedingungen: regional und national, in der Nachwuchsförderung, im Breiten- sowie im Spitzensport. Die Sparkassen-Finanzgruppe ist der größte nicht-staatliche Sportförderer in Deutschland. Die Unterstützung von vielen Landes- und nationalen Meisterschaften ist ein Teil dieses Engagements. **Sparkassen-Finanzgruppe. Gut für die Region.**