

# Rundschau

D 8308 F

**TSG 78**  
 **Heidelberg**



Ballschule

Hockey

Inline

Karate

Lacrosse

Leichtathletik

Rehasport

Ski / Volleyball

Tennis

Tischtennis

Turnen / Fitness  
& Gesundheit

**Nr.2/ Mai 2023**



Felix Herold  
Zweigstellenleiter



Benjamin Treiber



Ulrike Schmidt



Jannik Theado



Claudia Bauer



Sabine Zimmermann

## Vertrauenssache Ihr Team in Neuenheim

Wir sind für Sie da. Mit einer Beratung auf **Augenhöhe** – **persönlich, partnerschaftlich** und **qualifiziert**. Sie profitieren von unserer Erfahrung und Kompetenz und einem dauerhaft guten **Preis-Leistungs-Verhältnis**. Was immer Ihr Anliegen ist – bei uns finden Sie den richtigen Ansprechpartner, der Sie bestens berät. Wir freuen uns auf Sie.



**HEIDELBERGER VOLKSBANK**

Ihre Bank

Zweigstelle Neuenheim, Bückenstr. 30



## Das Wichtigste in Kürze

01.05.-01.10.2023	Sport im Park (mit TU-Beteiligung)
12.05.2023	Hockey-Fest
28.05.2023	Qualifikationstag Technik (LA)
30.05.-02.06.2023	Ferienprogramm „Sport und Spiel“
18.06.2023	Lebendiger Neckar (mit LC-Beteiligung)
23.06.2023	Landeskinderturnfest Offenburg (mit TU-Beteiligung)
23.06.2023	Mittsommerbeach (SV)
07.-09.07.2023	Landeskinderturnfest Offenburg (mit TU-Beteiligung)
12./13.08.2023	Kurfürsten-Cup (LC)
31.07.-04.08.2023	Ferienprogramm „Sport und Spiel“ – Woche 1
21.08.-25.08.2023	Ferienprogramm „Sport und Spiel“ – Woche 4
28.08.-01.09.2023	Ferien-Champs

**EIN LEBEN  
VERÄNDERN!**

Mit einer Patenschaft können Sie Gewalt an Mädchen bekämpfen.





**„WERDEN SIE PAT:IN!“**

**Plan International Deutschland e.V.**

[www.plan.de](http://www.plan.de)



Gibt Kindern eine Chance

Redaktionsschluss für die nächste Ausgabe am 6.7.2023

1. Vorsitzender:

Christoph Rapp, Im Anger 13, 69118 Heidelberg

---

Tiergartenstr. 9, 69120 Heidelberg, Geschäftsstelle  
Telefon 41 28 19, Telefax 45 59 92

<http://www.tsg78-hd.de>, E-mail: [info@tsg78-hd.de](mailto:info@tsg78-hd.de)

---

Vereinskonto

Sparkasse Heidelberg

BIC SOLADES1HDB

IBAN DE80 6725 0020 0001 0022 28

---

Öffnungszeiten:

Mittwoch 10.00-13.00 Uhr

Dienstag und Donnerstag 15.00-17.30 Uhr

---

Spendenkonto

Sparkasse Heidelberg

BIC SOLADES1HDB

IBAN DE38 6725 0020 0001 0003 65

---

Im TSG-Sportpark:

Gaststätte Roseto Tel. 06221-409480

---

Tennishalle des Turn- und Spielplatzvereins Tel.

06221-410441

---

## Liebe Mitglieder,

wir freuen uns, im März diesen Jahres die 2000.-Grenze überschritten zu haben! Nein, der TSG-Vorstand war nicht auf Bergtour, sondern durfte das 2000. Mitglied begrüßen. Fredrik, ein Junge aus der Inlineabteilung, war der Glückliche. Er verbesserte zunächst in einem Inlinekurs für Beginner bei Heidi seine Fähigkeiten auf acht Rollen und trainiert nun bei Wolfgang in der Inline Laufschule. Bleibt er weiterhin mit Begeisterung dabei, wird er sicher einmal ein guter Inline-Hockey-Spieler, zumal er von Abteilungsleiter Jörg Böhler einen eigenen Puck geschenkt bekam. Der 1. Vorsitzende, Christoph Rapp überreichte ihm noch einen TSG-Turnbeutel mit Sportlerhandtuch und TSG-Shirt. Mit seinem Bruder stürmte er dann auch gleich los und probierte den neuen Puck in der Inline-Arena aus. Wir wünschen

ihm auf alle Fälle weiterhin viel Spaß beim Training!



Abteilungsleiter Jörg Böhler (links) und 1. Vorsitzender Christoph Rapp (rechts) begrüßen Fredrik als 2000. Mitglied der TSG 78.

## Mitgliederversammlung am 23. März 2023

Die ordentliche Mitgliederversammlung der TSG 78 Heidelberg fand am Donnerstag, den 23.3.23 in den Räumen des TSG-Gaststätte Roseto statt. Der 1. Vorsitzende Christoph Rapp begrüßte die anwesenden Mitglieder.

Zunächst wurde den verstorbenen Mitgliedern Doris Schafheutle, Hermann Steinbüchel, Inge Schröder und Otto Maichle gedacht und dann ein ausführlicher Bericht über die Aktivitäten im vergangenen Jahr erstattet. Aufgrund der neuen Räumlichkeiten, unserem Athleticon, drei neuen Abteilungen und einem fast „coronafreien Jahr“, gab es hier viele Neuigkeiten. Herr Rapp dankte allen Ehrenamtlichen und Funktionsträgern für deren Engagement für die TSG 78. Der Kassenbericht 2022 wies erwartungsgemäß ein hohes Defizit auf, weshalb die Beitragserhöhung 2023 notwendig war. Nach der Verlesung des Kassenprüfberichtes wurde der Vorstand entlastet.

Bei den Neuwahlen wurde Hermann Häfner als 2. Vorsitzender Referat Sport und Ehrungen bestätigt. Die beiden

Kassenprüfer\*innen und die Mitglieder des Ältestenrats wurden ebenfalls wiedergewählt. Vakant sind nun die Posten des/r 2. Vorsitzenden Referat Wirtschaft und Finanzen sowie der/die Referent\*in für Öffentlichkeitsarbeit. Wer Interesse hat, möge sich bitte in der TSG-Geschäftsstelle melden.

Anschließend wurden zwei Satzungsänderungen zur neuen Satzung von 2022 vorgestellt: Eine Änderung in §9 (4) und eine Ergänzung in §14 (3). Die genauen Wortlaute können gerne in der Geschäftsstelle eingesehen werden. Die aktualisierte Satzung wird nach Eintragung ins Vereinsregister auf der Homepage veröffentlicht und in der Geschäftsstelle einsehbar sein.

Die Abteilungsleiter\*innen berichteten anschließend über die Geschehnisse des vergangenen Jahres in ihren Abteilungen. Als Antrag war die Ernennung von Christian Maichle zum Ehrenmitglied der TSG 78 eingegangen. Die Versammlung stimmte einstimmig dafür. Die Ehrung wird bei der nächsten Jubilarfeier durchgeführt. Christoph Rapp beendete die Versammlung um 21.20 Uhr.

HAUSTECHNIK  
**Neumann** GmbH

SANITÄR · HEIZUNG · SOLAR

Heinrich-Lanz-Str. 8  
68723 Plankstadt

Tel. 06202/70 33 577

## Tag der offenen Tür am 1. April 2023 im Athleticon

Der Tag der offenen Tür am 1. April im Athleticon und (nicht) an der Calisthenics-Anlage, war trotz schlechter Witterung ein großer Erfolg.

Die Wettervorhersage hatte es bereits prophezeit, was dann auch tatsächlich eingetreten war: Schon der erste Tag im April wurde dem zweifelhaften Ruf dieses Monats gerecht und war ungemütlich kühl, regnerisch und brachte so gar kein Wetter, um länger draußen zu verweilen. Schweren Herzens hatten wir daher bereits im Vorfeld die Hüpfburg für die kleinen Besucher abgesagt. Doch unsere Befürchtungen, dass sich an so einem unwirtlichen Tag keiner aus dem Haus begibt, wurde nicht bestätigt. Schon kurz nach Beginn der Veranstaltung strömten v.a. Familien in das Athleticon. Die Mitmachangebote durch unsere Ballschule und Karateabteilung in der oberen Halle sowie das Kinderschminken entschädigten ohne Zweifel die jungen Besucher für die fehlende Hüpfburg. Über mehrere Stunden (be-) herrschte

ein buntes, munteres Treiben im ersten OG des Athleticons.

Der Rehasport wurde zwar von den vielen Ballkünstler\*innen und Karate-Kids etwas an den Rand gedrängt, doch tat dies der allseits guten Stimmung keinen Abbruch. Die Rehasport-Interessierten kamen am Rande der Halle und am Infostand dennoch auf ihre Kosten.

Dem Fitness-Wettbewerb, der wetterbedingt von unserer Calisthenics-Anlage in den Gymnastikraum (den alten kleinen Leichtathletik-Kraftraum) verlegt worden war, wollten sich allerdings leider nur wenige Damen, Herren und Familien stellen. Viele Besucher und Interessierte informierten sich jedoch bei den Leichtathleten über den großen, neuen Kraftraum und konnten unter fachkundiger Anleitung auch das eine oder andere Gerät ausprobieren.

Zusätzlich luden unsere Lacrosse-Damen auf dem Rasen der Leichtathletikbahn dazu ein, die „schnellste Sportart auf zwei Beinen“ zu testen, was in den



Zwei unserer Karatekas mit vielen motivierten „Karate-Kids“

Regenpausen auch immer wieder eifrig angenommen wurde.

Das Kinderschminken, vor dem sich immer wieder eine lange Schlange bildete und das vielseitige Buffet mit süßen

und herzhaften Angeboten rundeten das Programm ab.

Unser erster Vorsitzender Christoph Rapp sowie alle Mitarbeiter\*innen waren sich anschließend einig: Der April macht mit uns NICHT was er will!



Unsere beiden Schmink-Künstlerinnen zauberten viele Löwen, Schmetterlinge, Häschen u.a. Geschöpfe hervor.



Auf dem Rasen der Leichtathletikbahn konnte Lacrosse, die schnellste Sportart auf zwei Beinen, ausgiebig getestet werden.

## Vakante Ämter bei der Vereinsleitung - die Reihen des Vorstands-Teams lichten sich immer mehr

Unsere Mitgliederzahlen haben gerade die 2.000-Marke geknackt. Ein Grund für unseren 1. Vorsitzenden Christoph Rapp und sein Vorstand-Team sich zu freuen. Wenn die Freude nicht durch die Tatsache getrübt würde, dass das Vorstands-Team des Hauptvereins immer kleiner wird. Die neuen Beitritte zeigen, dass es erfreulicherweise wieder mehr Menschen - darunter auch viele Familien - schätzen, in einem Verein und nicht in einem der unzähligen kommerzielle Sport- und Fitness-Anbieter sportlich aktiv zu sein. Doch ein Verein lebt nun einmal vom Ehrenamt, trotz hauptamtlicher Mitarbeiter, die in einem Verein wie der TSG 78 auch schon lange nicht mehr wegzudenken sind. Die im Vergleich zu kommerziellen Anbietern geringe Mitgliedsbeiträge sind nur möglich, da sich engagierte Menschen in diese große sportliche Interessensgemeinschaft einbringen. Aktuell werden für folgende Vorstands-Ämter Mitarbeiter\*innen gesucht:

- 2. Vorsitzende\*r Referat Wirtschaft und Finanzen
  - Referenten\*in für Öffentlichkeitsarbeit
  - Jugendwart\*in
  - Nachhaltigkeitsbeauftragte\*r
- Unverbindliche Informationen zu den vakanten Ämtern und Aufgabenbereichen gibt es unter [info@tsg78-hd.de](mailto:info@tsg78-hd.de) sowie während der Öffnungszeiten der Geschäftsstelle. Wir freuen uns auf Euch!  
*Euer Vorstandsteam*



Christoph Rapp, unser 1. Vorsitzender, sucht weiterhin nach Vorstandskolleg\*innen.

		<b>EISENWAREN SCHAD</b>
		
69115 Heidelberg Bergheimer Str. 101 Tel. 06221/22341		



[www.swhd.de](http://www.swhd.de)

*für kleine talente  
für große rekorde  
für dich*



Wir unterstützen Sport-Talente zahlreicher  
Vereine in Heidelberg und Umgebung.  
Mehr dazu unter [www.swhd.de](http://www.swhd.de)

stadtwerke  
heidelberg

## Sport im Park 2023 – erneut mit TSG 78-Beteiligung

Das städtische Projekt Sport im Park geht in Heidelberg nun schon in die 3. Runde. Unter dem Motto „Mach mit - bleib fit!“ kann die Heidelberger Bevölkerung kostenlos und unverbindlich auf verschiedenen öffentlichen Grünflächen gemeinsam in der Gruppe an der frischen Luft etwas Gutes für den eigenen Körper tun. Vom 2. Mai bis 1. Oktober 2023 werden verschiedene Gesundheits- und Fitness-Kurse sowohl für Untrainierte wie für Sportliche aller Altersgruppen

angeboten. Bereits zum zweiten Mal ist Benita, unsere Yoga-Trainerin, dabei. Sie wird dienstags von 19.00-20.00 Uhr im Park an der Uferstraße (zwischen Café Frisch und Neckarwiese) eine Yoga-Stunde anbieten. Zudem wird im Namen der TSG 78 die erfahrene Tai Chi - Trainerin Cecilia Lima-Wüst dienstags von 18.00-19.00 Uhr auf dem Werderplatz eine Tai Chi-Stunde anbieten.

Interessierte sind jederzeit willkommen!

### ***Rundschau online***

Sie wollen der Umwelt etwas Gutes tun und Papier sparen? Sie wollen der TSG 78 helfen Kosten zu sparen? Prima! Dann stellen Sie um auf Rundschau online. So geht es: Sie schreiben der Geschäftsstelle unter [info@tsg78-hd.de](mailto:info@tsg78-hd.de) eine E-Mail mit dem Betreff „Rundschau online“ und schon erhalten Sie die Rundschau künftig nicht mehr per Post zugeschickt, sondern immer pünktlich zum Erscheinungstermin eine Mail mit dem Link zur neuen Rundschau auf unserer Homepage ([www.tsg78-hd.de](http://www.tsg78-hd.de)). Vielen Dank für Ihre Unterstützung!

### ***10er Trainingskarte***

Schnupperer, die sich nach zweimaligem Probetraining noch nicht für eine Vereinsmitgliedschaft entscheiden können, bieten wir ab sofort eine 10er Trainingskarte an. Die Karte kostet 80,- € und muss bei jedem Training vom verantwortlichen Trainer/Übungsleiter unterschrieben werden. So kann man länger schauen, ob das Training einen anspricht oder nicht. Die Karte ist übertragbar und kann somit auch von Paaren, anderen Familienmitgliedern oder Freunden gemeinsam genutzt werden.

Interessenten melden sich bitte in der TSG-Geschäftsstelle unter Tel. 06221-412819 oder [info@tsg78-hd.de](mailto:info@tsg78-hd.de)

### **Info der Geschäftsstelle**

Der Austritt aus dem Verein ist zum Ende eines jeden Kalenderjahres möglich und muss durch eine schriftliche Erklärung an die Geschäftsstelle erfolgen. Die Kündigung muss spätestens am 15. November eines Jahres eingegangen sein, um zum 31. Dezember des gleichen Jahres wirksam zu werden. Jede Kündigung der Vereinsmitgliedschaft wird durch die TSG 78 schriftlich bestätigt. Der Austritt entbindet nicht von der Verpflichtung zur Beitragszahlung für das laufende Kalenderjahr.

## Ferienprogramme in Pfingst- und Sommerferien

Unter der Leitung von Martin Seiler veranstalten wir in den Pfingst- und Sommerferien Ferienprogramme für Kinder zwischen 6 und 12 Jahren im TSG 78-Sportpark unter dem Motto „Sport und Spiel“.

Neben unterschiedlichen Sportaktivitäten werden wir uns in kleinen Wettbewerben messen, unterschiedliche Sportarten mit und ohne Ball ausprobieren und auch genug Zeit haben, um eigenen Spielideen nachzukommen!

Oberstes Ziel in den Ferien ist immer Spaß zu haben, ist doch der Alltag, auch im Kindesalter, schon durchgetaktet. In Anlehnung an das Konzept der Ballschule Heidelberg haben die Kinder in den Ferien genügend Zeit, spielerisch Erfahrung in unterschiedlichen sportlichen Kontexten zu sammeln und selbstständig die „Straßenspielkultur“ wieder aufleben zu lassen.

Wir möchten in einer entspannten Atmosphäre auf die Wünsche der Kinder eingehen und mit ihnen zusammen eine spannende Ferienwoche erleben.

### Termine

Pfingstferien 30.05.-02.06.2023

Sommerferien Woche 1

31.07.-04.08.2023

Sommerferien Woche 4

21.08.-25.08.2023

### Tagesablauf

08:30 – 09:30 Uhr: Ankommen, freies Spiel

09:30 – 12:00 Uhr: Sportprogramm und Wünsche der Kinder!

12:00 – 13:00 Uhr: Wir essen zu Mittag!

13:00 – 15:00 Uhr: Sport/Kreativität/ Teamaufgaben

15:00 – 15:30 Uhr: Abholzeit

Kosten: Pfingsten 115,- Euro / Sommer 150,- Euro inkl. Mittagessen und kleine Snacks. Vereinsmitglieder und Geschwisterkinder erhalten je 10,- Euro Ermäßigung. Heidelberg-Pass-Besitzer/-innen können die Feriengutscheine abgeben.

Anmeldeformular auf der Homepage. Bei Fragen gerne melden - Martin Seiler, 0176-43209929 oder ballschule@tsg78-hd.de

*Berücksichtigen Sie beim Einkauf  
bzw. bei der Auftragsvergabe unsere Inserenten.  
Sie helfen uns bei der Finanzierung  
dieser Vereinszeitung.*

# Neueintritte

Wir begrüßen alle neuen Mitglieder ganz herzlich in unserer Vereinsfamilie. Wir wünschen Ihnen viel Freude am Sport und viel Spaß in der Gemeinschaft Ihrer Abteilung.

Wenn Sie Schwierigkeiten, Fragen oder Wünsche haben, wenden Sie sich bitte an die Geschäftsstelle der TSG 78 oder an Ihre/n Abteilungsleiter/in.

Akrami Prince Salmay Hans KR  
Aretini Andrea LA  
Azevedo Arthur TU  
Azevedo Henry TU  
Beig Ilsa LA, SV  
Beister Kian BS, TU  
Bennewitz Oliver HO  
Bertolino Alina TU  
Bischoff Paul BS  
Blaszczyk Paul-Anton TT  
Böhler Jörg IL  
Braschoß Anna TE  
Bruch Sigrid RS  
Brück Benedikt TE  
Bühler Fredrik IL  
Carls Charlie BS  
Carls Ella BS  
Cherubim Yannik IL  
Choukair Stella LA  
Dahlhausen Christian TE  
Daniel Moreno Alberto LA  
Dimpfl Moritz TE  
Dyer Arthur LC  
Ebel Lara (TU)  
Felbur Francis LA  
Frelet Ella TU  
Friedrich Kiara TU  
Gabriel Frederick BS  
Geiß Amelie BS  
Gerein Valentin TT  
Giacomel Iris LA  
Gong Ziqing BS  
Götz Christian TE  
Groppenbacher Marie TU  
Günther Otto TU

Heberer Johannes SV  
Helmbold Marvin TE  
Hildebrand Helga RS  
Hillebrandt Ruben LA  
Hinz Anton LA  
Holland Franz TE  
Holland Gustav TE  
Holland Johann TE  
Holze Magdalena LA  
Hub Tobias TE  
Hunold Lisa TE  
Jäger Laura Bettina TE  
Jeschke Annika LC  
Kalmar Tim HO  
Kiefer Amelie TE  
Kindt Lorenz BS  
Klein Antja RS  
Klinzmann Kristin TE  
Klug Johannes LC  
Knapp Nikolai BS  
Knapstein Cornelius BS  
Knörr Patrick TE  
König Madeleine LA  
Korth Arthur LA  
Koutra Anna BS  
Kozakli Bilal TT  
Krambs Louis LA  
Kuhn Holger KR  
Laier Peppa HO  
Landwehr Anita TE  
Langhoff Jutta RS  
Lehmann Tonia TU  
Leonhardt Marius TE  
Lingnau Sabine HV  
Loos Lumina BS

Loßnitzer Liam TT  
Lukin Timofei BS, IL  
Mairani Tessa BS  
Martin Zoe-Sofia TE  
Martinez Emilie Sofia BS  
Mennenöh Ella TU  
Nagel Nike Elisa HO  
Oparin Alissa BS  
Oparin Mira BS  
Ott Sandra TE  
Patra Aaria IL  
Paulsen Nils Janosch HO  
Piller Manuel LA  
Rege Shaunak LA  
Reider Christian LA  
Reinhardt Juri TU  
Ries Matine TE  
Ruesch Nuria IL  
Russell Charlie BS  
Rybol Leonie TE  
Sauter Jonas IL  
Sauthoff Lea TE  
Schaaf Justin TE  
Schaaf Maximilian BS  
Schirmer Konrad BS  
Schließer Tessa HO  
Schöffl Lenny TT  
Schuhmacher Jarik BS  
Schusta Susanne TU  
Schwarz Joelle TU  
Stadtmüller Elisabeth Anna TU  
Stern Julius BS  
Stiefel Christoph LA  
Strümpel Claire TU  
Szendroepi Adam BS

Szendroepi Anna BS

Thiele Lucas Maximilian BS

Tropf Emily TE

Velte Glenn BS

von der Linde Monika LA

von der Linde Noemi LA

Vossmeier Isabell TU

Wallenwein Lilli TU

Walther Ottilie RS

Weiss Lea TU

Werthwein Carla LA

Winklmeier Hansjörg RS

Wirth Caisa TU

Wirth Carla TU

Wirth Lena TU

Yilmaz Aras BS

Zirngibl Katharina LA

HV=Hauptverein, BS=Ballschule, HO=Hockey, IL=Inline, KR=Karate, LA=Leichtathletik, LC=Lacrosse, RS=Rehasport, SV=Ski/Volleyball, TE=Tennis, TT=Tischtennis, TU=Turnen/Fitness&Gesundheit

## Neue Homepage online

**W**as lange währt, wird endlich gut! Dieses Sprichwort hat sich bzgl. unserer neuen Vereins-Homepage bewährt. Stand die Idee, eine neue Homepage zu erstellen, schon seit Jahren im Raum, wurde sie im Jahr 2021 mit der Gründung einer Arbeitsgruppe endlich ins Rollen gebracht. Leider hatte sich diese Gruppe im Jahr 2022 in Luft aufgelöst, sodass die Fertigstellung sich in die Länge zog und letztendlich von der TSG-Geschäftsstelle übernommen werden musste. Unser Dank gilt jedoch in besonderem Maße der Firma Koinegg IT, die uns kostenlos eine Mitarbeiterin zur Verfügung gestellt

hat, ohne deren Hilfe es jetzt noch keine neue Vereins-Homepage geben würde! Vielen Dank an Claudia für Ihre Geduld bei der Erstellung der Homepage, den Schulungen, Online-Meetings und unzähligen Mails! Unser Dank gilt selbstverständlich auch den Abteilungsverantwortlichen, die unsere Homepage mit Inhalten füllen.

Das Ergebnis kann sich sehen lassen, ist aber natürlich weiterhin noch ausbaufähig und verbesserbar. Schauen Sie sich die neue Homepage an und melden Sie sich bei konstruktiver Kritik oder Verbesserungsvorschlägen gerne in der TSG-Geschäftsstelle.

### ***NABU-Handy-Sammelstelle***

In der Geschäftsstelle der TSG 78 befindet sich eine Handy-Sammelbox. Alte und defekte Handys können dort abgegeben werden. Wichtig: Die SIM-Karte vorher entfernen und die persönlichen Daten aus dem Handyspeicher löschen. Die Handys werden dann einer umweltgerechten Entsorgung zugeführt und der NABU erhält den Erlös für das Naturschutzprojekt „Untere Havel“. Nähere Infos dazu unter [www.nabu.de](http://www.nabu.de).

### **Kummertelefon für Kinder und Jugendliche**

**0178-1961527 oder [110@tsg78-hd.de](mailto:110@tsg78-hd.de)**

Bei Mobbing, aggressivem Verhalten, sexueller Gewalt oder Kummer jeder Art. Wendet euch vertrauensvoll an Pia Maier. Anfragen werden streng vertraulich behandelt!

## Beim Online-shoppern Geld für die TSG 78 sammeln

Wer manchmal online shoppen geht, kann jetzt ganz einfach die TSG 78 dabei unterstützen. Besuchen Sie Ihren gewohnten Online-Shop ganz einfach über die Spendenplattform „schulengel.de“. Bei der Plattform ist die TSG 78 als Spendenempfänger registriert und erhält Prozenzte durch Ihren Einkauf. Die gesammelten Gelder werden am Jahresende über den Jugendfond des Hauptvereins an die Abteilungen der TSG 78 verteilt. Das Geld kommt also direkt den Kindern und Jugendlichen der Abteilungen zugute. Seit 2020 konnten so bisher 324,88 € gesammelt werden. Wir

würden uns freuen, wenn es noch mehr wird, indem Sie künftig die Abteilungen der TSG 78 durch Ihre Online-Käufe unterstützen.

### So geht's:

1. Homepage von [www.schulengel.de](http://www.schulengel.de) aufsuchen
2. Einrichtung TSG 78 wählen
3. Mit oder ohne Registrierung anklicken
4. Zum gewünschten Shop gehen (Bsp.: ebay, Lidl, booking.com, Tchibo, Decathlon u.v.m.)
5. Wie gewohnt beim Shop anmelden und einkaufen

# Ristorante Pizzeria Roseto

im TSG 78 – Sportpark

Tiergartenstr. 9, 69120 Heidelberg

Tel. 0 62 21 / 40 94 80

[www.ristorante-roseto.de](http://www.ristorante-roseto.de)

**Täglich wechselndes MITTAGSMENÜ**

**Dienstag, Donnerstag und Freitag abends**

**MENÜANGEBOT**

## Online-Shop für TSG-Vereinskleidung mit neuer Kollektion

Es gibt eine neue Kollektion von „craft“ im TSG-Online-Shop: Hoodys, Jacken, Hosen und Shirts in verschiedenen Ausführungen. Schauen Sie rein im TSG-Teamshop (Link auf der Homepage). Beratung zu den Größen und Muster zur Beschaffenheit der Textilien (kein Kauf von TSG-Kleidung vor Ort) oder Hilfe bei der Bestellung gibt es bei YELLOWGREEN in der Weststadt: <https://yellow-green.de/Sportgeschaefft/>

Die bisherige Kollektion von „JAKO“ (Einzelstücke in verschiedenen Größen - Hoodys in blau, Jacken in blau, Hosen in schwarz, T-Shirts in blau und weiß) kann in der TSG-Geschäftsstelle zu reduzierten Preisen gekauft werden. Schauen Sie vorbei zu den Öffnungszeiten (Di + Do 15.00-17.30, Mi 10.00-13.00) oder rufen Sie an unter 06221-412819 wenn Sie wissen möchten, was genau in welcher Größe zu verkaufen ist.

**Abishirts Teamkleidung Sublimation**  
**Vereinstrikots Arbeitskleidung Sponsoring**  
**Firmenbranding YOUNIQ Transferdruck**  
**Craft Stick Corporate Design Joma**  
**Fairtrade Textilveredelung Jako**  
**Individualisierung Berufskleidung**  
**Webdesign Beratung** uhlSPORT  
Kempa  
**Grafikdesign Businesskleidung**  
**Schillerstraße 1 Mannschaftstextilien Sportgeschäft**



YELLOWGREEN GmbH • [www.yellowgreen.de](http://www.yellowgreen.de) • [info@yellowgreen.de](mailto:info@yellowgreen.de) • +49 1703431135

*Berücksichtigen Sie beim Einkauf  
bzw. bei der Auftragsvergabe unsere Inserenten.  
Sie helfen uns bei der Finanzierung  
dieser Vereinszeitung.*

# Jahresbeiträge in Euro

	Erwachsene	Ehepaare, Familien (inkl. Kinder bis 16 J.)	Ermäßigte (+ Passive) (Kinder bis 16 J., Schüler, Azubis, Studenten – mit Nachweis)
<b>Grundbeitrag</b>	120,00	162,00	66,00
<b>Passivbeitrag</b>	42,00	63,00	24,00
<b>Abteilungsbeiträge:</b>			
<b>Ballschule<sup>1</sup></b>			1. Kind monatl. 22,00 2. Kind monatl. 20,00 ab 3. Kind monatl. 18,00
<b>Hockey</b>	204,00	411,00 <i>(nur mit Erw.)</i> ab 2024 396,00	Kinder/Jgd. bis 18 J. 240,00 ab 2024 Ermäßigte 192,00 Passive 66,00
<b>Inline</b>	84,00 ab 2024 96,00	138,00 ab 2024 156,00	66,00 ab 2024 72,00 Passive 12,00
<b>Karate</b>	156,00	192,00	96,00
<b>Lacrosse</b>	120,00		Kinder bis 16 J. 60,00
<b>Leichtathletik</b>	72,00	120,00	60,00 Kinder bis 13 J. 48,00 Kinder bis 7 J. 30,00 Passive 15,00
<b>Rehasport<sup>1</sup></b>	Mit ärztlicher Verordnung (Muster 56) keine Kosten. Ohne Verordnung monatlich 20,- € (kein Grundbeitrag)		
<b>Ski/Volleyball</b>	30,00	51,00	21,00
<b>Tischtennis</b>	60,00		48,00
<b>Turnen / Fitness &amp; Gesundheit</b>	66,00	96,00 <i>(ab 3 Kinder)</i>	54,00 Kinder bis 6 J. 48,00
<b>Tennis<sup>2</sup></b>	155,00	260,00	Jugendl. bis 17 J.: 75,00 Jugendl. bis 17 J.: 37,50 <i>(wenn ein Elternteil in Tennis aktiv)</i> Studierende 18-29 J.: 120,00 Passive: 20,00
<b>Tennis Umlage</b>	16-17 J. 15,00 18-65 J. 30,00	(wird bei 2 Std. Arbeitseinsatz zurückerstattet)	
<b>Tennis Schrank</b>	8,00 groß 16,00		

Die Beiträge (Grundbeitrag und Abteilungsbeitrag) werden per Lastschrift jährlich (1. Februar) oder halbjährlich (1. Februar und 1. August) eingezogen. <sup>1</sup> Die Beiträge für die Abteilungen Ballschule und Rehasport werden quartalsweise abgebucht. <sup>2</sup> Bei der Abteilung Tennis ist nur der jährliche Einzug möglich. Im Jahr des Vereinsbeitritts wird der anteilige Beitrag ab dem Beitrittsmonat erhoben (bei Tennis pro Halbjahr). Es erfolgt keine Beitragsrückerstattung im Jahr der Kündigung. Die Kündigungsfrist ist jeweils am 15. November zum Jahresende. Die Abteilungen Ballschule und Rehasport können jeweils 7 Tage zum Quartalsende gekündigt werden. Die Satzung und Beitragsordnung der TSG 78 Heidelberg sind zu beachten.

Die notwendige Erhöhung der Mitgliedsbeiträge ab 2023 stellt eventuell für manche Mitglieder ein Problem dar. Der Vorstand möchte jedoch, dass alle, unabhängig vom Einkommen, die Möglichkeit haben in der TSG-Gemeinschaft Sport zu treiben. Daher weisen wir darauf hin, dass Inhaber\*innen vom Heidelberg-Pass oder Heidelberg-Pass+ Zuschüsse zum Mitgliedsbeitrag beantragen können. Infos dazu bei der Stadt HD unter [www.heidelberg.de/hd/HD/Rathaus/Heidelberg\\_Pass.html](http://www.heidelberg.de/hd/HD/Rathaus/Heidelberg_Pass.html). Satzungsgemäß können Mitgliedern, die in eine finanzielle Notlage geraten sind, laut §5 (3) der Satzung Beiträge in begründeten Ausnahmefällen ganz oder teilweise erlassen werden. Hierzu reicht ein formloser Antrag mit Begründung an den Vorstand.

Stand: 13.04.2023



## Straßenspielkultur in der Halle

Oft werden wir gefragt, was denn die Ballschule ist und ob denn dort einfach die verschiedenen Ballsportarten wie Fußball, Basketball oder Handball gespielt werden. Die Ballschule ist aber mehr als nur ein Sammelsurium von verschiedenen Ballsportarten. Die Straßenspielkultur, die natürliche Ballschule, ist heute bedauerlicherweise aus dem Tagesverlauf der Kinder so gut wie verschwunden. Durch die steigende Verstädterung und den zunehmenden Medienkonsum gehören Fertigkeiten wie Prellen, Fangen, Werfen, Passen

und Schießen nicht mehr zur Alltagsmotorik und sind somit nicht mehr auf eine selbstverständliche Weise in unsere Lebenswelt eingebunden. Die Ballschule versucht die charakteristischen Merkmale der Straßenspielkultur zu übernehmen und in die Ballschulstunden zu integrieren. Hierzu zählt die Entwicklungsgemäßheit, die Vielseitigkeit aber auch das Freudbetonte spielen und lernen sowie das spielerisch-unangeleitete Lernen. In der Ballschule steht das Ausprobieren immer über langwierigen Erklärungen – hier gilt: „Probieren über Studieren“!

### Derzeitige Trainingsgruppen:

#### Mini 2 (5-6 Jahre)

Montag 16-17 Uhr  
Montag 17-18 Uhr  
Dienstag 16-17 Uhr  
Mittwoch 16-17 Uhr  
Freitag 17-18 Uhr

#### Mini 1 (3-4 Jahre)

Dienstag 17-18 Uhr  
Mittwoch 17-18 Uhr  
Donnerstag 16-17 Uhr

#### ABC (7-8 Jahre)

Freitag 16-17 Uhr

In Planung: Weitere Gruppen für 7-8 Jährige und Baby-Ballschule. Schnuppern jederzeit möglich, einfach melden unter [ballschule@tsg78-hd.de](mailto:ballschule@tsg78-hd.de).

## Ferienprogramme in Pfingst- und Sommerferien

Unter der Leitung von Martin Seiler veranstalten wir in den Pfingst- und Sommerferien Ferienprogramme für Kinder zwischen 6 und 12 Jahren im TSG 78-Sportpark unter dem Motto „Sport und Spiel“ mit Sportaktivitäten

in Anlehnung an das Konzept der Ballschule Heidelberg und spielerischen Erfahrungen in unterschiedlichen sportlichen Kontexten.

Näher Infos im vorderen Teil dieser Rundschau oder auf der TSG-Homepage.

## Liebe Mitglieder, liebe Eltern,

am 17. März 2023 fand die Jahreshauptversammlung der Abteilung im Roseto statt. Obwohl nur wenige Mitglieder die Gelegenheit nutzten daran teilzunehmen, konnte die Abteilungsleitung feststellen, dass die Auflösung der Kooperation mit dem HCH ordnungsgemäß erfolgt ist und man guten Mutes in die bevorstehende Feldsaison startet. Die Berichte des Sport- und Jugendwartes reflektierten das vergangene Jahr und gaben Ausblick auf die bevorstehenden Aufgaben. Stefan Jech konnte als Kassenwart ein ausgeglichenes Ergebnis für 2021 und 2022 präsentieren, das im Nachgang von den Prüfern noch geprüft werden muss, da diese zeitlich verhindert waren. Daher wurde die Entlastung des Kassenwartes verschoben. Die Entlastung des Vorstandes erfolgte einstimmig. Bei

den anschließenden Neuwahlen konnten alle Posten im Vorstand besetzt werden (vorwiegend die bekannten Gesichter). Auf Antrag wurde eine Beitragssenkung der Jugend- und Familienbeiträge beschlossen, die aber satzungsgemäß erst ab 2024 wirksam werden kann.

Der Förderverein der Hockeyabteilung lädt am Freitag, dem 12. Mai 2023 zu einer After-Work-Matinee im Hockey-Center ein. Neben der Gelegenheit sich ausgiebig über Hockey zu informieren, besteht für für alle Altersgruppen die Möglichkeit zu schnuppern und sich bei Speisen und Getränken informative Gespräche über die Ziele der Abteilung und des Fördervereins zu führen. Alle Interessierte sind herzlich eingeladen.

## Beendigung der Hallensaison 2022/2023 - Letzte Turniere

Am 22.01.2023 fand ein Turnier der U10 Mannschaft in Lahr am Fuße des Schwarzwaldes statt. Wir waren mit gerade ausreichender Besetzung und mit Piet als Betreuer unterwegs. Die Spielergebnisse:

TSG - VfB Stuttgart	2:3
TSG - TV Karlsruhe	3:0
TSG - HC Lahr	3:3

wieder reisen, diesmal nach Stuttgart. Auch hier konnten wir wieder nur mit knapper Besetzung antreten, was sich dann am Ende doch bemerkbar machte. Die Spielergebnisse:

TSG - HC Ludwigsburg 2	2:2
TSG - HTC Stuttgarter Kickers	4:1
TSG - VfB Stuttgart	0:7

Am 11.02.2023 musste die U10 schon

Am 05.03.2023 dann das letzte U10-Turnier der Hallensaison beim HCH in der

Pestalozzihalle. Im ersten Spiel gegen den HCH waren unsere Jungs engagiert und motiviert und tatsächlich gelang ein 1:0 Sieg. Gegen den TSV Mannheim gewannen wir mit 4:1 und zum Abschluss mussten wir uns bei zunehmender Müdigkeit dem AC Weinheim mit 0:2 geschlagen geben. Nach dem Spiel verabschiedete sich Piet von der Mannschaft, der die Jungs so viele Jahre betreut und auch gecoacht hat. Piet ein großes Dankeschön dafür. Auch Jakob – Trainer und Betreuer- verabschiedete sich zumindest von den Spielern, die ja jetzt im Feld eine Klasse höher spielen werden. Auch dir Jakob möchten wir ganz herzlich für dein unermüdliches Training und das Coachen bei den Turnieren danken.

Am letzten Spieltag waren dabei: Benjamin, Caspar, Mathis, Ole, Antonius, Pablo, Max und Kathie.

Bela und Clemens waren für uns als Schiedsrichter im Einsatz.

Die U8 Mannschaft hatte ihr letztes Turnier in der Hallenrunde am 11.03.2023 beim HCH im SPZM. Caro betreute das Team beim Spiel mit vier Spielern auf jeweils zwei Tore. Die Spielergebnisse:

TSG - HCH 2	5:3
TSG - HC Mannheim 5	4:4
TSG - HC Mannheim 4	14:0

Es spielten: Kathie, Max, Emil, Lukas, Nicolas, Frederic.

Den krönenden Abschluss der Hallensaison bildete das Schneetiger-Turnier der Hockey Minis am 19.03.2023 beim HCH im SPZM. Zehn Teams aus Bensheim, Mannheim und Heidelberg spielten, kämpften und lärmten vor der vollen Tribüne. Gespielt wurde wie bei der

U8 auf jeweils zwei Tore mit vier Feldspielern. Wir konnten mit zwei Teams antreten.

Team 1 mit Harriet als Coach, unterstützt von Jessi

TSG – TSV Mannheim 3	4:2
TSG- HCH 1	0:6
TSG- Bensheim 1	3:2
TSG-TSV Mannheim 2	3:0

Team 2 mit Julia als Coach, ebenfalls unterstützt von Jessi

TSG- Bensheim 2	4:2
TSG- HCH 3	8:1
TSG- TSV Mannheim 1	5:0
TSG-TSV Mannheim 3	7:0

Zum Abschluss gab es eine Siegerehrung für alle Mannschaften und alle Spieler und Spielerinnen erhielten unter dem Beifall der Eltern eine Medaille.

Für Team 1 spielten: Noah, Anton, Carlo, Walter, Eloise, Marie, Julie, Alice  
Für Team 2: Caroline, Frieda, Cloe, Freya, Moritz, Anton, Tim, Jasper

Alle drei Trainerinnen waren sehr zufrieden mit ihren Schützlingen und unheimlich stolz auf die gezeigten Leistungen. Einziger Wermutstropfen war die Tatsache, dass Harriet leider nicht mehr als Trainerin zur Verfügung stehen kann. Wir danken ihr ganz herzlich für die vielen Hockeystunden und werden sie noch gebührend verabschieden.

## Liebe Mitglieder,

sehr zeitig, und zwar am Aschermittwoch fand dieses Jahr unsere Jahresversammlung statt. Begrüßen als Neumitglieder in der Abteilungsleitung dürfen wir Jörg Böhler als Vorsitzenden und Marko Peter als sportlichen Leiter. Außerdem stand eine Erhöhung der Abteilungsbeiträge auf der Tagesordnung, die in der Versammlung auch beschlossen wurde. Die Beiträge setzen sich ab 2024 folgendermaßen zusammen:

Beitrag Erwachsene: Hauptverein 120,-€ und Abteilungsbeitrag 96,- € (alt 84,- €)

Beitrag Familien: Hauptverein 162,- € und Abteilungsbeitrag 156,- € (alt 138,- €)

Beitrag Ermäßigte: Hauptverein 66,- € und Abteilungsbeitrag 72,- € (alt 66,- €)

Bei der Passiven gibt es keine Änderungen.

Unsere Mitgliederzahlen sind konstant geblieben (172). Als 2.000stes Mitglied in der TSG 78 wurde ein U11-Kind aus unserer Abteilung vom Vereinsvorstand begrüßt. Punktlandung! Siehe Artikel beim Hauptverein in dieser Rundschau-Ausgabe.

Die Inlinehockeysligen stehen bevor und beschäftigen derzeit alle Trainer und Sportler.

Unsere U17/U14 bestritt das Rückspiel gegen das Schweizer Team ZFighters Oberrueti-Sins. Im Spielort Basel verloren wir mit unserem jungen Team hoch, hatten aber trotzdem viel Spaß und waren auf keinen Fall frustriert.

Das Team Lions I spielte im März ein Freundschaftsspiel gegen den ISC Mannheim. Auch hier musste man sich hoch geschlagen geben, konnte aber wichtige Erfahrungen in puncto Taktik und Aufstellung sammeln.

Ende Januar gehen die DIHL-Spierrunden für alle unsere Teams los. Mit dabei sind Lions I, Lions II, Lions U14 und Lions U17.

Im Rollkunstlauf engagieren sich Lena und Sara sehr für unsere Kinder auf Rollschuhen. Unterstützung gibt es auch vom BRISV-Präsidenten und Rollkunstlauftrainer Klaus Katzer.

Unser Förderverein hat es wieder getan: Alle Bandenscheiben sind geputzt worden. Danke dafür!

Allen ein erfolgreiches Wettkampffahr und gutes Trainingsgeschehen. *hk*



## Frühjahrslehrgang mit Dr. Elke von Oehsen in Heidelberg

Die obere Halle im Athleticon war mit über 30 Teilnehmern maximal belegt, als Dr. Elke von Oehsen (8 DAN Wadokai) im März den Karate-Lehrgang morgens um 10 Uhr startete. Die Karatekas lauschten den Anweisungen und Demonstrationsübungen, um diese danach selbst aktiv nachvollziehen zu

können. Alle Anwesenden fanden den Lehrgang als fördernd für ihre sportliche Weiterentwicklung. Bestätigung für diesen tollen Lehrgang war für die Ausrichter, die Karateabteilung der TSG 78, dass am Ende des Tages keiner der teilnehmenden Karatekas den Lehrgangsort verlassen wollte.



Glückliche Gesichter beim spannenden Lehrgang mit Dr. Elke von Oehsen

*Berücksichtigen Sie beim Einkauf  
bzw. bei der Auftragsvergabe unsere Inserenten.  
Sie helfen uns bei der Finanzierung  
dieser Vereinszeitung.*

## Tag der offenen Tür im Athleticon - Ein erfolgreicher Tag auch für die Karateabteilung

Der 1. April 2023 und dazu noch schlechtes Wetter, konnten jedoch viele Interessierte am Tag der offenen Tür nicht von ihrem Besuch abhalten. Die Karateabteilung konnte mit drei Einheiten ihre Sportart den Besuchern

näherbringen. Alle Einheiten waren „Mitmach-Aktionen“, die supergut angenommen wurden. Klein und Groß hatten Spaß Karate als Sportart aktiv miterleben zu dürfen.



Rege Teilnahme bei den Karatekas beim Tag der offenen Tür im Athleticon



## Lacrosse Indoorliga

Am 3. und 4. Wochenende Januars pünktlich, wie jedes Jahr fand die Indoorliga statt, wo wir, Heidelberg, zusammen mit Tübingen als Tüdelberg teilgenommen haben. Es waren zwei sehr intensive und lehrreiche Wochenenden. Am Samstag den 14.01. haben wir gegen SG Konstanz/Mannheim, SG Regensburg/Würzburg und ABV Stuttgart gespielt. Beim letzten Spiel des Tages gegen Stuttgart haben wir nicht so erfolgreich abgeschlossen, wie bei den anderen zwei, aber trotzdem sind wir aufgrund unserer guten Leistung mit einem Lächeln im Gesicht nach Hause gegangen. Am nächsten Tag sind wir wieder fit früh aufgewacht voller Spannung für ein neues Lacrosse-Tag und eine neue Chance gegen Stuttgart zu spielen. In der Halbzeit standen wir in Rückstand, jedoch hat uns das nur

mehr motiviert, um die zweite Hälfte des Spiels alles zu geben. Wir haben uns gegenseitig innerhalb und außerhalb des Felds unterstützt und angefeuert, was zu einem sehr spannenden Spiel geführt hat. Es ist unentschieden ausgegangen, worauf wir sehr stolz waren. Die andere zwei Spiele des Tages haben auch viel Spaß gemacht.

Am nächsten Wochenende ging es wieder nach Stuttgart für die Indoorliga, denn wir mussten noch gegen München A und B spielen. Tüdelberg hat wieder sein Bestes gegeben, was zu zwei Verluste gegen München A, aber zwei Siege gegen München B geführt hat. Nicht destotrotz war es wieder ein sehr spannendes und lehrreiches Wochenende, wo wir unsere Lacrosse-Skills verbessern, sowie eine ganze Menge an Spaß hatten!



Team „Tüdelberg“ konzentriert in der Auszeit

## Lacrosse Damen beim EuroLax Sixes und DLAXV Camp

Am letzten Wochenende im Februar wurde Lacrosse-Fans einiges geboten. Das Elite Team der Damen Nationalmannschaft durfte erneut nach Portugal zum 2. EuroLax Sixes Cup reisen, an dem 12 Teams aus zehn verschiedenen Ländern teilnahmen. Sixes ist eine schnellere Variante des Lacrossesports, die sich unter anderem durch weniger Spieler\*innen und einem kleineren Feld als bei klassischem Feldlacrosse auszeichnet und erst vor drei Jahren vor allem für eine Teilnahme an den Olympischen Spielen etabliert wurde. Auch die TSG 78 Heidelberg wurde in der deutschen Mannschaft durch ehemalige und aktive Spielerinnen vertreten. Gleichzeitig fand in Köln nach einer langen, coronabedingten Pause neben einem Camp des Perspektivkaders endlich auch wieder ein offenes Camp statt. Daran konnten alle Interessierten, unabhängig von ihrem spielerischen Stand, teilnehmen. An beiden Tagen wurden

durch einen erfahrenen und engagierten Trainerstab vielfältige Übungen, Stationen und Spielformen geboten, sodass die Teilnehmerinnen aus über 20 Vereinen an ihrer Technik und den spielerischen Fähigkeiten feilen konnten. Unter anderem gab es, nach den Try-Outs im Herbst 2022, für einzelne Spielerinnen eine weitere Chance, Teil des Perspektivkaders zu werden. Dieser trifft sich mehrmals im Jahr an verschiedenen Orten, um gemeinsam zu trainieren und dabei sowohl die individuellen Fähigkeiten als auch das Zusammenspiel innerhalb des Teams zu verbessern.

Am Ende des Wochenendes fand ein Sixes-Turnier mit allen Teilnehmerinnen des Perspektivkaders und des offenen Camps statt; ein Highlight und ein toller Abschluss eines sehr lehrreichen Camps mit neuen Bekanntschaften und viel Spaß!



Aktuelle und ehemalige Spielerinnen der TSG 78 im Nationalteam



Vertreterinnen der Rhein Neckar-Vereine beim DLAXV Camp in Köln

## Jahreshauptversammlung am 01.03.2023

**A**nfang März traf sich die Abteilung Lacrosse zur jährlichen Mitgliederversammlung im Roseto. Es wurde sowohl auf das vergangene Jahr geblickt als auch auf das Kommende. Die wichtigsten Termine für den Sommer sind hier nochmal aufgelistet:

- Open Practice / Schnuppertraining am Mittwoch 3.5 und Montag 8.5.23
- Lacrosse kennernlernen beim Lebendiger Neckar am 18.06.23
- Kurfürsten Cup am 12./13.8.23 in unserem TSG-Sportpark
- Die Ferienchamps in der 5. Sommerferienwoche vom 28.8.-1.9.2023 für 6-12 Jährige
- Der Ferienpass – Woche in Ferien frei wählbar, genaue Woche noch offen (10.00 – 12.00 Uhr, 10 – 14 Jährige).

## Spielbericht 19.03.2023 - Heidelberg vs. SG Heilbronn/Konstanz (9:8)

**E**in umkämpftes Spiel gegen die SG Heilbronn/Konstanz liegt hinter uns. Nach der Winterpause stand für uns wieder ein Spieltag an. Am frühen Sonntagmorgen machten wir uns auf den Weg nach Konstanz und kamen

gut gelaunt und motiviert an, obwohl es bis dahin immer wieder auf dem Weg mal mehr und mal weniger stark regnete. Aber kaum standen wir auf dem Platz empfing uns die strahlende Sonne. Das Wetter war großartig und

die Stimmung gut und so begann auch das erste Viertel. Schnell konnten wir drei Tore erzielen und gingen damit in Führung. Diese hielt jedoch nur kurz an da unsere Gegnerinnen kurz danach zwei Anschlusstreffer erzielen konnten. Im zweiten Viertel wurde sich beim Draw nichts geschenkt und die SG Heilbronn/Konstanz konnte direkt den Ausgleich landen und ging kurz danach mit einem Tor in Führung. Aber auch wir konnten schnell wieder zurückschlagen und erkämpften uns ebenfalls ein Tor. So stand es nach der Hälfte der Zeit unentschieden.

Im dritten Viertel war der Ball hart umkämpft und abwechselnd wurden je zwei Tore geschossen. Am Ende des dritten Viertels erzielten unsere Gegnerinnen wieder ein Tor, doch auch hier konnten wir in den letzten Sekunden nachziehen. Somit starteten wir auch ins letzte Viertel unentschieden.

Das Spiel war bisher sehr anstrengend,

dennoch sammelten beide Mannschaften all ihre Kräfte und wollten beide den Sieg. Uns gelang es endlich wieder in Führung zu gehen, leider nur mit einem Tor, denn auch hier zog die SG Heilbronn/Konstanz wieder nach. Es waren jetzt nur noch wenige Minuten zu spielen und beide Mannschaften hatten als Ziel den Sieg. Wir kämpften weiter und konnten so den Siegestreffer wenige Minuten vor Schluss erzielen: Endstand 9:8.

Insgesamt war es ein sehr spannendes Spiel das wir mit einem Sieg abschließen konnten. Außerdem konnten wir neue Strategien und Theorien, welche wir bisher nur im Training geübt haben, im Spiel umsetzen. Zwei Spielerinnen von uns haben ihr erstes Spiel mit Bravour gemeistert. Wir freuen uns schon auf den nächsten Spieltag, diesmal ein Heimspieltag im TSG-Sportpark am 23.4.2023 – zusammen mit dem Team der Herren.



Unser Team beim ersten Spieltag nach der Winterpause mit Fan



**+++ Alte Abteilungsleitung ist auch neue Abteilungsleitung +++ Qualitag Technik findet am 28. Mai 2023 statt +++ Felix in der Weltspitze angekommen +++ Mixed 4x400m-Staffel vorne dabei +++ Erfolgreiche „Masters“ +++ Läufer meist gut unterwegs +++ Unsere „Kids“ immer voll dabei +++**

## Jahreshauptversammlung bestätigt Abteilungsleitung

SB.- Bei der diesjährigen Jahreshauptversammlung wurde die bestehende Abteilungsleitung einstimmig im Amt bestätigt. Ebenso die beiden Kassensprüfer Christian Reichmuth und Karin Wetzel. Neben den Berichten der Abteilungsleitung gab Sergej Kraft einen kurzen Überblick über die Aktivitäten im neuen Krafraum des Athleticons. Bei dieser Gelegenheit dankte er Nico Krieger und seinen Helfer\*innen für die vielen Stunden ehrenamtlicher Arbeit bei der Aufstellung der Kraftgeräte, Maler- und Montagetätigkeiten. Immer-

hin wurden insgesamt ca. 450 Stunden erbracht. Unter Verschiedenes gab Sonja Böhnisch einen Überblick über die seit 2001 stattfindenden Qualitage – die schönste Leichtathletikveranstaltung der Kurpfalz, die in den Jahren 2020 bis 2022 leider der Corona-Pandemie zum Opfer fiel. Ein Neustart ist in diesem Jahr am Pfingstsonntag (28.05.2023) mit einem Techniktag geplant. Ziel der Abteilungsleitung ist aber, ab 2024 die Qualitage wieder an zwei Tagen durchzuführen. Unterstützung für alle Bereiche wird hierbei benötigt.

## Zahlreiche Helfer\*innen für Pfingstsonntag gesucht

CM.- Liebe Mitglieder, am Pfingstsonntag (28. Mai) findet unser Pfingstsportfest „Heidelberger Qualifikationstage“ statt – in diesem Jahr nur der Techniktag – und wir benötigen wieder viele helfende Personen, also euch! Bitte haltet euch

diesen Tag dafür frei und meldet euch als Helfer, Kampfrichter, Verpfleger, Auf- und Abbauer u.v.a. mehr bei der Abteilungsleitung – schon jetzt gilt euch unser herzlicher Dank.

## Felix mischt in der Weltspitze mit

CM.- In der letzten Märzwoche fanden – mit Neu-M35er Felix Trogisch – die Hallenweltmeisterschaft der Senioren (Masters) im polnischen Torun statt. Felix lief zunächst die 400m (mit jeweils Saisonbestzeit im Vorlauf 51,69s und im Halbfinale 51,08s) und landete auf Platz 9. Danach stand der Fünfkampf (60m Hürden, Weitsprung, Kugelstoßen, Hochsprung, 1000m) auf seinem vollen Wochenprogramm, den er mit drei Saisonbestleistungen und einer persönlichen Bestleistung auf Platz 5 (8,65s/5,93m/10,97m/1,66m/2:50,-

59min) beendete. Gleich am nächsten Tag lief er über die 60m Hürden dann zweimal (8,53s/8,51s) persönliche Bestzeit, was im Finale für Platz 7 reichte. Seine erste – aber sicher nicht letzte – internationale Meisterschaft rundete er mit der Nationalstaffel als Startläufer (mit tollen 23,0s) über 4x200m mit Platz 6 ab. Das war eine mehr als gute und starke Woche von Felix – wir gratulieren und sind stolz auf dich – die Freiluft-Europameisterschaft Ende September in Pescara/Italien kann kommen!



Felix bei seiner ersten WM

## Meisterschaften in Sindelfingen

FT.- Schon Ende Januar war es soweit und mit den Baden-Württemberg Hallen Finals sowie eine Woche später, im Februar, mit den Süddeutschen Meisterschaften warteten die ersten Saison-Highlights im Sindelfinger Glaspalast auf. In Vorbereitung auf die Masters Hallen-WM Ende März testete Felix Trogisch seine 400m-Form und erwischte einen Zeitlauf mit Höllentempo, den er in 52,70s beendete, was zum 12. Platz der BaWüs langte. Einen Tag später zeigte er sich gut erholt und qualifizierte sich mit 8,80s für das Finale über 60m Hürden,

in dem er sich auf eine neue Bestzeit von 8,72s steigerte und damit 6. wurde. Bei den Süddeutschen Meisterschaften liefen Anja Benderoth, Anna Schultz-Coulon, Lars Tapken und Felix Trogisch in der 4x400m Mixed-Staffel in 3:52,69min auf Platz 4. Bei diesem recht neuen Format wird die klassische 4x400m-Staffel bei freier Wahl der Reihenfolge von je zwei Männern und Frauen gelaufen. Auch „Mixed“ aus Sprinter\*innen und Läufer\*innen gehört die TSG 78 hier zu den stärksten Staffeln Süddeutschlands.



Unsere erfolgreiche Mixed-Staffel (v.l.): Felix, Anja, Anna und Lars

**Aktuelles von und aus der weiten Welt der TSG 78-Leichtathletik finden Sie / findest du auch auf unserer Internetseite [www.tsg78-hd.de/leichtathletik](http://www.tsg78-hd.de/leichtathletik)**

## Dreikönigslauf Dielheim am 06.01.2023

Vom Dreikönigslauf in Dielheim kamen drei TSG-Frauen und ein TSG-Mann mit Geschenken zurück. Bei milden 10 Grad Celsius erfolgte schon um 9:30 Uhr der Start auf die wellige Strecke, auf der die 270 Athletinnen und Athleten auf dem letzten Kilometer den längsten Anstieg meistern mussten.

Bei den Frauen kam zuerst die sich mit aufsteigender Form präsentierende Verena Bröstl in 40:35min ins Ziel. Zwar versuchte sie, als U. Bröstel unter cover zu laufen, half aber bei ihrer Enttarnung und bei der Aufklärung des Falls maßgeblich mit und wurde dann mit insgesamt vier Flaschen Wein beschenkt (als Gesamtsiegerin Frauen und Altersklassensiegerin W30). Als Gesamtvierte und Altersklassenzweite (W20, in 42:32min) erhielt Lisa-Marie Kohl ebenso Sachpreise wie die beiden

weiteren TSGler mit Podiumsplätzen: Carla Werthwein wurde Zweite in der W30 (44:04min). Wie seine Freundin bei den Frauen wurde Philipp Weng in guter Zeit von 33:51min sowohl Zweiter in der M20 als auch Gesamtvierter bei den Männern. Gesamtsieger war Julian Beuchert (31:45min) vor Jochen Uhrig (32:34min) und Jona Bodirsky (33:27min).

Die übrigen TSGler konnten ihre mehr oder weniger große Zufriedenheit über die eigenen Leistungen evtl. mit der recht extensiven Einlaufrunde in Verbindung bringen. Anna Hammel wurde Vierte in der W20 in 43:37min; Annabelle Bröstl kam als Achte in der W20 (47:56min) ins Ziel. Bei den Männern wurde Roland Rohde Fünfter in der M50 (40:03min); Max Glocker wurde Achter in der M30 (41:33min).

## Rheinzabern: wie immer ein Fest

MI. - Endlich wieder Winterlaufserie in Rheinzabern – endlich wieder Rückkehr zu läuferischer Normalität. Auch bei den Wettbewerben über 15 und 20 km mischte die TSG 78 mit zahlreichen Teilnehmer\*innen mit: 17 waren es im Januar, zwölf im Februar. Und das so erfolgreich wie lange nicht: In der Gesamtwertung belegten Lars Tapken und Philipp Weng die Plätze 7 und 12, Verena Bröstl schaffte es mit einem beherzten

20er als Dritte sogar aufs Podium! Ein weiterer Beleg für die Mannschaftsstärke: der 2. Platz bei den Männerteams. Alle Resultate aufzuzählen, würde den Rahmen sprengen; erwähnen sollte man auf jeden Fall noch die starken Auftritte von Alex Cook über 15 und 20km (49:57min, 1:05:25h), jeweils an der Seite von Lars, und das tolle Debüt von Nike Simon über 20km (1:21:45h), das mit Platz 5 belohnt wurde.

## Walter heißt jetzt Cook

MI.- Vergesst Fritz-Walter! Wir sprechen ab jetzt nur noch von Alex-Cook-Wetter. Erste Kostproben seiner läuferischen Extraklasse gab unser Engländer schon beim Crosslauf in Rot, aber da fehlte ja noch der Regen. Den gab es in Kandel und prompt nutzte Alex die britischen Verhältnisse für eine neue Halbmarathon-Bestzeit: 1:10:08h – übrigens komplett im Alleingang. Damit nicht genug: Bei den deutschen Halbmarathon-Meisterschaften zwei Wochen später in Freiburg öffnete der Himmel erneut seine Schleusen (hat Petrus einen englischen Pass?), weshalb Alex noch einen draufsetzte: 1:09:24h lautet nun seine neue Bestmarke – Vereinsrekord! Und das auf deutlich schwererer Strecke ...

Während in Kandel außer Alex nur noch Max Leible am Start war und in 1:17:51h ebenfalls ein Ausrufezeichen

setzte, wurde Freiburg zum TSG-Gruppenevent. 23 Langdapper\*innen erreichten das Ziel auf dem Messegelände, darunter Neuzugänge wie Luca Bongiovanni (1:20:36h) und Andrea Aretini (1:23:16h). Besonders stark zeigten sich unsere drei schnellsten Frauen, die innerhalb einer Minute einliefen: Isabel Onkelbach (1:25:09h), Julia Bongiovanni (1:25:10h) und Stella Wernicke (1:26:06h). Damit belegte das Trio Platz 8 in der Teamwertung, und Stella rangiert in der deutschen U23-Bestenliste aktuell auf Platz 7. Eine ganze Reihe TSGler\*innen – neben Julia auch ihr Mann Luca, Oliver Maier, Matthias Reisemann und Marcus Imbsweiler – schaffte es unter die Top Ten in den jeweiligen Altersklassen, nur ein Podestplatz sprang nicht heraus. Ob es am Wetter lag?

## Philipp Sch(n)ell unterwegs

MI.- Wir haben einen weiteren Siegläufer: Philipp Schell. Der 24-jährige Jurist, seit Jahreswechsel bei der TSG, fühlt sich vor allem auf Strecken zwischen 3000 und 5000m wohl; da kam der Minimathon im Rahmen des Schriesheimer Mathaisemarktlaufs mit seinen 4km gerade recht. Schon nach der zweiten von vier Runden setzte sich Philipp ab und legte in der Schlussrunde ein Tempo haarscharf über 3min/km hin. Am Ende hatte er in 12:44min allen Verfolgern, darunter dem starken Mannheimer Omar Jammeh, die Haxen gezeigt. Platz 3 belegte ein weiterer TSG-Neuzugang: Elias

Freier, Jahrgang 2001, der in 13:49min ebenfalls eine tolle Zeit hinlegte. Fehlt noch der Silberrang, für den bei den Frauen Anna Schultz-Coulon sorgte. Die Mittelstrecklerin bewältigte die vier Schriesheimer Runden in 15:31min. 3 + 3 hieß es beim Hauptlauf über 10 km: Bei den Frauen sorgten Julia Bongiovanni (38:27min), Stella Wernicke (38:45min) und Magdalena Holze (47:31min) für gute Resultate, bei den Männern waren dies Alberto Daniel Moreno (39:38min), Andreas Postert (40:13min) und Jochen Eisemann (45:17min).

## 15.01.2023 Hallensportfest Mannheim Aktive, Jugend U20/U18

CR, AB, JR. - Zum Saisoneinstieg 2023 ging es am 15.01. für die zahlreichen Athlet\*innen der TSG nach Mannheim in die Leichtathletik-Halle. Den Beginn machten am frühen Morgen über die 800m Sophia Stuber und Markus Jost. Beide erbrachten tolle Leistungen mit 2:41,62min und 2:18,29min. Über die 60m trat eine Horde an TSGler\*innen an, wobei Lutz und Ruben ihre Premiere feierten (Bryce Lim 7,58s; Louis Mennerat 7,59s; Ruben Levi 7,71s; Leon Kromer 7,97s; Jonas Entenmann 8,61s; Lutz Bader 8,75s; Charlott Leverenz 8,78s). Ruben wagte sich zu dem noch auf die 200m mit soliden 26,30s. Im Weitsprung testeten einige Athlet\*innen ihren Trainingsstand. Während Mara und Anja das Brett suchten, hatte Tine es gefunden und sprang so weit wie seit einem Jahrzehnt nicht mehr (Anja Benderoth 4,84m; Tine Rother 4,84m; Mara Schwab 4,76m; Felix Trogisch 5,69m; Louis Mennerat 6,04m; Char-

lott Leverenz 4,25m). Locker „floppig“ hüpfte Charlotte Mnich über 1,44m. In Zukunft wird es mit etwas mehr Kurveninnenlage auch wieder höher gehen. Über die Männerhürden legte Louis einen gelungenen Start hin und sprintete 9,48s. Mit kleinen Unsicherheiten im Rhythmus absolvierte Mara ihre Hürden in 10,97s. Doch auch die Wurfdisziplinen waren in der Halle vertreten. Im Kugelstoßen übertraf Charlotte die lang ersehnte 10-Meter-Marke deutlich. Sophias Trainingskonstanz zeigte sich auch im Wettkampf mit neuer PB (Charlotte Mnich 10,25m; Charlott Leverenz 8,08m, Tine Rother 10,19m; Sophia Stuber 7,52m; Felix Trogisch 10,03m; Sergej Kraft 9,01m). Den krönenden Abschluss machte Anja über die 400m mit neuer persönlicher Bestleistung in 61,89s. Insgesamt war es ein tolles Sportfest mit fast 400 Starter\*innen, das Lust auf mehr Wettkämpfe mit vielen Trainingskolleg\*innen macht!

## 21.01.2023 Internationales Stadtwerke Sindelfingen Hallenmeeting

CR, AB, JR. - Zum Internationalen Stadtwerke Sindelfingen Hallenmeeting machten sich Lutz Bader, Anja Benderoth und Tine Rother auf den Weg durch das verschneite Ländle. In Sindelfingen angekommen, stand der Weitsprung der Frauen auf dem Programm. Ähnlich zur Vorwoche sprang Anja weitestgehend ohne Brett und Flugphase 4,88m, Tine zeigte ihren guten Trainingszustand mit soliden 4,53m. Lutz konnte über die 60m seine zuvor aufgestellte Bestzeit mit 8,61s unterbieten. Ein kleines Spektakel

brachten Lisa Meyer und Kevin Kranz auf die Bahn, die ihren Saisoneinstieg feierten und schön anzusehen waren. Die 200m stellten sich für Anja und Tine jeweils als sehr lang heraus, aber auch hier konnte Tine eine neue Jahrzehnt-PB aufstellen mit glatten 30,00s (Anja 28,24s). Auch wenn Tine und Anja schon mehrere Jahrzehnte in der Leichtathletik unterwegs sind, gab es für alle noch eine Premiere: „On your marks! - Set! - Peng!“.

# Ein souveräner Auftakt in die Hallensaison 2023

CH.- Mit 58 Starts am 22.01., zwei Wochen später mit 64 bereicherten unsere Nachwuchsatlet\*innen (U14/16) die ersten beiden Hallenwettkämpfe der MTG Mannheim. Aber nicht nur Quantität sondern auch Qualität wurde geboten. So konnten unsere Heidelberger mit zahlreichen persönlichen Bestleistungen sowie auch Platzierungen in den vordersten Reihen punkten und das trotz starker Konkurrenz, nicht nur aus Baden, sondern über die Grenzen hinaus.

## 22.01.2023

Für den 60m Finallauf qualifizierte sich Jan Bodirsky (M15) mit einer Zeit von 8,26s und Hannah Hensel (W14) mit 8,68s. Vom Zonenweitsprung sich an den Brettsprung zu gewöhnen war nicht ganz einfach und trotzdem gelang es Jonathan Wacke (M14) sich mit neuer PB auf 4,89m zu steigern. Auch auf 800m zeigte sich sein Kampfgeist und er meisterte diese nach bereits vier sehr erfolgreich abgeschlossenen Disziplinen in 2:32min.

In der gleichen Altersstufe überraschte Luis Cadavid mit einer Zeit von 11,01s und Rang 2 auf 60m Hürden im Finallauf. Für sehr erfreuliche Ergebnisse sorgten unsere Hochspringer\*innen (M/W14), allen voran Hannah Hensel mit 1,49m und Jonathan Wacke mit 1,45m. Es folgten Milla Hoffmeister und Luis Cadavid mit 1,41m, Antonia mit 1,37m und neuer PB. Nicht ganz an ihre gewohnte Höhe von 1,40m herantasten konnte sich diesmal leider Maike Buchta.

In der W13 beeindruckte besonders Maxi Stieber mit einem Weitsprung von 4,83m (Platz 2 von 53 Teilnehmerinnen), einer

Zeit von 8,77s auf 60m sowie 10,62s auf 60m Hürden.

## 05.02.2023

Neu im Boot waren diesmal Marla Kiewalter, Johannes Edinger, Maximilian Mnich und Ole Helbig. Und auch diesmal gab es wieder sehr erfreuliche Ergebnisse!

So lief Johannes (M14) die 60m Hürdenstrecke in 9,55s (!), das bedeutete gerade acht hundertstel Sekunden langsamer als der Erstplatzierte vom USC Mainz. Den 60m-Lauf beendete er mit einer ebenso genialen Zeit von 8,08s. Jonathan, sich erstmals an die Hürden wagend, lief diese in 10,43s. Und mit Luis (neue PB in 10,92s) standen somit gleich drei unserer M14-Athleten im Finallauf! Jonathan legte zum Abschluss noch die 300m er in einer Zeit von 43,75s zurück und nimmt Silber mit, Johannes Bronze. Auch Jan (M15) stellte sich dieser Herausforderung und mit 43,33s hat er sein Ziel erreicht – die Qualifikation für die Badischen Hallenmeisterschaften.

In der M13 startete Schorschi (alias Georg Kienle) nach längerer Verletzungspause wieder sein Comeback und nach seinem Weitsprung von 4,22m am 22.01. stieß er nun auch noch die Kugel auf eine schöne Weite von 7,42m.

Mit 10,71s im Finale des Hürdenlaufs sicherte sich Maximilian Platz 2 und mit 2,44min auf 800m verpasste er knapp einen weiteren Medaillenplatz.

Dieser war dann unserem Michel gegönnt. Strahlend empfing er Silber für eine Zeit von 2:41min.

Mit 10,97s auf 60m Hürden sicherte sich Ole (M12) Bronze, eine zweite

Medaille – diesmal in Gold – für den Kugelstoß. Sehr erfolgreich zeigte sich das Nachwuchstalent auch im Hochsprung, er meisterte die 1,37m, wenn auch diesmal nicht im Alleingang. An seine PB von 1,40m konnte sich aber keiner der Athleten herantasten.

Auch unsere Mädels ließen nichts anbrennen. So näherten sich Antonia mit einer Weite von 4,66m und Hannah mit 4,62m, (diesmal bereits vom Brett abgesprungen) fast an ihre Bestleistung vom letzten Jahr (4,80m und 4,76m)

Nochmals steigern konnte sich Maxi (W13) auf 60m Hürden mit einer Zeit von 10,40s.

Luna (W12) hatte noch viel Luft nach oben, als sie die 1,14m übersprang und

siegte mit 2:56min auf 800m im 1. Lauf. Da es aber noch zwei weitere Läufe gab, musste sie sich leider dann mit einem immer noch sehr guten 5. Platz begnügen.

Auch die Zwillinge Carla und Helene Wacker, Marla Kiesewalter (W14), Sophia Mathieu (W12) – alle vier gerade erst ins Wettkampfgeschehen eingestiegen – oder Tosca Staub (W13), eine unserer Hürdenspezialistinnen, überzeugten mit Freude, Motivation und durchaus guten Leistungen!

Krankheitsbedingt mussten leider die beiden Lauf- und Sprungtalente Milla Schade (W13) und Maike Buchta (W14) ihre Teilnahme absagen.



Unser erfolgreicher Nachwuchs am Ende eines langen Wettkampftages (nicht mehr anwesend waren Maxi, Tosca, Luis und Schorsch)

## Drei Senioren testen in Ludwigshafen

NK.- Drei Athlet\*innen der TSG 78 nutzten am 18.02. das Senioren-Hallensportfest in Ludwigshafen zum Formtest und zur Vorbereitung auf die folgenden Meisterschaften.

Ein umfangreiches Programm hatte sich Christine Rother (W30) vorgenommen: Auf den 60m-Sprint in 9,02s ließ sie 1,32m im Hochsprung, 4,70m im Weit-

sprung und Kugelstöße bis auf 10,22m folgen. Zum Abschluss erzielte sie sehr gute 29,25s über die 200m-Hallenrunde und blieb damit zum ersten Mal seit 10 Jahren wieder unter der Marke von 30 Sekunden.

Ein nicht minder anstrengendes Programm absolvierte Felix Trogisch (M35). Er startete den Wettkampftag mit einem

60m-Hürdensprint in 8,64s, gefolgt von starken 10,71m im Kugelstoßen. Nach durchwachsenen Weitsprüngen (5,56m), konnte er im Hochsprung wieder zulegen

und 1,60m überfliegen. Einen passablen Formtest erwischte Nico Krieger im 60m-Sprint der M30 mit 7,61s.

## Zahlreiche Qualifikationen für die Badischen Hallenmeisterschaften

CH.- Mit gleich acht U16-Athlet\*innen bei den BLV-Hallenmeisterschaften in Mannheim repräsentieren zu können, wäre wohl zu schön gewesen... Obwohl sie alle – Jan Bodirsky (M15), Johannes Edinger, Jonathan Wacke (beide M14) sowie auch unsere Mädchen aus der W14 Antonia Kölle, Maike Buchta, Nele v. Greiffenstern, Hannah Hensel und Milla Hoffmeister – die erforderlichen Qualifikationsnormen nachweisen konnten, Jonathan in gleich fünf sowie Hannah in vier Disziplinen wäre Johannes Edinger mit seinen Bestzeiten von 8,08s auf 60m und 9,55s auf 60m Hürden gleich zweifacher Favorit für einen Badischen Meistertitel gewesen.

Aber leider waren sie an diesem Sonntag (19.02.) mit Beginn der Faschingsferien bereits in den schneebedeckten Bergen sportlich aktiv und Jan musste krankheitsbedingt seine Teilnahme kurzfristig absagen.

So stand schließlich als einzige Vertreterin der TSG 78 Heidelberg nur noch Milla am Start – und sie holte sich die Bronzemedaille im Hochsprung! Bereits beim Einspringen überflog sie souverän die 1,37m, geschätzte 20 cm über der Latte. Dann plötzlich hatte Milla der Mut verlassen, einfach nur abzuspringen, und sie scheiterte bei einer immerhin beachtlichen Höhe von 1,42m.



Schwungvoll legt sich Milla in die Kurve

## „Masters“ bei den „BaWü“ erfolgreich

SK.- Bei den BW Halle Masters in Mannheim am 04.03. starteten von der TSG 78 Heidelberg bei den Damen W30 Christine Rother im Kugelstoßen, über 60m und im Weitsprung, bei der M55 Marcus Imbsweiler über 800m und 3000m, bei den M50 Roland Rohde über 3000m, bei den Männern M35 Felix Trogisch über 60m Hürden, 800m und 400m sowie Markus Jost über 800m und 400m, bei den Männern M30 Lutz Bader über 60m und Sergej Kraft über 60m und im Kugelstoßen.

Nach anfänglichen Problemen im Kugelstoßen – vor allem technischer Natur – (9,95m, Platz 3) sprintete Christine Rother im 60m-Lauf in neuer persönlicher Bestleistung (8,89s) zum BaWü W30-Titel. Wie schon beim Saisonauftakt am 15.01. in Mannheim lief es beim Weitsprung hervorragend: das Brett katapultierte Tine auf 4,85m (Saisonbestleistung) und zweiter Titel für sie. Leider verletzte sich die Athletin im letzten Versuch an der Oberschenkelrückseite und konnte zu den abschließenden 200m nicht antreten. Wir wünschen eine rasche Genesung!

In seinem Debut-Jahr absolvierte Lutz Bader seinen bereits dritten Wettkampf im 60m-Sprint. Im dritten Zeitendlauf errang er den fünften Platz mit einer stabilen Leistung von 8,65s, vier Hundertstel über Bestleistung. Wir sind gespannt, wie sich seine Leistung in der Freiluftsaison auf den 100m nach dem starken Auftakt in der Halle entwickeln wird.

Sergej Kraft startete mit seinem ersten Sprintwettkampf nach einer Verletzungs-

pause dieses Jahr und lief nach seinem Kollegen im dritten Lauf als Sechster bei den 60m mit einer Zeit von 9,38s im Ziel ein. Im Kugelstoßwettkampf errang er mit 9,61m ganz knapp den dritten Platz und damit Bronze.

Felix Trogisch nutzte die BW Masters als Vorbereitungswettkampf für die Senioren Weltmeisterschaften am 26.03.2023 und startete mit dem Hürdenlauf über 60m. Mit der Zeit von 8,77s blieb er nur knapp unter seiner Jahresbestleistung, was gegen Daniel Siegel, Europameister und zeitweiser Trainingspartner, dann nur für den zweiten Platz und die Silbermedaille reichte.

Mit einem großen Vorsprung und einer Zeit von 52,17s (Gold) sprintete Felix Trogisch seiner Konkurrenz und seinem Vereinskollegen Markus Jost (59,14s, Bronze) bei den 400m davon. Dabei haben sich beide schon vier Stunden zuvor mit den 800m – 2:12,52min (Felix Trogisch) und 2:27,33 min (Markus Jost) – aufgewärmt. Damit liefen sie zu Gold und Silber.

Bei den Senioren der Altersklasse M50 lief Roland Rohde 11:09,71min auf den 3000m die Bronzemedaille nach Hause. Sein Trainingskollege Marcus Imbsweiler (M55) machte mit starken 10:11,64min kurzen Prozess mit seiner Konkurrenz und errang den ersten Platz und damit Gold. Zuvor lief Marcus Imbsweiler noch über die 800m Saisonbestleistung in 2:21,87min.

Wir freuen uns auf weitere spannende Wettkämpfe für die kommende Sommersaison und wünschen Felix Trogisch viel Erfolg bei seiner ersten Weltmeisterschaft! Go Felix!!!

## Endlich war es wieder soweit!

CH.- Am 5. März früh morgens standen unsere Youngsters aus der U12 in voller Erwartung startbereit in der eindrucksvollen Leichtathletikhalle in Mannheim. Der Vierkampf (60m, Weitsprung, Ballwurf und 800m) konnte beginnen.

Mit hervorragenden Leistungen in allen Disziplinen holte sich Ebba Hauck einen souveränen Sieg in der W10. So lief sie z.B. die 800m in einer Zeit von 3:09min! In der gleichen Altersstufe beendete Romy Otto diese in einer ebenso beachtlichen Zeit von 3:11min und im Vierkampf konnte sie sich bei immerhin 35 Teilnehmerinnen eine gute Platzierung

im vordersten Drittel sichern.

Mit Alessio Bongiovanni, Eric Prados, Matteo Wesemann, Joel Benischek, Pablo Kramer und Tim Chahoud waren unsere 10-jährigen Champions besonders stark vertreten und an Elan kaum zu bremsen. Bereits bei ihrer ersten Disziplin, dem Ballwurf setzten sie ein Zeichen!

So war Pablo mit 35m nicht zu überbieten. Auch Tim's Ball fand erst nach 33m wieder Bodenkontakt. Es folgte Joel mit 30, Eric mit 29 und Matteo mit 28 Metern. Auf 50m hatten Pablo und Matteo die Nase vorne, dicht gefolgt von Tim und Eric. Obwohl der Weitsprung



Strahlend präsentiert Ole ganz oben auf dem Treppchen Medaille und Urkunde

bei dem ein oder anderen nicht ganz den Trainingsleistungen entsprach, überzeugten sie nochmals alle geschlossen mit ihrem enormen Kampfgeist auf der 800m-Strecke gegen Ende eines langen Wettkampftages. Alessio und Eric konnten man mit Zeiten von 2:57min sowie Pablo mit 2:59min in den vordersten Reihen wiederfinden, Pablo auch noch auf Platz 6 im Vierkampf.

Die U14 durfte sich bereits zum dritten Mal eines Hallenwettkampfes erfreuen. Gleich bei seiner ersten Disziplin, dem Hochsprung schaffte es Ole Helbig (M12), immer noch mit 1,40m die Badische Bestenliste anführend, sich eine Zerrung im Bein zuzufügen und scheiterte bei einer Höhe von 1,30m. Somit musste er sich mit einem immer noch

sehr guten vierten Platz begnügen. Gold holte er sich dann beim Kugelstoßen.

Mit neuer PB von 2:44min (!) auf 800m verfehlte Luna Hekker nur knapp den Sieg. Hochmotiviert und erfolgreich stellte sich auch Sophia Mathieu (beide W12) den Disziplinen 60m, 800m und Hürden. In der W13 überzeugte Milla Schade mit einem Weitsprung von 4,44m. Nicht ganz an ihre gewohnten Leistungen herantasten konnte sich unser Nachwuchstalent Maxi Stieber.

Besonders erfreulich war jedoch auch diesmal wieder, mit welcher Begeisterung alle unsere jungen Athlet\*innen am Wettkampfgeschehen teilnahmen und sich gegenseitig anfeuerteten.



Eine kurze Erholungspause vor dem 800m-Lauf, der letzten Disziplin

# Die RNK Langstreckenmeisterschaften in Hockenheim ließen sich auch einige unserer Youngsters nicht entgehen!

Sich über eine Strecke von 1500m oder 2000m zu quälen, das würde sich nicht Jeder antun. Mit Alessio Boniovanni, Erich Prados, Romy Otto und Luna Hecker stellten sich vier unser Heidelberger Nachwuchsathleten dieser Herausforderung. - Und sie beeindruckten mit tollen Zeiten!

So lief Alessio die 1500 m in 6:23min auf Sieg, Eric in 6:38min auf Platz 2 (beide M11). Auch Romy (W10) be-

wältigte souverän die gleiche Strecke mit einer Zeit von 7:13min und das bedeutete nochmals Silber für die TSG 78 Heidelberg.

Luna Hekker (W12) musste sich bereits auf 2000km beweisen. Sie meisterte diese in 8:29min und verfehlte um nur 49 hundertstel Sekunden den Sieg.

Somit verließ keiner das Wettkampfgeschehen ohne Medaille!

*Christa Holstein*



Alessio und Eric - Kreismeister und Vizemeister in der M11



Auch unser zierliches Lauftalent Luna (W11) freut sich über eine wohlverdiente Silbermedaille



Ein schöner Lauf von Romy - Platz 2 in der W10

## Kurzmeldungen

CR, AB, JR.- Statt Training machten sich unsere zwei Nachwuchs-Siebenkämpferinnen auf, um in Karlsruhe ihre Sprintfertigkeiten zu testen. Über die 200m kam Lya Otto nach 30,05s und Charlotte Mnich nach 30,12s ins Ziel. Fürs Training heißt das: mehr Starts und mehr Tempoläufe!

CM.- Während sich Helmut Diehm in Leinfeldern in einer warmen Halle beim

Stabhochsprung gegenüber Dezember um 1cm auf 1,62m steigern konnte „durfte“ Chris Maichle bei 3°C und Dauerregen auf der „Schlosswiese“ (Schloss-Sumpf wäre passender) im Schreinerdorf Eschelbronn den M60-Diskus (mal wieder 1 kg nach gut 45 Jahren mit höheren Gewichten) wegwerfen, was ihm nur wenig zufriedenstellend gelang – never give up!

## Weitere Sportabzeichen-Termine

### Leichtathletik:

Samstag, 20.05. um 9:30 Uhr  
Samstag, 17.06. um 9:30 Uhr  
Samstag, 15.07. um 9:30 Uhr  
Samstag, 16.09. um 9:30 Uhr  
Samstag, 14.10. um 9:30 Uhr

### Walking:

Samstag, 14.10. um 10:30 Uhr

**Schwimmen – geplant, jedoch noch nicht bestätigt – im Hallenbad Hasenleiser:**

Samstag, 20.05. um 13:00 Uhr  
Samstag, 17.06. um 13:00 Uhr  
Samstag, 15.07. um 13:00 Uhr  
Samstag, 16.09. um 13:00 Uhr  
Samstag, 14.10. um 13:00 Uhr

Hinweis zum Schwimmen: Den Nachweis der Schwimmfertigkeit ( <https://deutsches-sportabzeichen.de/service/materialien/#ak-3779> ) kann jede\*r Sportabzeichenabsolvierende eigenständig in einem Schwimmbad ablegen und vom Bademeister unterschreiben lassen.

**Aktuelles von und aus der weiten Welt der TSG 78-Leichtathletik finden Sie / findest du auch auf unserer Internetseite [www.tsg78-hd.de/leichtathletik](http://www.tsg78-hd.de/leichtathletik)**

*Berücksichtigen Sie beim Einkauf bzw. bei der Auftragsvergabe unsere Inserenten. Sie helfen uns bei der Finanzierung dieser Vereinszeitung.*

# Trainingszeiten der Abteilungen

<b>Abteilung Ballschule (ballschule@tsg78-hd.de)</b>				
Minis 3-4 J./5-6 J.	verschiedene Termine	Athleticon (oben)	Martin Seiler	0176-43209929
ABC 7-8 J.	FR 16.00-17.00	Athleticon (oben)	Martin Seiler	0176-43209929
<b>Abteilung Hockey</b>				
Minis ab 4 J./ Anfänger	DI 16.45-17.45	TSG Sportpark	Reinhard Voth	HD-475163
U8 (Jg. 15/18) + U10 (Jg. 13/14) m/w	DI 16.45-18.15 DO 16.45-18.15	TSG Sportpark	Rainer Wollthan	HD-8901645
Damen/Herren (ab 16 J.)	DI+ DO 20.00-22.00	TSG Sportpark	Rainer Wollthan	HD-8901645
<b>Abteilung Inline (inline@tsg78-hd.de)</b>				
Inline Laufschule	FR 15.30-16.30	TSG Sportpark	Wolfgang Latteyer	HD-6737917
IL-Hockey U11+Funzocker	FR 16.30-18.00	TSG Sportpark	Wolfgang Latteyer	HD-6737917
IL-Hockey U14	FR 18.00-19.30	TSG Sportpark	Gianluca Weber	0176-63416758
IL-Hockey U14+U17	DI 17.30-19.00 DO 17.00-18.30	TSG Sportpark	Kai Michelsen Gianluca Weber	0173-6895144 0176-63416758
IL-Hockey Lions II	DI 18.30-20.00 DO 20.00-21.30	TSG Sportpark	Kai Dinger	0171-3003282
IL-Hockey Lions I	DI 19.30-21.00 FR 19.30-21.00	TSG Sportpark	Kai Dinger	0171-3003282
IL-Hobby-Player Ball/Puck	MI 19.30-22.00	TSG Sportpark	David Gerick	0152-56172243
IL-Anfänger-Kurse	Termine nach Absprache	TSG Sportpark	Harry Kindermann	
Rollkunstlauf Kinder/ Jugend	MI 16.30-18.00	TSG Sportpark	Harry Kindermann ÜL Sara und Lena	
Rollkunstlauf Damen	MI 18.00-19.30	TSG Sportpark	n.n.	
<b>Abteilung Karate (karate@tsg78-hd.de)</b>				
Kinder/Jugendliche (6-12 J.)	MO 18.00-19.00 FR 18.00-19.00	Athleticon (oben)	Sascha Dehoust	s.dehoust@ posteo.de
Erwachsene (Anfänger/Mittelstufe)	MO 19.00-20.30	Athleticon (oben)	Teodosiya Yancheva	
Erwachsene (alle Stufen)	MI 19.00-20.30			
Erwachsene (Karate in Anwendung)	FR 19.00-20.30			
Jukuren (45+)	DO 19.30-21.00	Athleticon (oben)	Teodosiya Yancheva	
<b>Abteilung Lacrosse (lacrosse@tsg78-hd.de)</b>				
Damen (LL BaWü)	MO 19.00-21.00 MI 19.30-21.30	TSG Sportpark	Paulina Edel	
Herren (LL BaWü)	MO 20.00-22.00 MI 19.30-21.30	Mannheim TSG Sportpark	Nils Oberhof	0176-81707893
Jugend (ab 5. Klasse)	DO 18.30-19.30	TSG Sportpark	Teresa Dallinger	teresadallinger @web.de
<b>Abteilung Leichtathletik (leichtathletik@tsg78-hd.de)</b>				
U8 - Jg. 16-17	MI 16.30-17.45	TSG Sportpark	Lucia Wolf	LA-U8@tsg78- hd.de
U10 - Jg. 14-15	MO 16.00-17.15 FR 16.30-17.45	TSG Sportpark	Wolfgang Latteyer Lya.Otto@icloud.com	wolfgang_lat- teyer@yahoo. com
U12+U14 Jg. 11-13	DI 16.30-18.00 FR 16.30-18.00	TSG Sportpark	Christine Holstein	christa.holstein @t-online.de
U14+U16 - Jg. 08-10/11	MO 17.30-19.45 DI 18.00-19.30 DO 16.45-18.30 FR 18.00-19.30	TSG Sportpark	Christine Holstein Joscha Reber	christa.holstein @t-online.de joscha.reber@ gmx.de

U18 + U20 - Jg. 04-07	MO+MI ab 18.00 DI+DO ab 18.00 SA ab 11.00 FR+SO n. Absprache	TSG Krafraum TSG Sportpark TSG Krafraum	Christian Maichle	HD-300101
Hauptklasse, Senioren Jg. 03-64 (M/W30-M/W55)	MO ab 18.00 DI+DO ab 18.00 SA ab 11.00 FR+SO n. Absprache	TSG Krafraum TSG Sportpark TSG Krafraum	Christian Maichle	HD-300101
Senioren ab M/W60	DI 18.00-19.30 DO 16.00-17.00	Dossenheim TSG Krafraum	Mike Weißenborn	HD-860902
Langstreckler	MO 16.30-18.00 MI ab 18.30 und n. Absprache	TSG Krafraum TSG Sportpark Gelände/Feld/Wald	Marcus Imbsweiler Georg Kopf	HD-484811 0151-46317822
Lauftreff	DI ab 18.00 DO 19.15-20.30	TSG Sportpark TSG Krafraum	Sonja Böhnisch	HD-472878
Läufergruppe 70-Plus	DI + DO ab 16.00	TSG Sportpark	Klaus Ewald	HD-409936
Freizeitsport	DI 18.00-19.00 DO 18.00-19.00	TSG Sportpark	Peter Frese	HD-373475
Sportabzeichenvorbereitung	SA ab 9.30	TSG Sportpark	Peter Frese	HD-373475
KraFit für Frauen	DI 18.00-19.30 FR 09.00-10.30	TSG Krafraum	Heike Ponz	HD-4332202

### Abteilung Rehasport (reha@tsg78-hd.de)

Neurologie	MO 10.00-11.00	Athleticon (oben)	Christiane Hedrich	0157-81288125
Innere/Lunge	MO 11.00-12.00	Athleticon (oben)	Christiane Hedrich	0157-81288125
Orthopädie	DI 18.00-19.00 FR 10.00-11.00	Athleticon (oben)	Christiane Hedrich	0157-81288125

### Abteilung Ski / Volleyball (volleyball@tsg78-hd.de)

VB Mixed-Gruppe „System Stockholm“	FR 19.30-21.30	Mönchhof (unten) oder TSG Sportpark	Anja Schumacher	01590-2157622
VB Mixed-Mannschaft „Reisegruppe Sonnenschein“ (BL Nordbaden)	DI 20.00-22.00 FR 18.00-19.30	Bunsengymn. Mönchhof (unten)	Karla Berger	01575-8378062
VB Mixed-Mannschaft „Getümmel“ (A-Klasse Pfalz)	DI 20.00-22.00	Tiefburgschule oder TSG Sportpark	Steffi Maier	HD-840852

### Abteilung Tennis (tsg78-tennis@web.de)

Info zur Abteilung / Gästekarten	Nach Vereinbarung	TSG Sportpark	Hermann Häfner	HD-470321
Kurse / Trainerstunden Jugend und Erwachsene	Nach Vereinbarung	TSG Sportpark	Tennisschule Rainer Becker	0160-96406612
Tennishalle des Turn- und Spielplatzvereins			Christiane Voth tennishalle@tsg78-hd.de	06221-410441

### Abteilung Tischtennis (tischtennis@tsg78-hd.de)

Jugend (ab 6 J.) (Anfänger (Fortg.) (gemischt) (Leistung))	MO 17.15-18.45 MI 18.00-19.30 FR 17.30-19.30 SO 13.00-16.00	Landhausschule	Tobias Vinke	0176-22511898
Erwachsene	DI 19.30-22.00 MI 19.30-22.00 FR 19.30-22.00	Landhausschule	Tobias Vinke	0176-22511898

### Abteilung Turnen / Fitness & Gesundheit (turnen@geraeturnen@fitgesund@tsg78-hd.de)

Eltern-Kind-Turnen (ab 1 Jahr)	DI 16.00-17.00 DI 17.00-18.00	Mönchhof (unten)	Eileen	turnen@tsg78-hd.de
Eltern-Kind-Turnen (ab 1 Jahr)	DO 16.00-17.00 DO 17.00-18.00	Mönchhof (unten)	Melanie	turnen@tsg78-hd.de

Eltern-Kind-Turnen (ab 1 Jahr)	FR 17.00-18.00	Mönchhof (unten)	Melanie	turnen@ tsg78-hd.de
Jungen und Mädchen (ab 3 Jahre)	MO 16.00-17.00	Mönchhof (unten)	Jana Eileen	turnen@ tsg78-hd.de
Jungen und Mädchen (ab 3 Jahre)	DI 16.00-17.00 DI 17.00-18.00	Mönchhof (oben)	Janina Hannah	turnen@ tsg78-hd.de
Jungen und Mädchen (ab 3 Jahre)	DO 16.00-17.00	Mönchhof (oben)	Ivana Jana	turnen@ tsg78-hd.de
Jungen und Mädchen (ab 3 Jahre)	FR 16.00-17.00	Mönchhof (unten)	Melanie Jana	turnen@ tsg78-hd.de
Jungen und Mädchen (ab 5 Jahre)	MO 17.00-18.00	Mönchhof (unten)	Jana Eileen	turnen@ tsg78-hd.de
Jungen und Mädchen (ab 5 Jahre)	DO 17.00-18.00	Mönchhof (oben)	Ivana Jana	turnen@ tsg78-hd.de
Jungen und Mädchen (ab 5 Jahre)	FR 16.00-17.00	Mönchhof (oben)	Janina	turnen@ tsg78-hd.de
Rope Skipping (7-12 J.)	MO 18.00-19.30	Mönchhof (unten)	Paula Eva	geraettturnen@ tsg78-hd.de
Kindertanzen (7-12 J.)	MI 16.00-17.00	TSG-Gym.Raum	Pia	geraettturnen@ tsg78-hd.de
Geräturnen I (Einsteiger ab 6 Jahre)	DI 18.00-20.00	Mönchhof (unten)	Melina Melanie	geraettturnen@ tsg78-hd.de
Geräturnen I (Einsteiger ab 6 Jahre)	FR 17.00-19.00	Mönchhof (oben)	Paula Ruth	geraettturnen@ tsg78-hd.de
Geräturnen II (Fortgeschrittene ab 8 Jahre)	DI 18.00-20.00 DO 18.00-20.00	Mönchhof (oben)	Eva-Maria W.+H. Pia	geraettturnen@ tsg78-hd.de
Functionel Training	MI 18.30-19.30	TSG-Sportpark (Cali)	Vincent	fitgesund@ tsg78-hd.de
fit & gesund (mobilisie- ren-kraftigen-dehnen)	MI 18.30-19.45	Mönchhof (unten)	Christine	fitgesund@ tsg78-hd.de
Ausgleichsgymnastik (50+)	DI 16.30-17.45 DO 18.00-19.15	TSG-Gym.Raum Mönchhof (unten)	Hanna Benita	fitgesund@ tsg78-hd.de
Yoga	MO 17.30-18.45 DO 19.30-20.45	Mönchhof (oben) Mönchhof (unten)	Hadije Benita	fitgesund@ tsg78-hd.de
Tai Chi Chuan & Qigong	DO 20.00-21.15	Mönchhof (oben)	Mikiko	fitgesund@ tsg78-hd.de

### Boule (Platznutzung für alle Mitglieder der TSG 78)

Freizeitgruppe	DO ab 14.30	TSG Sportpark	Manfred Rasp	HD-381490
----------------	-------------	---------------	--------------	-----------

### Calisthenics-Anlage (Nutzung für alle aktiven Mitglieder der TSG 78)

**TSG 78 Sportpark/Kraftraum**, Tiergartenstraße 9-11, 69120 Heidelberg (Neuenheimer Feld)

**Athleticon im TSG 78 Sportpark**, Tiergartenstraße 11 (hinterer Teil der Tennishalle)

**TSG-Gym.Raum im TSG 78 Sportpark**, Tiergartenstraße 9 (hinter Terrasse Roseto)

**Bunsengymnasium**, Humboldtstr. 23, 69120 Heidelberg (Neuenheim)

**Landhausschule**, Landhausstr. 20, 69115 Heidelberg (Weststadt)

**Mönchhof (Mönchhof- + Kepler-Schule)**, Mönchhofstr. 18, 69120 Heidelberg (Neuenheim)

**Tiefburgschule**, Kriegsstr. 14, 69121 Heidelberg (Handschuhsheim)

## Es sind noch Plätze frei in unseren Rehasport-Stunden

Unser aktueller Wochenplan. Die farbige markierten Stunden laufen bereits. Die

Weißes können starten, sobald ausreichend Teilnehmer\*innen dabei sind:

Wochenplan Rehasport							
Montag		Dienstag		Mittwoch	Donnerstag	Freitag	
Uhrzeit							Uhrzeit
09.00 - 10.00							09.00 - 10.00
10.00 - 11.00	<b>Neurologie</b> Christiane H.		Innere/Lunge in Planung			<b>Orthopädie</b> Christiane H.	10.00 - 11.00
11.00 - 12.00	<b>Innere/Lunge</b> Christiane H.		Neurologie in Planung			Orthopädie in Planung	11.00 - 12.00
12.00 - 13.00	Orthopädie in Planung						12.00 - 13.00
18.00 - 19.00		<b>Orthopädie</b> Hanna K.			Orthopädie in Planung		18.00 - 19.00
19.00 - 20.00		Orthopädie in Planung			Orthopädie in Planung		19.00 - 20.00

## Stundenbeschreibungen der einzelnen Fachrichtungen

**Orthopädie** - Wir starten mit einem leichten Aufwärmprogramm, durch das wir das Herz-Kreislaufsystem, das Nerv-Muskel-System sowie die Gelenke auf das Training vorbereiten. Danach folgen:

- gezielte Mobilisation der Wirbelsäule, um Dysbalance und Haltungsschwächen entgegen zu wirken, insbesondere im Becken-Lendenwirbelbereich und Schultergürtel-Oberer-Brustwirbelbereich
- Übungen zur Verbesserung / zum Erhalt der Kraft des gesamten Körpers unter besonderer Berücksichtigung der Haupt-Beschwerde-/Defizit-Bereiche

sowie der alltagsrelevanten Funktionen

- Verbesserung und Erhalt der Fußmobilität und -stabilität (Training gegen einen „X-Fuß“)
- sowie der Beinachse (Training gegen ein „X-Bein“)
- Koordinationsübungen zur Verbesserung und Erhalt des Gleichgewichts

Geeignet für: Menschen mit orthopädischen Erkrankungen / Beschwerden, wie z.B.

- Gelenkbeschwerden / -schäden (Arthrose)
- Wirbelsäulenschäden / Haltungsschäden

- Morbus Bechterew
- Osteoporose

**Neurologie** - Wir starten mit einem leichten Aufwärmprogramm, durch das wir das Herz-Kreislaufsystem, sowie das Nerven-/Nerv-Muskel-System auf das Training vorbereiten. Danach folgen:  
 -ein Parcours mit Koordinationsübungen für den ganzen Körper mit Schwerpunkt Beine

Bsp.: Slalom-Gehen, Gehen auf verschiedenen Untergründen (weiche Matten, u.a.), Balancieren, sowie Zielwerfen von Bällen, Werfen und Fangen, u.a.  
 -Übungen zur Kräftigung der großen Muskelgruppen

Geeignet für: Menschen mit neurologischen Erkrankungen / Beschwerden, wie z.B.

- Schlaganfall
- Polyneuropathie
- Demenz

- Cerebrale Bewegungsstörungen
- Multiple Sklerose
- Muskeldystrophie

**Innere / Lunge** - Wir starten mit einer Aufwärmphase, in welcher wir v.a. das Herz-Kreislauf-System auf das Training vorbereiten. Danach folgen:

-verschiedene Phasen mit Anforderungen an die Ausdauerleistungsfähigkeit, d.h. insbesondere an die Fähigkeiten des Herz-Kreislauf-Systems sowie der Lunge  
 -Übungen zur Verbesserung/zum Erhalt der Kraft und Kraftausdauer der alltagsrelevanten großen Muskelgruppen

Geeignet für: Menschen mit Erkrankungen / Beschwerden in den Bereichen, wie z.B.

- Herz-Kreislauf
- Gefäße
- Stoffwechsel (z.B. Diabetes m.)
- Lunge (auch Post-/Long-Covid, Asthma, COPD)

## Unser qualifiziertes Trainerteam wartet auf Sie

Christiane H.: Sportwissenschaftlerin M.A., Physiotherapeutin, lizenzierte Rehasport-Trainerin (Orthopädie, Neurologie, Innere)  
 Hanna K.: Physiotherapeutin, lizenzierte

Rehasport-Trainerin (Orthopädie)  
 Christiane V.: lizenzierte Rehasport-Trainerin (Orthopädie)  
 Tobias W.: Sportwissenschaftler, lizenzierte Rehasport-Trainer (Orthopädie, Neurologie, Innere)

*Berücksichtigen Sie beim Einkauf bzw. bei der Auftragsvergabe unsere Inserenten. Sie helfen uns bei der Finanzierung dieser Vereinszeitung.*

## Jahreshauptversammlung

Der ursprüngliche Termin vom 15.03.2023 konnte mangels Beteiligung und fehlender Beschlussfähigkeit nicht durchgeführt werden. Die Jahreshauptversammlung wurde daraufhin kurzfristig auf den folgenden Dienstag (21.3.23) zur Trainingszeit in der Halle der Tiefburgschule angesetzt und abgehalten. Neben den einstimmigen Wiederwahlen

und Planungen der Tätigkeiten rund um die Beachanlage wurden folgende Neuerungen beschlossen: da sich die Reisegruppe Sonnenschein gerne 2023 aktiver und professioneller im Beachvolleyball beteiligen möchte, gewährt die Abteilung den bei Turnieren startenden Teams feste Zuschüsse.

## Spielberichte vom Getümmel

### **Spieltag am 15.1.2023 in Haßloch**

Relativ gut besetzt mit vier Frauen und fünf Männern sind wir am Sonntag in die Pfalz gefahren. Gegner waren die Haßlocher (bis dahin in der Tabelle hinter uns) und die Bigblocker, die sich immer mit Landau um Platz eins in der Tabelle streiten. Für den Klassenerhalt wäre es also sehr wichtig gewesen, gegen die Gastgeber Punkte zu sammeln. Leider hat das nicht geklappt. Es war ein schönes, spannendes und knappes Spiel, das aber 1:3 gegen uns ausging (26:24 18:25 22:25 21:25).

Auch gegen die starken Bigblocker haben wir uns sehr gut geschlagen und fast ein Unentschieden geschafft (13:25 26:28 28:26 20:25).

Dabei waren Alessandra, Henni, Sara, Steffi, Basti, Jens, Kai (erstes Spiel), Max (zweites Spiel) und Ralf.

### **Nachholspiel am 24.1.2023 bei uns im Training**

Am Dienstag, den 24.1.23, kamen die Haßlocher zu einem Nachholspieltag zu uns in die Tiefburghalle. Da wir nur 10 Tage vorher schon gegen die Haßlocher ganz gut gespielt und nur knapp verloren hatten und die Haßlocher außerdem auch relativ weit unten mit uns in der Tabelle stehen, wollten wir auf jeden Fall gewinnen. Mit fünf Männern und vier Frauen waren wir auch ziemlich gut besetzt. Im ersten Satz haben wir stark angefangen und haben auch gleich mit einigen Punkten geführt, aber leider konnten wir das gute Niveau nicht länger halten. Nach einer langen Serie von gegnerischen Aufschlägen, die wir nicht gut annehmen konnten, mussten wir den Satz 16:25 verloren geben.

Die Sätze wurden zwar immer knapper (20:25 und 22:25), aber leider haben wir 0:3 verloren.

Dabei waren: Alessandra, Henni, Sara, Steffi, Basti, Jens, Johannes (Hundo), Max und Ralf.

### Heimspieltag am 4.2.2023 im Sportzentrum Nord

Nachdem die Avengers Germersheim krankheitsbedingt absagen mussten, sind wir nur zu einem Spiel gegen VSG Mixed 1 aus Mannheim angetreten. Da wir mit Sara eine gute Stellerin und mit Katja und Alessandra gute Angreiferinnen dabei hatten, wollten wir mal ein ganzes Spiel mit Läufer durchspielen. Obwohl unsere Gegner einige Plätze

über uns in der Tabelle stehen und somit als Favoriten angetreten sind, haben wir sehr gut dageengehalten und auch immer wieder die Führung übernommen. Der erste Satz war hart umkämpft, ging aber leider mit 26:24 an Mannheim. Die nächsten beiden Sätze konnten wir dieses Niveau nicht mehr halten oder vielleicht sind auch die Gegner besser geworden. Auf jeden Fall war das Ergebnis zum Schluss 0:3 (24:26; 18:25; 16:25).

Wir haben ohne Schiedsgericht gespielt, was auch gut funktionierte, da eine freundschaftliche und sportliche Atmosphäre geherrscht hat.

Von den Männern waren Basti, Hundo, Max und Ralf dabei.

Gestaltung und Produktion von Drucksachen aller Art.  
Geschäftsausstattung, Grußkarten, Broschüren u.v.m.



**ponz.design**

print und internet

Ladenburger Str. 51 · 69120 Heidelberg · 06221 37 31 87 · info@ponz.de



## Liebe Mitglieder,

herzlich willkommen in der Sommersaison 2023! Ich wünsche allen Mitgliedern und Gästen eine schöne Zeit im TSG Sportpark. Pünktlich zum Saisonstart ist auch unser Buchungssystem aktiviert: <https://tsg78-hd-tennis-platzbuchung.courtbooking.de/login.php>. Ich bedanke mich bei Gunther Tausch und Volker Breuninger, die das System betreuen.

Immer wieder an der Stelle auch der Hinweis, wer die Rundmails von mir nicht erhält, bitte unbedingt melden, damit ich die Adresse in den Verteiler aufnehmen kann. Wir sehen uns auf der Anlage! Bis dahin bleibt gesund und verletzungsfrei!

Viele Grüße, Hermann Häfner, Abteilungsleiter

## Mannschaftsspiele 2023: Oberliga und Medenrunde

Liebe Tennisfreunde, zunächst ein kleiner Rückblick auf den vergangenen Winter. Sehr erfolgreich nahmen vier unserer Mannschaften an der Winterhallenrunde teil:

- Herren Rang 3
- Herren 30 Rang 4
- Damen 50 Rang 1!
- Juniorinnen Rang 1!

Und jetzt gilt: endlich wieder draußen! Alle Vorbereitungen für einen spannenden Tennissommer sind getroffen!

Erneut hat unsere Abteilung ein gutes Angebot für alle Spielerinnen und Spieler, die sich sicher darauf freuen, wieder im Freien antreten zu können:

- Neun Plätze sind vorbereitet für Mannschafts- und Freizeitspieler

- 16 Mannschaften sind gemeldet: Sechs Damen-, acht Herren- und zwei Jugendmannschaften.
- Die Wahl der Mannschaftsführer und die Meldung aller teilnehmenden Spieler an den Badischen Tennisverband erfolgte bis zum 15. März.
- Im April wurden Bälle für die Heimspiele besorgt und die Gaststätte Roseto erhält einen Plan mit den Spielen.
- Die Mannschaftsführer bekommen eine Mappe mit Spielplänen, Verzeichnissen der gegnerischen Mannschaften und Unterlagen für die Ergebniserfassung.
- Inzwischen stehen auch die jeweiligen Begegnungen fest. Der erste Spieltag ist Samstag, der 6. Mai 2023 und die letzten Begegnungen finden am 23. Juli 2023 statt.

- Alle aktuellen Spielpläne, Termine und Ergebnisse findet ihr verlinkt in unserer neuen Homepage > Tennis > Mannschaften.

schaftsspiel- und Trainingsplan geben. Allen Spielerinnen und Spielerin wünsche ich Gesundheit und einen spannenden und verletzungsfreien Tennissommer!

Zu Beginn der Mannschaftsspiele im Mai wird es dann auch einen aktuellen Mann-

Gunther Tausch, Sportwart Tennis, gtausch@t-online.de

Anw.	Mannschaft	Liga neu	MF	Teilnahme Medenrunde	Anzahl Spieler	Anzahl Heimspiel
1	Damen 1	Oberliga	Juliana Böhm	ja	6	4
2	Damen 2 4er	Neumeldung 2.Kreisliga	Amelie Kiefer	ja	4	4
3	Damen 30	2.Bezirksliga	Susanne Wildermuth	ja	6	2
	Damen 30/2	Fusion mit Damen 40/1		nicht gemeldet		
4	Damen 40/1	2.Bezirksliga	Jeanette Grimm	ja	6	3
5	Damen 40/2	1.Bezirksklasse	Ulrike Hartmann	ja	6	4
6	Damen 50 4er	1.Bezirksklasse Mittwoch	Birgit Lewitzki	ja	4	3
7	Herren 1	2.Bezirksliga	Fabian Fritz	ja	6	3
8	Herren 2	1.Bezirksklasse	Sebastian Wilkesmann	ja	6	3
9	Herren 30	1.Bezirksliga	Sebastian Untersteller	ja	6	3
10	Herren 30-2 4er	Neumeldung 2.Bezirksklasse	Johannes Maurer Daniel Rademacher	ja	4	2
11	Herren 40	1.Bezirksklasse	Robert Bollen	ja	6	3
12	Herren 50	2.Bezirksliga	Christoph Willems Klaus Borkenstein	ja	6	3
13	Herren 55	2.Bezirksliga	Daniel Angeli	ja	6	3
14	Herren 70 4er	1.Bezirksklasse	Hermann Häfner	ja	4	3
15	Juniorinnen U18 4er	2.Bezirksliga	Elina Kölle	ja	4	4
16	Junioren 15 4er	1.Bezirksklasse	Mika Kimmelmann (mit Hilfe Vater Michael Kimmelmann)	ja	4	3
	<b>1. Vorsitzender</b>	Hermann Häfner	<a href="mailto:hermannhaefner@web.de">hermannhaefner@web.de</a>			
	<b>2.Vorsitzende</b>	Susanne Wildermuth	<a href="mailto:susanne_wildermuth@hotmail.com">susanne_wildermuth@hotmail.com</a>			
	<b>Kassenwart</b>	Volker Breuninger	<a href="mailto:volker.breuninger@gmail.com">volker.breuninger@gmail.com</a>			
	<b>Sportwart</b>	Gunther Tausch	<a href="mailto:gtausch@t-online.de">gtausch@t-online.de</a>			
	<b>Jugendwart</b>	Robert Bollen	<a href="mailto:robert.bollen@mlp.de">robert.bollen@mlp.de</a>			
	<b>Schriftführer</b>	Jörg Bruch	<a href="mailto:joerg.bruch@info">joerg.bruch@info</a>			
	<b>Beisitzer/Trainer</b>	Rainer Becker	<a href="mailto:info@rainerbecker-tennis.de">info@rainerbecker-tennis.de</a>			
	<b>Beisitzende/Trainerin</b>	Tina Häfner	<a href="mailto:tinahaefner@gmx.de">tinahaefner@gmx.de</a>			
	<b>Beisitzer/Trainer</b>	Fabian Fritz	<a href="mailto:fabif@hotmail.de">fabif@hotmail.de</a>			

---

## Liebe Tischtennisfreunde,

die Saison 2022/23 nähert sich wieder dem Ende. In der Regel haben die Mannschaften noch zwei Verbandsspiele zu bestreiten. Sehr erfreulich ist, dass die 2. Herrenmannschaft schon als Meister

der Kreisklasse B feststeht und in der kommenden Saison in der Kreisklasse A an der Start gehen wird. An dieser Stelle schon mal herzlichen Glückwunsch an die Mannschaft! *K.-H. Lauber*

## Damenmannschaften SG Wiesloch/Heidelberg

Die Spielerinnen der TSG 78 Heidelberg sind im Verbund der Spielgemeinschaft mit dem TTC Wiesloch-Baiertal in allen drei Mannschaften vertreten. Insgesamt ist die Bilanz der laufenden Saison positiv zu bewerten. Im Damen A Pokal musste sich die Mannschaft im Bezirksfinale den Damen des 1. TTC Ketsch aus der höheren Verbandsoberrliga mit 4:0 geschlagen geben.

Die 1. Mannschaft der SG-Wiesloch-Heidelberg ist mit dem aktuellen dritten Platz und einem Spielverhältnis von 18:10 klar im obersten Tabellendrittel positioniert. Dabei stehen noch zwei Saisonspiele aus. Das letzte Saisonspiel gegen den Tabellenzweiten DJK Käfertal/Vogelstang (10:2) verspricht nochmal ein spannendes Duell zum Abschluss der Saison. TSG-Spielerin Jessica Groß weist mit 17:1 eine bisher beeindruckende Spielbilanz auf. Mit viel Freude schaut die Mannschaft den

zwei ausstehenden Duellen entgegen.

Durch eine erfolgreiche Rückrunde und zwei deutlichen Siegen in Folge (jeweils 9:1) konnte sich die 2. Mannschaft mit TSG-Spielerin Nina Gausmann im Tabellenmittelfeld positionieren. Dadurch ist der Klassenerhalt in der Verbandsklasse Nord mit nur noch einem verbleibenden Verbandsspiel bereits gesichert. Mit einer Aufholjagd in der Rückrunde steht die zweite Mannschaft bei einem Spielverhältnis von 13:17 vor dem letzten Saisonspiel. Beeindruckend sind auch das Unentschieden (5:5) sowie der knappe Sieg (6:4) gegen die Tabellendritten FC Lohrbach und Tabellenvierten SG Heidelberg-Neuenheim II zu Beginn der Rückrunde.

Die 3. Mannschaft mit TSG-Spielerin Mirka Burkert ist in der Bezirksliga Nord aktiv. Der Spielbetrieb der laufenden Saison ist bereits abgeschlossen und

die SG Wiesloch/Heidelberg liegt auf dem vorletzten Platz. Der Sieg aus der Vorrunde gegen den SV 02 Altheudorf konnte leider nicht wiederholt werden. Doch aufgrund des besseren Spielverhältnisses konnte der vorletzte Platz mit

einem Spielverhältnis von 2:22 verteidigt werden. Die Spielerinnen agieren dabei vorbildlich als Team und man schaut der kommenden Saison positiv entgegen.

*Jessica Groß*

## 1. Herrenmannschaft (Kreisliga)

Vor dem letzten Spiel der Runde steht die erste Herrenmannschaft in der Kreisliga auf dem dritten Tabellenplatz. Der Abstand zum Zweitplatzierten aus Mühlhausen ist schon so groß, dass selbst ein Sieg im letzten Spiel gegen die schon als Meister feststehende Mannschaft vom TTF Wiesloch nichts mehr an der Platzierung ändern wird.

Damit wird es leider nicht zur Relegation zur Bezirksklasse reichen. Ausschlaggebend waren die Unentschieden gegen Wiesloch-Baiertal und Plankstadt, in

denen wir leider verletzungsbedingt nicht komplett antreten konnten. Zudem konnten wir im "Spiel um Platz zwei" gegen Mühlhausen eine 5:1 Führung nicht ins Ziel bringen. Das Heimspiel ging mit 6:9 verloren.

Auch die diesjährige Runde war wieder von Ausfällen geprägt. Insgesamt spielten 15 verschiedene Spieler für die erste Mannschaft. An dieser Stelle möchten wir uns ganz herzlich für die Einsatzbereitschaft unserer Ersatzspieler bedanken.

*Sascha Hafner*

## 2. Herrenmannschaft (Kreisklasse B)

Wie oben schon erwähnt hat die 2. Mannschaft vorzeitig die Meisterschaft für sich entschieden. Und dies bis jetzt mit einer lupenreinen 26:0 Bilanz, wobei noch ein Spiel aussteht. Neben der Stammmannschaft kamen noch 10 wei-

tere Spieler zum Einsatz. Auf Grundlage der guten Ersatzspieler, darunter auch Nachwuchs aus der Jugend, konnten Ausfälle der Stammspieler sehr gut kompensiert werden.

*K.-H. Lauber*

## 3. Herrenmannschaft (Kreisklasse C)

Die Saison neigt sich mal wieder dem Ende, zum Zeitpunkt des Verfassens des Berichts sind noch zwei Verbandsspiele offen. In Bezug dessen, dass die Staffel nur acht Mannschaften umfasst, sind somit fünf Spiele in der Rückrunde gespielt worden. Im Einzelnen waren dies gegen die SG Heidelberg-Neuenheim V 4:6,

gegen den TTV Mühlheim VII 9:1, gegen die TSG Rohrbach 1889 II 6:4, gegen die DJK 1927 Dossenheim IV 5:5 und gegen die TSG Eintracht Plankstadt VII 2:8. Alles in allem sind wir mit den Ergebnissen zufrieden. Somit belegen wir nach wie vor den 5. Tabellenplatz.

*K.-H. Lauber*

# Jahreshauptversammlung

Bei der diesjährigen Jahreshauptversammlung der TT-Abteilung am 28.02.2023 trat Karl-Heinz Lauber (entsprechend seiner Ankündigung) nach zwei Jahren kommissarischer Leitung als Abteilungsleiter zurück. Ein\*e neue\*r Abteilungsleiter\*in wurde nicht gewählt,

allerdings hat sich Andreas Albrecht bereit erklärt, sich ab dem Jahr 2024 für das Amt zur Verfügung zu stellen. Bis dahin wird Jugendwart Tobias Vinke dankenswerterweise als Ansprechpartner der Abteilung fungieren.

*K.-H. Lauber*



**IT-Systeme und -Betreuung für:**

- ▶ **Gewerbe**
  - Kleinunternehmen
  - Mittelstand
- ▶ **Bildung**
  - Schulen
  - Kindergärten
- ▶ **NGO**
  - gemeinnützige Vereine
  - Sportvereine
  - Stiftungen
- ▶ **Gesundheitswesen**
  - medizinische Praxen
  - Therapeutische Praxen

**koinegg**  
IT-Systemhaus

*Berücksichtigen Sie beim Einkauf  
bzw. bei der Auftragsvergabe unsere Inserenten.  
Sie helfen uns bei der Finanzierung  
dieser Vereinszeitung.*

Eltern-Kind-Turnen, Kinderturnen (bis 6 J.):

Martin Seiler, [turnen@tsg78-hd.de](mailto:turnen@tsg78-hd.de), 0176-43209929

Gerätturnen, Sport für Kinder/Jgdl. (ab 7 J.):

Christiane Hedrich, [geraettturnen@tsg78-hd.de](mailto:geraettturnen@tsg78-hd.de), 0157 - 81288125

Fitness & Gesundheit (Erwachsene):

Christiane Hedrich, [fitgesund@tsg78-hd.de](mailto:fitgesund@tsg78-hd.de), 0157 - 81288125

---

## Jahreshauptversammlung

Bei der diesjährigen JHV am 9. März der Abteilung Turnen / Fitness & Gesundheit fanden sich leider nur Funktionsträger\*innen ein. Christiane Hedrich berichtete über das Jahr 2022: Weiterhin besteht eine lange Warteliste beim Eltern-Kind-Turnen von rund 100 Kindern (Stand Ende 2022). Die Gerätturnerinnen hatten zum ersten Mal seit vielen Jahren mit einer kleinen Auswahl wieder am Wettkampfbetrieb des Turngaus Heidelberg teilgenommen. Im Dezember hatte der Nikolaus die 1-6-Jährigen im TSG 78-Sportpark besucht. Und das Angebot für Erwachsene der Zielgruppe 50+ konnte erweitert werden.

Für die offenen Posten der ehrenamtlichen Abteilungsleitung konnte wiederholt niemand gefunden werden. Frau

Hedrich wird weiterhin die Bereiche Gerätturnen und Fitness & Gesundheit organisieren und Martin Seiler ist für die Bereiche Eltern-Kind-Turnen und Kinderturnen zuständig. Es wurden dafür nun auch verschiedene Mailadressen eingerichtet (siehe Kontakte). Der Jahresabschluss konnte mit einem leichten Plus abgeschlossen werden.

Für 2023 ist für die älteren Gerätturnerinnen die Teilnahme am Landeskinderturnfest geplant. Im Erwachsenen-Bereich soll das Angebot noch weiter ausgebaut werden, wenn sich qualifizierte Übungsleiter\*innen finden, was weiterhin schwierig ist. Für die 7-12-Jährigen wird es ab April zwei neue Angebote geben: Kindertanz und Rope-Skipping.

## Neue Angebote Rope Skipping und Kindertanz

Direkt nach Ostern starten zwei neue Angebote für Kinder zwischen 7 – 12 Jahre: Rope Skipping und Kindertanz.

Wer sich unter Rope Skipping nicht gleich etwas vorstellen kann, dem empfehlen wir, bei "youtube" nachzuschauen,

denn die alleinige Beschreibung wie auch die direkte Übersetzung „Seilspringen“ wird dem, was sich wahrhaftig dahinter verbirgt, bei weitem nicht gerecht: "Akrobatik mit dem Seil" trifft es vermutlich am ehesten: Verschiedenste Sprungtechniken, unterschiedliche Schwünge

– mal vorwärts, rückwärts, gekreuzt, einfach, doppelt oder auch dreifach durchgeschwungen – werden gewürzt mit Handstand – auch mal einhändig – Rad und bei den Fortgeschrittenen sogar einem Salto. Doch in unserer Stunde sind auch pure Anfänger\*innen herzlich willkommen. Sogar ein eigenes Seil ist zunächst nicht notwendig. Feste Hallenschuhe reichen völlig.

Wann: Montags, 18.00 – 19.30 Uhr  
Wo: Mönchhofschule, untere Sporthalle  
Wer: Kinder zwischen 7-12 Jahre  
Mit wem: Paula, eine erfahrene Trainerin und selbst erstklassige Rope Skipperin der LSV Ladenburg.

Der Kindertanz wird eine Stunde für alle sein, die sich gerne zu Musik bewegen und sich tänzerisch ausprobieren und entwickeln wollen. Um den Körper für das Tanzen zu schulen, starten wir jede Stunde mit den unverzichtbaren Basics,

wobei hier auch einige Ballettelemente zum Einsatz kommen. Dann werden nach und nach alle Tanzarten ausprobiert – vom Jazz Dance über Hip Hop bis zum Modern Dance. In Abstimmung mit den Teilnehmer\*innen kann der Schwerpunkt auf die eine oder andere Tanzart gelegt werden.

In unserem Kindertanz darf jede\*r sich selbst tänzerisch erfahren und entfalten, es gibt kein richtig oder falsch, es gibt nur individuell. Kommt vorbei!

Wann: Mittwochs, 16.00 – 17.00 Uhr  
Wo: Gymnastikraum, TSG 78 – Sportpark (zwischen unserem Vereinsrestaurant „Roseto“ und dem Tennisheim)  
Wer: Kinder zwischen 7-12 Jahre  
Mit wem: Pia, unserer langjährigen Trainerin aus dem Gerätturnen und der Ballschule. Pia hat nicht nur selbst viele Jahre getanzt, sie hat auch eine Trainer-Ausbildung im Bereich Tanzen.



Rope Skipping ist viel mehr als nur Seilspringen – es ist Akrobatik mit dem Seil. Hier drei Rope Skipperinnen der LSV Ladenburg

## Fasching bei den Kinderturner\*innen

Wir im Kinderturnen machen aus jedem jahreszeitlichen Ereignis eine sportliche Angelegenheit. Dem Nikolaus hatten wir etwas vorgetanzt, in der Osterzeit hüpfen wir mit dem Osterhasen um die Wette

und zu Sankt Martin illuminieren wir die Sporthallen mit unseren Laternen. Tja, und in der närrischen Zeit – da geht's dann noch wilder als sonst zu in unseren Sporthallen!



Großes "Helau" und "Alaaf" im Kinderturnen



In der närrischen Zeit begegnete man auch mal einer Raubkatze in den Sporthallen der Mönchhofschule

## Unsere Gerätturnerin auf Wettkampfkurs

Auch in diesem Jahr haben sich unsere Gerätturnerinnen einiges vorgenommen. Sowohl in der Gauliga

wie auch beim Landeskinderturnfest werden wir mit einer Auswahl unserer Turnerinnen an den Start gehen.



Die Mädchen unserer ersten Mannschaft mit zwei ihrer Trainerinnen Eva H. und Eva W.



Die Mädchen unserer zweiten Mannschaft mit ihrem Maskottchen

## Functional Fitness wieder im Freien

Lange hatte sie den Widrigkeiten des Wetters getrotzt, doch dann hatte der Herbst/Winter unsere Functional Training-Gruppe in den Gymnastikraum getrieben. Dank der frühlingshaften Witterung in der Osterzeit sah man sie allerdings wieder an der Calisthenics-Anlage - der eigentlichen Heimat dieser

Trainingsgruppe. Lediglich bei gänzlich unwirtlichen Bedingungen wird auch im Frühling/Sommer noch weiterhin der Gymnastikraum (ehemals kleiner Leichtathletik-Kraftraum) aufgesucht werden. Der Trainer Vincent sowie die Teilnehmer freuen sich jederzeit über Zuwachs.



Auch wenn das Functional Training an der Calisthenics-Anlage schweißtreibend ist – es tut der guten Laune der Gruppe nie einen Abbruch.

**Bitte beachten Sie die neuen Zuständigkeiten und Mailadressen der Abteilung – siehe Seitenkopf!**

**Achtung: „Sport im Park“ startet wieder am 1. Mai 2023 - erneut mit TSG 78 – Beteiligung im Bereich Yoga und Tai Chi.  
Informationen dazu im vorderen Teil dieser Rundschau und unter <https://www.heidelberg.de/hd/HD/Leben/sport+im+park.html>**



1. Vorsitzender:

Michael Schwarz

Geschäftsstelle:

Christiane Voth, Tel. 06221-410441

turnundspielplatzverein@tsg78-hd.de

Tennishalle:

tennishalle@tsg78-hd.de

**Im Gang zu den Umkleiden in der Tennishalle gibt es aktuell noch Spinde gegen 30,- € Jahresgebühr zu vermieten!**

**Interessenten melden sich bitte in der TSPV-Geschäftsstelle.**

# KOPPERT

## SANITÄR-SCHNELLDIENST

### Alles für Ihr Bad

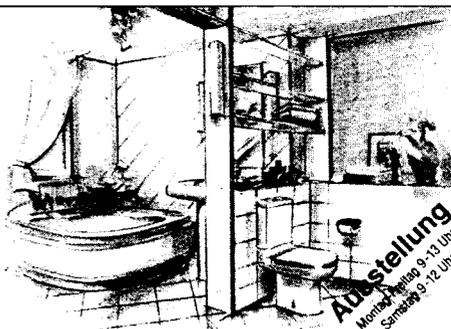
Badeeinrichtungen · Armaturen · Zubehör

Verkauf + Beratung + Kundendienst

69126 HD-Rohrbach-Süd (Industriegebiet)

Hatschekstr. 16, an der Eternit-Grenze

Telefon 0 62 21/36 43-0 Fax 36 43 30



**Ausstellung**  
Montag Freitag 9-13 Uhr  
Samstag 9-12 Uhr

## Impressum

Rundschau der Turn- und Sportgemeinde Heidelberg 1878 e.V.,

Geschäftsstelle Tiergartenstraße 9, 69120 Heidelberg.

Der Zeitungspreis ist für Mitglieder im Mitgliedsbeitrag enthalten.

Redaktion: Annette Schneider

Layout & Satz: ponz.design Heidelberg

Redaktionsschluss: (für die nächste Ausgabe) 06.07.2023

Auflage z.Zt. 1100 Stück



# Meine Finanzen – Meine Lieblingsbank

Morgen kann kommen.

Wir machen den Weg frei.

Mit dem richtigen Partner an Ihrer Seite und der richtigen Finanzstrategie können Sie der Zukunft gelassen entgegensetzen. Sprechen Sie mit uns.

 **MeineKurfalz**  
**MeineLieblingsbank**

 **Volksbank Kurfalz**

Werbung

# Zukunft gestalten, nachhaltig investieren.

Mit Heidelberg Nachhaltigkeit Globale Aktien.

Investieren schafft Zukunft.

 Sparkasse  
Heidelberg

 **Deka**  
Investments

Lassen Sie sich  
jetzt beraten.



DekaBank Deutsche Girozentrale. Allein verbindliche Grundlage für den Erwerb von Deka Investmentfonds sind die jeweiligen Wesentlichen Anlegerinformationen, die jeweiligen Verkaufsprospekte und die jeweiligen Berichte, die Sie in deutscher Sprache bei Ihrer Sparkasse oder von der DekaBank Deutsche Girozentrale, 60625 Frankfurt und unter [www.deka.de](http://www.deka.de) erhalten.

 Finanzgruppe