

Rundschau

D 8308 F



Ballschule

Hockey

Inline

Karate

Lacrosse

Leichtathletik

Rehasport

Ski / Volleyball

Tennis

Tischtennis

Turnen/Fitness
& Gesundheit

Nr. 4/ November 2025



ALLES BLEIBT BESSER

Mit unserer neuen Zentrale am Europa-
platz setzen wir ein Zeichen: für Wandel,
für Innovation, für Heidelberg. Modern,
nachhaltig, zukunftsorientiert – und fest
in der Region verankert.



Das Wichtigste in Kürze

15.11.25	Saisonabschlussfeier Leichtathletik
23.11.25	Vereinsmeisterschaft Gerätturnen
23.11.25	Karate-Wado-Lehrgang
13.12.25	Weihnachtsfeier Tischtennis
01.02.2026	Jahreshauptversammlung Abt. Karate TSG-Gaststätte Roseto, 11.30 Uhr
14.-21.02.2026	Skifreizeit im Kleinwalsertal
26.04.26	Halbmarathon (LA)
24./25.05.2026	Qualitage (LA)

Kummertelefon für Kinder und Jugendliche **0178-1961527 oder 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!

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 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). Vielen Dank für Ihre Unterstützung!

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

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
Telefon 06221-410441

Liebe Mitglieder,

am 27. Juli 2025 feierte die TSG 78 erstmals ihre traditionellen Mitgliederehrungen im Rahmen eines Sommerfests im TSG-Sportpark. Die Veranstaltung verband Vereinskultur, Sport und ein buntes Familienprogramm – und zeigte einmal mehr, wie vielfältig und lebendig unser Vereinsleben ist.

Zahlreiche langjährige Mitglieder, die der TSG 78 seit 25, 40, 50 oder sogar 60 Jahren angehören, wurden feierlich geehrt. Diese Ehrungen stehen nicht nur für sportliche Zugehörigkeit, sondern auch für jahrzehntelanges Vertrauen, Engagement und Gemeinschaft. Ebenso gewürdigt wurden herausragende sportliche Leistungen aus den Bereichen Karate, Leichtathletik und Inline-Hockey. Ein besonderer Moment war die Ehrung von Pedro Bratherig,

der als Nachwuchssportler des Jahres den Peter-Frese-Preis erhielt. Der Namensgeber und langjährige Förderer des Sports, Peter Frese, überreichte die Auszeichnung persönlich – ein emotionaler Höhepunkt des Festes.

Auch das Ehrenamt wurde geehrt: Silberne Ehrennadeln erhielten Teresa Dallinger, Jürgen Diehm, Klaus Kappings und Karl-Heinz Lauber für ihre langjährige ehrenamtlichen Tätigkeiten in den jeweiligen Abteilungen. Für jahrzehntelange Verdienste wurden Sonja Böhnisch und Michael Schwarz bei der Mitgliederversammlung zu Ehrenmitgliedern ernannt. Beim Sommerfest konnten sie dann ihre Urkunde entgegennehmen.

Das Stadtorchester Schriesheim sorgte für den musikalischen Rahmen, zahlrei-



Der Peter-Frese-Preis wurde 2025 erstmals verliehen und wurde nach dem TSG-Leichtathlet Peter Frese benannt, der anschaulich zeigt, wie fit man durch lebenslangen Sport im Alter noch sein kann.



Der 1. Vorsitzende Christoph Rapp (links) und Peter Frese (rechts) freuen sich, den Nachwuchssportler des Jahres Pedro Bratherig mit dem Peter-Frese-Preis auszuzeichnen. Zusätzlich erhält Pedro ein Textilkpaket aus dem TSG-Online-Shop, gesponsert vom Ausrüster Yellowgreen.

che Mitmachstationen der Abteilungen und sportliche Vorführungen aus Karate und Rollkunstlauf luden Besucher*innen aller Altersgruppen zum Zuschauen und Mitmachen ein.

Leider musste das Sommerfest aufgrund eines heftigen Regenschauers früher beendet werden als geplant. Dennoch bleibt der Tag als stimmungsvolle und verbindende Veranstaltung in Erinnerung – mit großer Beteiligung, gelebtem Ehrenamt und einem stolzen Blick auf unsere Vereinsgemeinschaft.

Hier alle Ehrungen im Überblick:

25 Jahre Mitgliedschaft

Robert Bollen
Petra Riemann
Klaus Lindner
Dr. Christina Oesterheld
Annette Kienel-Aldinger
Gerald Heisig

40 Jahre Mitgliedschaft

Karl-Heinz Mott
Andreas Stähle
Rita Ziegler-Buchta
Stefan Jech
Ursula Schmitz

50 Jahre Mitgliedschaft

Dieter Schädel
Michael Schwarz
Hermann Schäfer

60 Jahre Mitgliedschaft

Volker Ritzhaupt
Martin Voth

Besondere Sportliche Leistungen

Curt Dehoust – Karate
Peter Bizenberger – Karate
Stephan Liersch – Karate
Wolfgang Selje – Karate
Iris Reischl - Karate
Felix Trogisch – Leichtathletik
Sascha Barth – Leichtathletik



Hier ein paar Eindrücke vom TSG-Sommerfest. Weitere Bilder auf der Homepage unter www.tsg78-hd.de

Jose Gabriel Prados – Leichtathletik
 William Martin – Leichtathletik
 Jana Gröne – Leichtathletik
 Sophia K. Seufert – Leichtathletik
 Mara Schwab - Leichtathletik
 Max Lenzen – Inline
 Jonah Michelsen – Inline
 Jil Böhler – Inline

Peter-Frese-Preis

Pedro Bratherig – Inline

Silberne Ehrennadel für ehrenamtliche Tätigkeit

Teresa Dallinger
 Jürgen Diehm
 Klaus Kappings
 Karl-Heinz Lauber

Ehrenmitgliedschaft

Sonja Böhnisch
 Michael Schwarz

***Wir wünschen allen Mitgliedern, Eltern, Trainer*innen,
 Unterstützern und Freunden der TSG 78 Heidelberg eine
 schöne Vorweihnachtszeit, besinnliche Feiertage und einen
 guten Start ins neue Jahr! Der Vorstand***

Das neue TSG-Mitgliederportal von Kurabu ist im Einsatz

In der letzten TSG-Rundschau haben wir bereits ausführlich über die Einführung der neuen Vereins-Software berichtet. Die Mitgliederverwaltung läuft bereits über das neue Programm, die Abteilungen wurden geschult, die Mitglieder zum Portal eingeladen. Trotz der guten Umstellung auf das neue Programm, hakt es noch an der ein- oder anderen Stelle. Um die aufkommenden Fragen möglichst gebündelt und effektiv beantworten zu können, sind wir froh, dass unser Vereinsmitglied Udo Alexander, der früher schon im TSG-Vorstand ehrenamtlich aktiv war, seine Unterstützung angeboten hat. Er

nimmt sich der offenen und aufkommenden Themen bei der Umsetzung an und ist dafür unter kurabu@tsg78-hd.de erreichbar. Udo wird in der nächsten Zeit auf die Abteilungen zukommen, um bei der Einführung und Umstellung auf die Software aktiv zu unterstützen. Es wird sicher noch eine Weile dauern, bis alles „glatt läuft“ und vor allem das ganze Potential des Programms ausgeschöpft werden kann, aber der Vorstand ist davon überzeugt, mit der Anschaffung eine gute Investition in die Zukunft getätigt zu haben.

„Jetzt fit für später“ – Das Fitnessprogramm 60+

Jetzt letzte Plätze sichern beim Fitnessprogramm „AFT-PP“ für Personen ab 60 Jahren. Im Rahmen eines Kursystems mit zehn Trainingseinheiten und Fitness-Testung zum Anfang und zum Ende des Kurses können Sie Ihre Fitness verbessern und sich praktisches und theoretisches Wissen zu einer gesunden Lebensführung aneignen.

Kurstermin

Dienstags 15.45-16.45 Uhr ab 4.11.2025
bei Nina

Der Kurs kostet 99€ und findet im Gymnastikraum im TSG 78-Sportpark statt. Bei Interesse einfach noch schnell in der TSG-Geschäftsstelle melden.

HAUSTECHNIK
Neumann GmbH
SANITÄR • HEIZUNG • SOLAR

Heinrich-Lanz-Str. 8
68723 Plankstadt
Tel. 06202/70 33 577

Unser neuer FSJ'ler stellt sich vor

Mein Name ist Timo Kretz, ich bin 19 Jahre alt und habe im Sommer 2025 mein Abitur abgeschlossen. Am 1. September 2025 begann nun mein Freiwilliges Soziales Jahr (FSJ) hier bei der TSG 78 Heidelberg.

Sport begleitet mich schon fast mein ganzes Leben und ist mehr als nur ein Hobby für mich geworden. Sport ist eine Leidenschaft, die ich im Handball und beim Tanzen für mich entdeckt habe.

Seit klein auf verbringe ich viel Zeit in der Handball Halle. Nicht nur als leidenschaftlicher Spieler, sondern auch als Schiedsrichter und ein Jahr lang als Jugendtrainer. In der Grundschule kam ich durch einen Karnevalsverein zum Tanzen und bin seitdem dabei geblieben.

Während meines FSJ freue ich mich darauf das Vereinsleben aktiv mitzugestalten und auf unsere gemeinsame

Zeit. Ich werde vor allem in den Abteilungen Ballschule und Kinderturnen aktiv sein, freue mich aber auch andere Abteilungen zu unterstützen. Erreichbar bin ich unter fsj@tsg78-hd.de.



Automatische Umstellungen der Beiträge zum Jahreswechsel

- Bei Studierenden/Azubis ohne Nachweis entfällt die Ermäßigung
- Jugendliche ab 17 Jahre fallen aus der Familienmitgliedschaft, es wird der ermäßigte Beitrag erhoben
- Hockey: Junge Erwachsene ab 19 Jahre zahlen 204,- Euro Abteilungsbeitrag
- Lacrosse: Jugendliche über 16 Jahre zahlen 120,- Euro Abteilungsbeitrag
- Leichtathletik: Kinder von 8-13 Jahre zahlen 48,- Euro Abteilungsbeitrag, Kinder ab 14 Jahre 60,- Euro
- Turnen: Kinder ab 7 Jahre zahlen 54,- Euro Abteilungsbeitrag
- Tennis: Jugendliche über 18 Jahre zahlen 156,- Euro; bei Studierenden über 30 Jahre entfällt die Ermäßigung; die Umlage kommt hinzu, wird erhöht oder entfällt – je nach Alter

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



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

stadtwerke
heidelberg

Neueintritte

Wir begrüßen insgesamt 75 neue Mitglieder ganz herzlich in unserer Vereinsfamilie in folgenden Abteilungen (seit der letzten Rundschau):

Ballschule: 4
Hauptverein: 3
Hockey: 4
Inline: 8

Karate: 6
Lacrosse: 4
Leichtathletik: 8
Rehasport: 5

Ski/Volleyball: 3
Tennis: 17
Tischtennis: 3
Turnen / Fitness & Gesundheit: 11

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.

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.



mi.
KÜCHEN+DESIGN
Otto-Beck-Straße 32
64625 Bensheim-Auerbach
kontakt@manzke-interior.de
Tel. 06251 - 989 16 50

DESIGNBAHNHOF

Jetzt Vorteile für TSG Mitglieder sichern

www.mi-kuechen.de

Beim Online-shopping Geld für die TSG 78 sammeln

Wer online shoppen geht, kann ganz einfach die TSG 78 dabei unterstützen. Besuchen Sie Ihren gewohnten Online-Shop ganz einfach über die Spendenplattform „gooding.de“. Bei der Plattform ist die TSG 78 als Spendenempfänger registriert und erhält Prozenzte durch Ihren Online-Einkauf. Die gesammelten Gelder werden am Jahresende den Abteilungen für ihre Jugend- und Seniorenarbeit zur Verfügung gestellt oder für die abteilungsübergreifende Jugend- und Seniorenarbeit verwendet. Das Geld kommt also direkt den Kindern, Jugendlichen und Senioren zugute. Wir würden uns freuen, wenn Sie mit Ihren

Online-Einkäufen die Abteilungen der TSG 78 unterstützen.

So geht's:

1. Homepage von **www.gooding.de** aufsuchen
2. Unter „**Projekte & Vereine**“ die **TSG 78 Heidelberg** auswählen
3. „Einkauf starten“ anklicken
4. Den gewünschten Shop auswählen (Bsp.: ebay, Lidl, booking.com, Tchibo, Decathlon u.v.m.)
5. Wie gewohnt beim Shop anmelden und einkaufen

So funktioniert die Unterstützung über Gooding



Such dir einen Shop aus,



wähle unseren Verein



und kaufe ein wie immer.



Unser Verein erhält eine Prämie!

Online-Shop für TSG-Vereinskleidung

Besuchen Sie unseren TSG-Online-Shop mit der Kollektion von „craft“: 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/Sportgeschaef/>

10er Trainingskarte

Schnupperer, die sich nach zweimaligem Probetraining noch nicht für eine Vereinsmitgliedschaft entscheiden können, bieten wir eine 10er Trainingskarte an (ausgenommen Tennis). 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. Für die Teilnahme an den Kursen des Seniorensports sind ebenfalls 10er Karten notwendig. Für Nichtmitglieder kosten diese 80,- €, für TSG-Mitglieder 50,- €. Interessenten melden sich bitte in der TSG-Geschäftsstelle unter Tel. 06221-412819 oder info@tsg78-hd.de

Jahresbeiträge in Euro

	Erwachsene	Ehepaare, Familien (inkl. Kinder bis 16 J.)	Ermäßigte (+ Passive) (Kinder bis 16 J., Schüler, Azubis, Studierende – mit Nachweis)
Grundbeitrag	120,00	162,00	66,00
Passivbeitrag	42,00	63,00	24,00
Zzgl. Abteilungsbeitrag:			
Ballschule¹			1. Kind monatl. 22,00 2. Kind monatl. 20,00 ab 3. Kind monatl. 18,00
Hockey	204,00	396,00 (nur mit Erw.)	Kinder/Jgd. bis 18 J. 192,00 Passive 66,00
Inline	96,00 ab 2026 108,00	156,00 ab 2026 162,00	72,00 ab 2026 78,00 Passive 12,00 ab 2026 18,00
Karate	156,00	192,00	96,00
Lacrosse	150,00		Kinder bis 16 J. 78,00
Leichtathletik	72,00	120,00	60,00 Kinder bis 13 J. 48,00 Kinder bis 7 J. 30,00 Passive 15,00
Rehasport¹	Mit ärztlicher Verordnung (Muster 56) keine Kosten, freiwillige Mitgliedschaft erwünscht. Ohne Verordnung 240,- € (= Gesamtbetrag), 2x Training pro Woche 360,- € (=Gesamtbetrag)		
Ski/Volleyball	30,00	51,00	21,00
Tischtennis	60,00		48,00
Turnen/ Fitness & Gesundheit	66,00	96,00 (ab 3 Kinder)	54,00 Kinder bis 6 J. 48,00
Tennis	192,00	336,00	Jugendl. bis 17 J. 114,00 Jugendl. bis 17 J. 57,00 (wenn ein Elternteil in Tennis aktiv) Studierende 18-29 J. 156,00 Passive 20,00
Tennis Umlage	16-17 J. 15,00 18-65 J. 30,00	(wird bei 2 Std. Arbeitseinsatz zurückerstattet)	
Tennis Schrank	8,00 groß 16,00		

Die Beiträge (Grundbeitrag und Abteilungsbeitrag) werden per Lastschrift jährlich (1. Februar) oder halbjährlich (1. Februar und 1. August) eingezogen.¹ Die Beiträge für die Abteilung Ballschule und Rehasport werden quartalsweise abgebucht.

Im Jahr des Vereinsbeitritts wird der anteilige Beitrag ab dem Beitrittsmonat erhoben. 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 Höhe Mitgliedsbeiträge 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. Satzungsgemäß kann 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.



Neuer Teilnahmerecord bei den Ferienprogrammen „Sport und Spiel“

Die Ferienprogramme unter der Leitung von Martin Seiler in den Oster-, Pfingst-, Sommer- und Herbstferien waren gut besucht und haben mit 190 Teilnehmer*innen von 6-12 Jahren in fünf Camps einen neuen Rekord aufgestellt.

Das Besondere an den Ferienprogrammen ist der Wechsel zwischen angeleiteten Sportspielen und freier Beschäftigung, bei der die Kinder ihre Fantasie voll ausleben können. Oberstes Ziel in den Ferien ist immer Spaß zu haben, ist

doch der Alltag, auch im Kindesalter, schon durchgetaktet und oft stressig. Auch nächstes Jahr sind wieder zahlreiche Ferienprogramme geplant. Neu wird sein, dass sich die Abteilungen einbringen und ihre Sportarten als Schnuppertraining anbieten können, da die Ferien-Champs nicht mehr durchgeführt werden können.

Sobald die Termine feststehen, werden diese auf der Homepage unter „News“ und im Heidelberger Ferienportal veröffentlicht.



Bei den Ferienprogrammen „Sport und Spiel“ werden auch die Klassiker wie „Völkerball“ immer wieder gerne gespielt.

Liebe Mitglieder und Eltern,

im Vorfeld des TSG-Sommerfestes am 27.7.25 hat die Abteilung den Hockeycenter auf Vordermann gebracht und die Elektrik sowie die Theke Instand gesetzt. Nicht für jeden ersichtlich, waren hier eine komplette Erneuerung der Thekenunterkonstruktion und Überholung der gesamten Elektrik notwendig. Dafür hat die Abteilung knapp 4.000,00 Euro in die Hand genommen, um die Sicherheit

aller Nutzer zu gewährleisten. Nicht möglich wäre dies gewesen ohne das vorbildliche Engagement unsere Hockeyasse Martin Flaig und Christian Wilhelm, die in ihrer Freizeit sämtliche Arbeiten ausgeführt haben, so dass nur die Materialkosten zu stemmen waren. Hierfür ganz herzlichen Dank!

Michael Schwarz

Miniturnier in Bad Dürkheim am 6. September 2025

Unsere tapferen Hockey-Kids Lotta, Fridolin, Helena, Lorenz und Gesa haben sich beim Miniturnier des Dürkheimer HC mutig und mit großem Einsatz präsentiert. Gegen verschiedene Dürkheimer Mannschaften, sowie dem TSV Mannheim zeigten sie Teamgeist, Durchhaltevermögen und echte Spielfreude. Trotz starker Gegner ließen sie

sich nicht entmutigen und kämpften bis zur letzten Minute. Ein Tor konnten sie dabei auch erzielen. Besonders erfreulich war, wie fair und motiviert alle miteinander gespielt haben. Am Ende gab es noch für alle eine Urkunde, die stolz in Empfang genommen wurde.

*Bericht von Betreuerin
und Trainerin Julia*

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

Erfolgreiches TSG-Hockey-Camp

Vom 8.-12. September 2025 fand zum zweiten Mal unser Hockeycamp mit 34 Kindern statt. Hier ein Bericht in Stichpunkten:

Orga-Chefs: Bojan mit Robert, Jasna und Nicole

Zeitplan: 10.00-12.30 Uhr Hockey, 12.30 Uhr Mittagessen, 14.00-16.00 Uhr Schwimmbad

Montag: Einteilung in drei Gruppen mit Sommercamp T-Shirt in hellblau, dunkelblau und weiß; Beginn des Trainings; Bojan grillt Hamburger; schlechtes Wetter, daher Besuch des Zoos (Jessica!)

Dienstag: Dauerregen, Ratespiele im Zelt; Essen bei Domenico; mittags Hockeytraining möglich

Mittwoch: Hockeytraining; Essen bei

Domenico; Spiele auf dem Gelände, dann noch Hockey

Donnerstag: Hockeytraining; Essen bei Domenico (Pizza!); Torhütertraining, Testgerät von Bojan

Freitag: Einteilung in sechs Teams, Spiele jeder gegen jeden, Siegerehrung mit Medaillen; Essen bei Domenico; nachmittags Spiel Eltern gegen Kinder übers ganze Feld; Ausklang mit einem tollen Barbecue mit allerlei Speisen und Getränken von den Eltern ausgerichtet Dank der Eltern an die Organisatoren: Bojan, Robert, Jasna und Nicole und die Trainer: Jakob (Chef!), Elias, Clemens, Bela, Hannah, Robert, Jessica, Buschi und Bojan.

Fazit: eine supertolle Woche!



Trotz des bescheidenen Wetters in der Campwoche, war viel Action geboten. Sowohl die Kinder als auch Betreuer*innen hatten viel Spaß!

Spieltage der U8 und U10

Am 27. September 2025 gab es im TSG-Sportpark einen Heimspieltag der U8 Mädchen. Unsere beiden Teams erzielten folgende Ergebnisse:

Team 1 mit Chloe, Catharina, Jale, Selma, Carla und Trainerin Paula verloren den Auftakt mit 0:3 gegen AC Weinheim 3, siegten dann aber gegen AC Weinheim 5 mit 6:3, gegen AC Weinheim 4 mit 3:2 und gegen TSV Mannheim mit 4:2. Team 2 mit Lotta, Charlotte, Jannika, Julia und Trainer Buschi gewannen gegen TSV Mannheim 11:0, gegen AC Weinheim 4 mit 5:1, gegen AC Weinheim 5 mit 4:2 und gegen AC Weinheim 3 mit 6:4. Betreuer für beide Teams: Robin, Turnierleitung Katja, Organisation Verpflegung Blacky mit vielen großen und kleinen Helfern. Schiedsrichter: Lukas, Damian, Nicolas und Leopold.

Am selben Tag spielten auch unsere U8 Jungs und zwar in Weinheim mit zwei Teams und den Trainern Robert und Clemens, Betreuerin war Verena. Es spielten Nicolai, Joris, Erik, Bruno, Max, Anton, Julian, Tim und Moritz. Team 1: gegen Weinheim 1 Sieg mit 10:4, gegen TSV Mannheim 2 11:4, gegen TSG Bruchsal 6:0 und gegen AC Weinheim 2 Sieg mit 8:2. Team 2: gegen AC Weinheim 2 5:4, gegen TSV Mannheim 3 Sieg mit 7:6, gegen TSV Mannheim 2 gab es ein 8:8 und gegen AC Weinheim 1 ein 12:2 Sieg.

Am nächsten Tag dann waren unsere U10 Jungs auch zuhause im Einsatz. Trainer Robert konnte mit seinen Spielern folgende Ergebnisse erzielen: ein 1:1 gegen TSV Mannheim 2 und Siege

gegen Böblingen 3 mit 4:1, Böblingen 2 mit 3:0 und TSV Mannheim 3 mit 2:1. Es spielten: Leopold, Nicolas, Ole, Oskar, Max, Damian, Paul und Friedrich. Betreuerinnen: Anna und Kathie. Turnierleitung Sonja, Schiedsrichter Clemens, Bela, Caspar und Antonius. Verpflegung wieder Blacky und viele Helfer.

Erfreulich war an beiden Tagen die gute und fröhliche Stimmung bei unseren Turnieren, der tolle Einsatz der Eltern und Geschwister, die einfach anpackten und mitmachten, wenn es irgendwo etwas zu tun gab. Das Angebot unserer Eltern an Kuchen, Muffins, Brezeln, Laugenstangen wurde von allen Teams ausdrücklich gelobt.

Auch unsere weibliche U10 Mannschaft war am 28. September 2025 unterwegs und hatte ihren Spieltag in Offenburg. Die Mädchen gewannen gegen Karlsruhe 1 mit 1:0, verloren aber gegen Karlsruhe 2 mit 2:3 und gegen Offenburg mit 1:2. Trainer Robert war sehr zufrieden mit den spielerischen Leistungen seiner Spielerinnen. Die Abwehrarbeit war allerdings nicht so gut, da alle fünf Gegentore durch Verwandeln von Penaltys fielen. Insgesamt gab es acht Penaltys gegen die TSG und nur einen für die TSG, der dann zum Torerfolg führte. Die Abwehrarbeit wird der zukünftige Trainingsschwerpunkt sein.



Rückblick auf die erfolgreiche Saison 2025

Die Lions Heidelberg haben auch dieses Jahr wieder der TSG 78 Heidelberg e.V. alle Ehre gemacht und waren in alle Ligen erfolgreich. In der Oberliga BW, Landesliga BW, Landesliga BW, in der U18, U15 und U12 konnten die die TSG jeweils eine Mannschaft stellen.

Aber der Reihe nach: die Lions I und die U18 haben jeweils die Meisterschaft nach Heidelberg geholt. Die 2. Mannschaft hat sich mit einem dritten Platz hervorragend in dieser Saison geschlagen. Die Saison

für die 3. Mannschaft und für die U15 ist zum Redaktionsschluss noch nicht zu Ende. Wir sind aber guter Dinge, dass auch diese beiden Mannschaften auf dem Siebertreppchen stehen werden. Die U12 hat in ihren Einzelspieltagen großartige Leistungen gezeigt und es macht wirklich Freude den Kids bei ihren Fortschritten zu zusehen. Hier sei auch Wolf Latteyer und Aaron Goldschmidt gedankt, die sich aktiv um die Laufschule und die U11 kümmern.



Erfolgreicher Saisonabschluss der Lions I am 13.09.2025



Die Lions U18 haben am 27.09.2025 ebenfalls den Titel geholt!

Dank an Harry Kindermann

Ganz besonderen Dank, nicht nur für diese Saison, sondern für die vielen Jahre an der Seite der Inline-Abteilung, gilt unserem „noch“ Platzwart Harry Kindermann. Sein Engagement für die Abteilung, die Arena und insbesondere für die Rolldance Kids hat vieles von dem, was wir erreicht haben, erst ermöglicht gemacht. Danke



Harry und viel Spaß für alles, was Du im Jahr 2026 vorhast!

Danke auch an alle Spieler, Übungsleiter, Trainer, Teammanager, Schiris, Eltern und Helfer, ohne die die Abteilung nicht das wäre, was sie ist, eine Gemeinschaft für und mit dem Sport.

Let's Skate, Euer Jörg

Gelungener Herbstanfang

Am 27. September 2025 fand in Verdun die Deutsche Meisterschaft im Karate statt. Für die Karate-Abteilung der TSG 78 ging Curt Dehoust (3. Dan) in der Masterklasse Ü65 in den Disziplinen Kumite und Kata an den Start. Mit großem Einsatz und beeindruckender Leistung konnte er sich in beiden Wettbewerben erfolgreich platzieren:

- 3. Platz im Karate Kumite Ü65
- 4. Platz im Karate Kata Ü65

Wir gratulieren Curt herzlich zu diesem herausragenden Erfolg und sind stolz,

einen so engagierten und erfahrenen Karateka in unseren Reihen zu haben!

Auch der Nachwuchs und die fortgeschrittenen Karateka der TSG 78 Heidelberg zeigten im September ihr Können. Bei der Kyu-Prüfung traten mehrere Karateka an und bestanden mit Erfolg. Unter den Augen von Trainerin und Prüferin Teodosiya Funk präsentierten alle Teilnehmenden saubere Techniken, Kampfegeist und Teamzusammenhalt.



3. Platz bei der Deutschen Karatemeisterschaft – ein Erfolg für Curt (2. v.r.) und die TSG 78 Heidelberg



Unser Jukurentainer Curt erneut mit starker Leistung



Die Prüflinge in Action



Gruppenfoto mit den Prüfern Arno (hinten rechts) und Teodosiya Funk (vorne 2. v.r.)

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: **07.01.2026**
Auflage z.Zt. 1100 Stück

Herbstlehrgang am 23.11.2025

Ein weiteres Highlight steht bereits bevor: Am 23.11.2025 findet unser großer Herbstlehrgang im Bunsengymnasium Heidelberg statt. Als Gasttrainer begrüßen wir Franz Bohnert (6. Dan), gemeinsam mit unserem Trainer und A-Prüfer Arno Funk (6. Dan).

Alle Karate-Interessierten – ob Einsteiger oder Fortgeschrittene – sind herzlich eingeladen, dabei zu sein und in die faszinierende Welt des Karate einzutauchen.

Einladung

zur Jahresversammlung der Karateabteilung

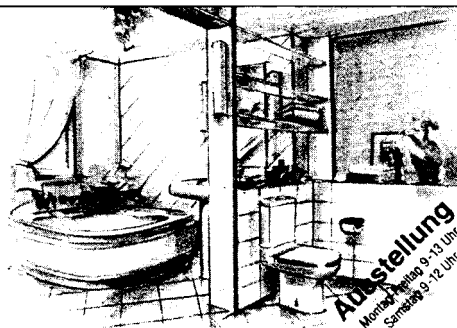
am Sonntag, den **01.02.2026** um **11.30 Uhr** in der TSG-Gaststätte „**Roseto**“ (Tiergartenstraße 9, 69120 Heidelberg).

Tagesordnung

1. Begrüßung
2. Rückblick 2025
3. Kassenbericht und Bericht der Kassenprüfer
5. Neue Wahl aller Posten
6. Planungen 2026
7. Anträge/ Sonstiges

Schriftliche Anträge zur Tagesordnung sind bis zum 20.01.2026 bei der Abteilungsleitung Karate karate@tsg78-hd.de einzureichen.

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



Abstellung
Montag-Freitag 9-12 Uhr
Samstag 9-12 Uhr

Abteilungsleiterin:

Carla Buchmüller

lacrosse@tsg78-hd.de

Gelungener Heimspieltag bei den Lacrosse-Herren

Am ersten Oktoberwochenende hatten wir in der olympischen Lacrosse-Disziplin Sixes unseren Saisonauftakt in Heidelberg: Hochmotiviert und mit einigen neuen Gesichtern spielten wir zuerst gegen unsere Gäste aus Freiburg. Nachdem das erste Quarter noch 0:0 ausgegangen war, gingen die Freiburger zur Halbzeit 3:0 in Führung. Danach gelang es uns, mit zwei schnellen Anschluss Treffern auf 2:3 heranzukommen, ehe unsere relativ neu formierte

Mannschaft leider den Faden verlor. Dies nutzten die routinierten Freiburger sehr effizient aus und schraubten ihre Führung in die Höhe, sodass wir uns am Ende mit 3:12 geschlagen geben mussten.

In unserem zweiten Spiel stand uns das Team aus Kaiserslautern gegenüber: Hier entwickelte sich ein enges und ausgeglichenes Spiel, in dem sich beide Mannschaften nichts schenkten.



Saisonauftakt der Lacrosse Herren in der Sixes Disziplin

Infolgedessen gingen wir mit einer knappen 5:4 Führung in die Halbzeit. Nach der Pause kamen die Pfälzer allerdings besser in die Partie und wendeten das Spiel mit 5:8 zu ihren Gunsten. Anschließend gelang es uns nochmal, mit 6:8 den Kontakt wieder herzustellen, danach wollte der Ball trotz einiger guter Chancen aber einfach nicht mehr ins Tor. Unsere Gäste stellten sich hier cleverer an und konnten sich im letzten Quarter durch zwei Treffer mit 6:10

absetzen, was gleichzeitig auch den Endstand markierte.

Trotz der beiden Niederlagen sind wir stolz auf unsere Leistung und wissen jetzt, woran wir noch arbeiten müssen. Wir bedanken uns bei den Heidelberger Lacrosse-Damen, die uns bei der Durchführung des Spieltags unterstützt haben und freuen uns schon auf das nächste Mal.

Nationales Feld-Lacrosse-Camp in Heidelberg

Am Wochenende vom 27. bis 28. September 2025 richteten wir ein offenes Trainingswochenende für die Damen-Feldlacrosse-Nationalmannschaft aus. Die Veranstaltung diente sowohl als freies Training für alle interessierten Spielerinnen als auch als offizielles Tryout für den Nationalkader, der 2026 bei der Weltmeisterschaft in Tokio antreten wird. Maximal 22 Spielerinnen werden schließlich Teil des Teams sein, das nach Japan reist.

Aus Heidelberg nahmen insgesamt sechs Spielerinnen teil. Drei von ihnen sind nun als assistierende Trainerinnen im Entwicklungskader tätig – alle drei standen früher selbst als Spielerinnen in diesem Kader auf dem Feld und wissen genau, was solche Wochenenden ausmacht. Neben den Trainingseinheiten war das Wochenende auch für uns bedeutend: Unsere Torhüterin erhielt gezieltes Training, eine Feldspielerin hat nach einer Verletzungspause das erste Mal wieder an einem solchen Training teilnehmen und eine unserer Jugendspielerinnen konnte

wertvolle Erfahrungen auf nationalem Leistungsniveau sammeln. Insgesamt war es ein erfolgreiches, intensives Wochenende, bei dem die Heidelberger Trainerinnen souverän das Programm mitanleiteten.



Die Damen der TSG 78 (Trainerinnen und Spielerinnen) beim Naticamp

+++ Saisonabschlussfeier am 15.11.25 +++ Felix „außergewöhnlich“ +++ TSG 78 hat Weltrekordler +++ Masters mit DM-Medaillen +++ Jugend stark in Baden +++ Erfolgreiche Sportfeste +++ Schnelle Zeiten +++ Langdapper in Deutschland vorne mit dabei +++ Drei Teams im badischen BSMM-Finale +++

Save the date – Termin beachten

Liebe Mitglieder, bitte haltet euch den Termin frei und feiert mit! Am **Sams- tag, 15. November 2025** findet unsere **Saisonabschlussfeier** mit Ehrungen (ab U16) im Restaurant „Nebenan“ (Schwet- zinger Terrasse 9, 69115 Heidelberg) in der Bahnstadt statt. Wir freuen uns auf eine lockere Atmosphäre in der neuen

Location mit Buffet, Stehtischen und einigen Sitzgelegenheiten für unsere lebenserfahrenen Vereinsmitglieder. Wir wollen damit einen Abend schaffen, der mehr Raum für Austausch, nette Gespräche und gemeinsames Feiern bietet. Weitere Informationen folgen in Kürze.

Zwei Tage zum Genießen

FT.- Am 12./13. Juli 2025 fanden im französischen Besançon die Weltmeis- terschaften im Ultramehrkampf statt. Für Frauen bedeutet dies, 14 anstatt sieben Disziplinen (Tetradecathlon), für Männer gar 20 anstatt 10 Diszip- linen (Icosathlon) an zwei Tagen zu überstehen. Zusätzlich zum normalen Zehnkampfprogramm stehen dabei noch 200m Hürden, 5.000m, 800m, Hammerwurf, 3.000m Hindernis, 200m, 3.000m, 400m Hürden, Dreisprung und 10.000m an. Felix Trogisch ließ sich den Spaß nicht nehmen und erreichte nach zwei anstrengenden Tagen den 3. Platz und somit die Bronzemedaille in der M35. Besonders hervorzuhe-

ben ist der inoffizielle Europarekord über 200m Hürden (26,68s) mit leider zu viel Rückenwind und das verlet- zungsfreie Erreichen von 9.907 Punkte. Hier die erzielten Leistungen von Felix: 100m – 12,21s, Weitsprung – 5,43m, 200m Hürden – 26,68s, Kugelstoßen – 10,27m, 5.000m – 19:28,88min, 800m – 2:24,76min, Hochsprung – 1,60m, 400m – 55,54s Hammerwurf – 20,50m, 3.000m Hindernis – 12:19,34min, 110m Hürden – 16,65s, Diskuswurf – 25,46m, 200m – 24,48s, Stabhochsprung – 2,70m, 3.000m – 11:29,26min, 400m Hürden – 63,63s, Speerwurf – 29,42m, 1.500 m – 5:17,15min, Dreisprung – 10,14m, 10.000m – 45:27,01min.

Die genaue Gemütslage hielt Ellise Meyer in einem Interview fest: <https://www.tsg78-hd.de/news/man-muss-einfach-irgendwie-durchkommen> ... und

auch der Mainathlet nahm sich der Sache an: <https://open.spotify.com/episode/0TsNQmrYqtYOHkzVDTsPrP>

Felix mit Weltrekord

FT.- Nach Jahren der Abstinenz schafften es die Masters-Vertreter der niederländischen, französischen, belgischen und deutschen Leichtathletikverbände 2025 wieder einmal, den traditionellen Interlands Länderkampf der vier Nationen auszurichten. Durch seine nationale Vormachtstellung im Lang- und Hürdensprint wurde Felix Trogisch über 400m, 110m Hürden und für die 4x400m Mixed-Staffel für das Event am 09. August in Den Haag nominiert. Das Besondere – es gab nur eine Gesamtwertung, d. h. sowohl altersklassen- als auch geschlechtsübergreifend ging es gemeinsam an die Wettkampfanlage und nach den jeweiligen internationalen Mehrkampfpunkten und Altersklassenfaktoren wurden die Leistungen verrechnet, mit jeweils zwei männlichen und

zwei weiblichen Leistungen pro Team, bei beliebig vielen Ersatzstarter*innen. So erhielt Felix beispielsweise für seinen Tagessieg über 400m in 52,87s gar keine Punkte, da die Leistungen der M55er und M60er höher ins Gewicht fielen. Nach einem harten Kampf lag Deutschland vor den abschließenden Staffeln knapp hinter den Niederlanden auf Platz zwei, doch nachdem die Staffel mit Dana Prada, Daniela Kliche, Peter Fräßdorf und Felix – in der erst seit Januar 2025 offiziell bei World Athletics geführten Disziplin – einen neuen Weltrekord für die Altersklasse X35 aufstellen konnten (3:50,72min), holte sich das deutsche Team am Ende den Gesamtsieg. Die Zusammenfassung vom Mainathlet: <https://open.spotify.com/episode/3zYfZ-C6XIPZMJAFik5MG>

**HELFEN SIE
MÄDCHEN, SICH
ZU ENTFALTEN.**

Mit einer Patenschaft
eine Chance geben.

Werden Sie Patin!
plan.de



**PLAN
INTERNATIONAL**

Gibt Kindern eine Chance

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

Masters holen Medaillen bei den Deutschen Meisterschaften

FT.- Vom 22. bis 24. September 2025 fanden im thüringischen Gotha die Deutschen Meisterschaften der Masters statt. Auch die TSG 78 war mit einem kleinen Aufgebot vertreten, das aus Christine Rother (W35) und Felix Trogisch (M35) bestand. Tine erreichte am Freitag im Speerwurf mit 30,16m den vierten Platz und zeigte sich happy mit den übertroffenen 30 Metern. Am Samstag erreichte sie dann im Hochsprung Platz drei und wurde somit Bronzemedallengewinnerin. Das Besondere war hierbei, dass Platz eins bis drei jeweils nur eine Sprunghöhe voneinander trennte. Da eine weitere Athletin zusammen mit Tine bei 1,41m bei den Höhen und Fehlversuchen gleichauf lag, wurde der 3. Platz geteilt. In einem engen Wettkampf wurde sie am Sonntag außerdem noch 8. im Weitsprung (4,43m) und 5. im Kugelstoßen mit einer Weite von 10,23m. Felix startete das Wochenende mit dem

DM-Titel über 400m Hürden, war aber mit seinem Lauf in 57,33s nicht ganz zufrieden. Am Samstag erkämpfte er sich – als Vierter gemeldet – in einem packenden Finish die Silbermedaille über 400m flach in 52,83s. Am Sonntag musste er nach einem schwachen Start über 110m Hürden einiges aufholen, rang Lokalrivalen Daniel Siegel (MTG) aber noch knapp nieder und holte sich mit 15,74 und deutlich gesteigerter Saisonbestleistung erneut Silber. Zum Abschluss startete er noch über 200m, war dort aber auf Bahn 1 von Anfang an chancenlos, eine Saisonbestleistung zu erzielen und wurde in 24,57s Siebter. Die beiden zeigten sich mit ihrem Wettkampfwoche hochzufrieden. Für beide geht es nun nach kurzer Trainingspause weiter. Während Tine Anfang Oktober die Süddeutschen Meisterschaften im Fünfkampf anstrebt, plant Felix mit der Masters EM auf Madeira Mitte Oktober.

Titel, Medaillen und neue Bestleistungen für unsere Jugendlichen bei den Badischen Meisterschaften

CH.- Diese fanden für die U16 am 12. Juli 2025 in Walldorf statt und eine Woche davor für die U18 am 06. Juli 2025 in Schutterwald.

U16/W15

Maxi Stieber konnte in gleich fünf Disziplinen die erforderlichen Qualifikationsleistungen vorweisen und holte sich mit einer Weite von 10,33m (Qualifikationsnorm lag bei 9,00m) den Titel. Auch in den weiteren Disziplinen ihrer Wahl – Hürden und Weitsprung – erzielte sie gute Ergebnisse und Platzierungen

im vorderen Drittel. Meret, mit 5,20m Badische Hallenmeisterin im Weitsprung und unsere derzeit schnellste Sprinterin, blieb diesmal gerade in diesen beiden Disziplinen deutlich unter ihren gewohnten Leistungen, konnte sich jedoch noch eine Medaille im Dreisprung sichern.

U16/W14

Luna Hekker baute über 800m im ersten von zwei Läufen einen deutlichen Vorsprung auf und gewann diesen mit neuer persönlicher Bestzeit von 2:31,23min, überzeugte danach auch



Maxi – Badische Meisterin im Dreisprung, Meret auf Platz 3



Unser Staffelteam (v.l.): Meret, Maxi, Max und Fabio

im 5er-Sprunglauf mit einer schönen Weite von 13,84m (Platz 4).

U16/M15

Seine Teilnahme absagen musste leider Gradiv Ambraz und so war Maximilian Mnich unser einziger Vertreter dieser Altersklasse. Nicht ganz so berauschend war diesmal sein Weitsprung, dafür erzielte er mit 11,81m eine neue persönliche Bestleistung im Kugelstoßen und mit 12,66s über 80m Hürden. Zu guter Letzt lief Max auch noch die 300m in starken 41,39s und ließ sich dafür die Bronzemedaille überreichen.

U16/M14

Es begann alles sehr erfreulich! Luk Werner und Fabio Münscher steigerten sich zunehmend im Weitsprung und knackten erstmals die Marke von fünf Metern – Luk mit 5,18m und Fabio mit 5,01m. Besonders spannend wurde es beim 80m Hürdenlauf. Luk, seit letztem Jahr immer noch die badische Bestenliste anführend, ließ sich dann leider doch noch ganz knapp den Titel entgehen und wurde mit einer immer noch genialen Zeit von 12,02s Badischer Vizemeister. Diesen sicherte er sich mit 12,46s auch noch im 100m Lauf. Dann wendete sich plötzlich das Blatt. Luk landete mit

einer tollen Weite, leider jedoch sehr unglücklich beim 5er-Sprunglauf in der Sandgrube und verletzte sich heftig am Kniegelenk. Währenddessen erreichte Fabio in der gleichen Disziplin neue persönliche Bestweite von 16,29m und verfehlte knapp einen Medaillenplatz.

Als Highlight gegen Wettkampffende waren die Staffelläufe angesagt. Unsere Mixed-Staffel (Badische Hallenmeister) musste nun auf Luk, unseren besten Läufer verzichten. Mit Maxi, Meret, Max und Fabio als Ersatzläufer erreichte unser Team eine immer noch ganz gute Zeit von 53,01s und Platz 3. In Gedanken aber waren wir alle noch bei Luk!

U18

Nach Absage von Johannes Edinger für den 400m Lauf waren diesmal nur Jonathan Wacke und unsere beiden sehr wettkampffreudigen Mädels Hannah Hensel und Antonia Kölle am Start. Jonathan konnte die Qualifikationen für die Disziplinen 110m Hürden, Weitsprung, Speerwurf und Dreisprung vorweisen. Wegen immer noch vorhandenen Schmerzen im Ellbogenbereich musste er leider auf eine Teilnahme am Speer-

wurf verzichten. Auch der Dreisprung lag nicht auf seiner Agenda und im Weitsprung blieb er diesmal etwas unter seiner Bestleistung von 5,90m. Dafür überraschte Jonathan umso mehr über 110m Hürden. Mit 16,73s konnte er seine Bestleistung nochmals forcieren und siegte im ersten von zwei Läufen. Antonia überzeugte mit neuer persönlicher Bestzeit von 16,73 auf 100m

Hürden. Leichte Probleme hatte sie dann beim Weitsprung sowie auch beim Dreisprung, das Brett zu treffen, was sich zu guter Letzt in den Ergebnissen widerspiegelte. Hannah näherte sich (nach längerem Auslandsaufenthalt) mit 5,08m langsam wieder ihrer bisherigen Bestweite von 5,26m und im Dreisprung sicherte sie sich mit 10,46m die Bronzemedaille.

Einer für Alle - Alle für Einen

Ein souveräner Auftritt unserer Jugend am BSMM-Vorkampf (Kreispokal)

CH.- Am 26. Juli 2025, kurz vor den Sommerferien, fand in Oftersheim die BSMM (Badische Schüler-Mannschaftsmeisterschaft) des Rhein-Neckar-Kreises statt. Um als starkes Team daran teilnehmen zu können, verzichteten einige unserer jungen Athlet*innen selbst auf Geburtstagsfeiern. Und somit standen wir mit gleich vier Mannschaften am Start. Trotzdem waren die Voraussetzungen nicht optimal. Mit Milla Schade und Luk Werner hatten sich noch kurz zuvor zwei unserer Leistungsträger aus der U16 eine Verletzung zugezogen. Auch Meret Treiber konnte nach einer einwöchigen sehr anstrengenden Klassenwanderung mit noch müden Beinen und Blasen an den Fußsohlen ihr Sprint- und Sprungtalent nicht voll ausschöpfen. Im „Alleingang“ musste unsere TSG 78 Heidelberg es auch mit der starken Konkurrenz von Startgemeinschaften und LG's aufnehmen. Trotz allem wurden beachtliche Einzelleistungen erzielt, die schließlich auch die Gesamtergebnisse prägten.

MU14

Gleich in der ersten Disziplin, dem 800m Lauf war Eric Prados unschlagbar und siegte mit neuer PB von 2:23,52min! Auch David Gutschalk und Alessio Bongiovanni überzeugten mit immer noch sehr guten Zeiten von 2:36,10min und 2:41,65min. Matteo Wesemann lief die 75m in starken 11,01s, David in 11,04s. Antonius Pieterse (gerade erst 12 Jahre alt geworden) übersprang souverän eine Höhe von 1,40m, Jaron erstmals die 1,36m, ebenso Alessio die 1,28m. Auch den Weitsprung dominierte Antonius mit 4,41m, Matteo Wesemann erreichte eine schöne Weite von 4,21m. Mit 10,96s über 60m Hürden überzeugte Antonius ein drittes Mal – wenn auch etwas unter seiner Bestleistung. Es folgte Elias Quidenus und Joel Benischek mit guten Zeiten unter 12 Sekunden. Weitere wertvolle Punkte für die Mannschaft steuerten unsere Ballwerfer, David mit 39,00m und Tim Chahoud mit 36,50m bei. Zu guter Letzt überzeugten auch noch unsere Staffelläufer Matteo, Antonius, David und Elias mit 43,27s in

der 4x75m Staffel. Endergebnis (Gruppe 2): 5.774 Punkte und Platz 3.

WU14

Auch unsere fünf Heidelberger Mädels Ebba Hauck, Gioia Nuding, Mira Nigrelli, Katharina Barfeld und Romy Otto (alle noch jüngeren Jahrgangs) wagten sich an die disziplinarstarke Gruppe 2 und präsentierten mit enormem Kampfgeist zahlreiche persönliche Bestleistungen. Katharina mit 11,13s, Mira mit 11,40s über 75m, Ebba und Romy mit 2:52,20min und 3:02,94min im 800m Lauf. Gioia übersprang mit einem gekonnten Flop die 1,24m und im Weitsprung sorgten Mira mit 4,01m und Katharina mit 4,00m (wenn auch diesmal etwas unter ihrer PB von 4,24m) für weitere wertvolle Punkte. Ganz schön flott unterwegs über 60m Hürden waren dann

nochmals Ebba und Katharina mit einer starken Zeit von jeweils 11,01s. Auch die 4x75m Staffel von Katharina, Mira, Romy und Ebba ließ mit einer Zeit von 44,38s nichts zu wünschen übrig und so beendeten unsere Youngsters (Badische Vizemeister 2024 in der U12) mit 5.578 Punkten und Platz 5 zufrieden das Wettkampfgeschehen.

MU16

Auch das Team mit Gradiv Ambraz, Maximilian Mnich, Fabio Münscher und Ole Helbig setzte auf „Alles oder Nichts“ und wählten die Gruppe 2 mit acht Disziplinen (100m, 80m Hürden, 800m, Weitsprung, Hochsprung, Kugelstoßen, Speerwurf und 4x100m Staffellauf), in der Hoffnung, das Finale zu erreichen und dann mit Luk Werner, unserem genialen Sprint- und Hürden-



(V.l.) Matteo, Antonius, Elias und davor Matteo's Bruder als Vertretung für die nicht mehr anwesenden Athleten (Alessio, David, Eric, Jaron, Joel und Tim), schwer beladen mit Medaillen.

Trainingszeiten der Abteilungen

Abteilung Ballschule (ballschule@tsg78-hd.de)

Eltern-Kind 1,5-3 J.	MI 10.00-10.45	Athleticon (oben)	Martin Seiler	0176-43209929
Minis 3-4 J./5-6 J.	verschiedene Termine	Athleticon (oben)	Martin Seiler	0176-43209929

Abteilung Hockey (hockey@tsg78-hd.de)

Minis ab 4 J./ Anfänger	DI 16.30-17.30	SZ Nord	Reinhard Voth	HD-475163
U8 (Jg. 16/17) m/w	DI 17.00-18.30	SZ Nord	Rainer Wollthan	HD-8901645
U10 (Jg. 14/15) m/w	DI 18.15-19.45 DO 17.30-18.45	SZ Nord Englisches Institut	Rainer Wollthan	HD-8901645
Damen/Herren (ab 16 J.)	DI 19.45-22.00	SZ Nord	Rainer Wollthan	HD-8901645

Abteilung Inline (inline@tsg78-hd.de)

Inline Laufschule jeden 1. Freitag im Monat Familienlauf	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 U12+U15	DI 17.00-18.30 DO 18.00-19.30	TSG Sportpark	Thomas Mancke Christoph Lenzen	
IL-Hockey U18	MI 18.00-19.30 FR 18.00-19.30	TSG Sportpark	Gianluca Weber Kai Michelsen	0176-63416758 0173-6895177
IL-Hockey Lions II	DI 18.30-20.00 DO 19.30-21.00	TSG Sportpark	Kai Dinger	0171-3003282
IL-Hockey Lions I	DI 20.00-21.30 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		
Rollkunstlauf Kinder/ Jugend	MO 16.30-18.00	TSG Sportpark	ÜL Sara und Lena	
Rollkunstlauf Damen	Termine nach Absprache	TSG Sportpark		

Abteilung Karate (karate@tsg78-hd.de)

Kinder/Jugendliche (6-12 J.)	MO 18.00-19.00 MI 18.00-19.00 FR 18.00-19.00	Athleticon (oben)	Teodosiya Funk	
Erwachsene	MO 19.00-20.30 DI 19.30-21.00 MI + FR 19.00-20.30	Athleticon (oben)	Teodosiya Funk	
Jukuren (45+)	DO 19.30-21.00	Athleticon (oben)	Teodosiya Funk	
PowerKickbox- Konditions-Training	DI 20.00-21.30 DO 19.00-20.30	TSG-Gym.-Raum	Teodosiya Funk	

Abteilung Lacrosse (lacrosse@tsg78-hd.de)

Minis (1.-4. Klasse)	DO 17.30-18.30	TSG Sportpark	annika.jeschke@icloud.com	
Jugend (ab 5. Klasse)	DO 18.30-19.30	TSG Sportpark	teresadallinger@web.de	
Damen (Regionalliga Süd-West)	MO 19.00-21.00 MI 19.30-21.30	TSG Sportpark	Carla Buchmüller	
Herren (Regionalliga Süd-West)	MO 20.00-22.00 MI 19.30-21.30	Mannheim TSG Sportpark	Nils Oberhof	0176-81707893

Abteilung Leichtathletik (leichtathletik@tsg78-hd.de)

U8 - Jg. 19-20	MI 17.00-18.15	Bunsengym. (oben)	Christoph Vehlow	LA-U8 @ tsg78-hd.de
U10 - Jg. 17-18	MO 17.00-18.15	Bunsengym. (oben)	Wolfgang Latteyer	wolfgang_latteyer@yahoo.com

U12 - Jg. 15-16	DI 16.30-18.00 FR 16.30-18.00	KFG-Halle Bunsengym. (oben)	Friderike Limberg	friderike.limberg@gmail.com
U14 - Jg. 12-14	DI 16.30-18.00 MI 16.30-18.00 FR 17.00-18.30	KFG-Halle TSG Sportpark/Krafr. Gym.Raum/TSG Sportpark	Christine Holstein	christa.holstein@t-online.de
U16/U18 - Jg. 9-11	MO 18.15-19.45 DI 18.00-19.30 DO 17.00-18.45	Bunsengym. (oben) KFG-Halle TSG Sportpark/Krafr.	Christine Holstein	christa.holstein@t-online.de
wU20 + Frauen	MO-DO 18.00-20.00 SA nach Absprache	TSG Sportpark	Marius Binder	marius.binder@tsg78-hd.de
mU20 + Männer	MO-FR 18.00-20.00 SA 11.00-13.00	TSG Sportpark	Sabine Gärtner	0171-7844246 sabinegaertner@t-online.de
Wurftraining	nach Absprache	TSG Sportpark	Sergej Kraft	sergej.kraft@gmx.net
Senioren ab M/W60	DI 20.00-22.00 DO 16.30-17.30	Mönchhofschule TSG Kraftraum	Mike Weißenborn	HD-9065105
Mittel- u. Langstrecke	MO 16.30-18.00 DI ab 18.30 MI 20.00-21.30 FR 18.00-19.30 Do/SA/SO n. Absprache	TSG Kraftraum TSG Sportpark TSG Kraftraum TSG Kraftraum Gelände/Feld/Wald	Marcus Imbsweiler Georg Kopf	HD-484811 georg.kopf@gmail.com
Lauftreff	DI ab 18.00 DO 18.30-19.45	TSG Sportpark TSG Kraftraum	Sonja Böhnisch	HD-472878
Läufergruppe 70-Plus	DI + DO ab 16.00	TSG Sportpark	Klaus Ewald	HD-409936
Freizeitsport Senioren	DI + DO 18.00-19.00	TSG Gymn.Raum	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 Kraftraum	Heike Ponz	HD-4332202
Abteilung Rehasport (reha@tsg78-hd.de)				
Neurologie	MO 09.00-10.00 FR 11.00-12.00	Athleticon (oben)	Christiane Hedrich	0157-81288125
Orthopädie	MO 10.00 und 11.00 FR 09.00 und 10.00	Athleticon (oben)	Christiane Hedrich	0157-81288125
Seniorensport (info@tsg78-hd.de)				
Indoor-Fitness 60+	DI 17.00-18.00	TSG-Gym.Raum	TSG-Geschäftsstelle	HD-412819
Walking-Fitness 60+	MI 10.00-11.00	TSG-Sportpark		
Outdoor-Fitness 60+	FR 10.30-11.30.	TSG-Sportpark		
Alltags-Fitness-Test	n. Vereinbarung	TSG-Gym.Raum		
AFT-Praxisprogramm	verschiedene Kurse	TSG-Gym.Raum		
Abteilung Ski/Volleyball (volleyball@tsg78-hd.de)				
VB-Jugend (15-20 J.)	MO 18.00-20.00	Mönchhof (unten)	Charlotte Mnich	jugend@tsg78-hd.de
VB Mixed-Gruppe „System Stockholm“	FR 19.30-21.30	Mönchhof (unten)	Anja Schumacher	01590-2157622
VB Mixed-Mannschaft „Reisegruppe Sonnenschein“ (BL Nordbaden)	DI 20.00-22.00 MI 20.00-22.00	Bunsengymn. (unten) Bunsengym. (oben)	Lilan Gatti	lilan@gattifamily.net
VB Mixed-Mannschaft „Getümmel“ (A-Klasse Pfalz)	DI 20.00-22.00	Tiefburgschule	Steffi Maier	HD-840852
Beachvolleyball	nach Vereinbarung	TSG Sportpark		

Abteilung Tennis (tennis@tsg78-hd.de)				
Info zur Abteilung/ Gästekarten	Nach Vereinbarung	TSG Sportpark	Michael Kimmelmann	
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.) MI 18.00-19.30 (gemischt) FR 17.30-19.30)	MO 17.15-18.45 MI 18.00-19.30 FR 17.30-19.30	Landhausschule	Tobias Vinke	0176-22511898
Erwachsene	DI + MI 19.30-22.00 FR 19.00-22.00	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 DO 16.00-17.00 DO 17.00-18.00 FR 17.00-18.00	Mönchhof (unten)		turnen@ tsg78-hd.de
Jungen und Mädchen (ab 3 Jahre)	MO 16.00-17.00 DI 16.00-17.00 DO 16.00-17.00 FR 16.00-17.00	Mönchhof (unten) Mönchhof (oben) Mönchhof (oben) Mönchhof (unten)		turnen@ tsg78-hd.de
Jungen und Mädchen (ab 5 Jahre)	MO 17.00-18.00 DO 17.00-18.00	Mönchhof (unten) Mönchhof (oben)		turnen@ tsg78-hd.de
Kindertanzen (4-6 J.)	MI 16.00-17.00	TSG-Gym.Raum	Sophie	geraeturnen@ tsg78-hd.de
Kindertanzen (ab 7 J.)	MI 17.00-18.00	TSG-Gym.Raum	Sophie	
Geräturnen I (Einsteiger ab 7 Jahre)	DI 18.00-20.00	Mönchhof (unten)	Leonie, Rico und Nico	
Geräturnen I (Einsteiger ab 7 Jahre)	FR 17.00-19.00	Mönchhof (oben)	Paula, David u. Victoria	
Geräturnen II (Fortgeschrittene ab 8 Jahre)	DI 18.00-20.00 DO 18.00-20.00	Mönchhof (oben)	Eva und Anni Nico, Pia	
Functionel Training	MO 20.00-21.00 MI 18.30-19.30	TSG-Sportpark (Cali) oder TSG-Gym.Raum	Ivana Vincent	fitgesund@ tsg78-hd.de
fit & gesund (mobilisie- ren-kraftigen-dehnen)	MI 18.30-19.45	Mönchhof (unten)	Christine	
Ausgleichsgymnastik (50+)	DO 18.00-19.15	Mönchhof (unten)	Sören	
Yoga	MO 17.30-18.45 DO 19.30-20.45	Mönchhof (oben) Mönchhof (unten)	Hadije Claudia	
Tai Chi Chuan & Qigong	DO 19.30-21.00	Mönchhof (Foyer/oben)	Mikiko	

Boule (Platznutzung für alle Mitglieder der TSG 78)				
Freizeitgruppe	DO ab 15.00	TSG Sportpark	n.n.	
Calisthenics-Anlage (Nutzung für alle aktiven Mitglieder der TSG 78)				

TSG 78 Sportpark, Tiergartenstraße 9-11, 69120 Heidelberg (Neuenheimer Feld)
Athleticon/TSG-Kraftraum 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)
Englisches Institut, Rheinstr. 14, 69126 Heidelberg (Südstadt/Rohrbach)

KFG-Halle, Neckarstaden 2, 69117 Heidelberg (Altstadt)
Landhausschule, Landhausstr. 20, 69115 Heidelberg (Weststadt)
Mönchhof (Mönchhof- + Kepler-Schule), Mönchhofstr. 18, 69120 Heidelberg (Neuenheim)
Sportzentrum Nord (SZ Nord), Tiergartenstr. 126, 69121 Heidelberg (Handschuhsheim)
Tiefburgschule, Kriegsstr. 14, 69121 Heidelberg (Handschuhsheim)



Unsre weibliche U14 mit (mitte, v.l.) Katharina, Ebba und Mira (es fehlen Gioia und Romy) hatten einen guten Wettkampf

talent (derzeit noch verletzt), besonders stark auftreten zu können. Die Vorarbeit dafür wurde bereits geleistet. So lief Max die 800m in starken 2:19,55min und bewältigte die 80m Hürdenstrecke mit neuer PB von 12,65s. In diesen Disziplinen brachte Fabio dem Team weitere wertvolle Punkte. Gradiv lief die 100m mit neuer PB von 12,84s und steigerte sich im Weitsprung auf 4,94m. Fabio blieb diesmal etwas unter seiner PB von 5,01m und Tom präsentierte super Sprünge von geschätzt gut fünf Metern – leider konnte er das verfluchte Brett nicht treffen (3x knapper Übertritt). Max präsentierte auch noch einen soliden Kugelstoß von 11,70m. Nicht ganz so berauschend, aber auch nicht schlecht waren die Speerwürfe von Ole und Tom mit 27,11m sowie 27,20m. Mit bislang nur wenig Training in dieser Disziplin musste Gradiv nun auch im Hochsprung seine Mannschaft unterstützen und überraschte mit 1,48m. Ole,

unser Hochsprungchampion übersprang mit noch genügend Luft nach oben die 1,40m. Als sich dann aber plötzlich starke Hüftschmerzen bemerkbar machten, konnte er leider nicht mehr weiterspringen. Zuletzt meisterten Gradiv, Fabio, Tom und Max noch die 4x100m Staffel in einer guten Zeit von 50,77s. Obwohl sie sich damit nicht ganz an die Bestleistung unserer U16 vom letzten Jahr (49,03s) herantasten konnten, sicherte sich die Mannschaft mit 7.560 Punkten einen Medaillenplatz.

WU16

Luna Hekker (noch jüngerer Jahrgang) toppte zum wiederholten Male ihre Bestzeit, nicht nur über 2.000m (wie kürzlich bei den Süddeutschen Meisterschaften), sondern diesmal auch über 800m mit einer starken Zeit von 2:33,58min und setzte sich somit an die Tabellenspitze gleich beider Gruppen. Tosca Staub erreichte mit keiner schlechten Zeit



(V.l.) Luna, Maxi, Tosca, Meret, Milla kurz bevor sie ihre Goldmedaillen in Empfang nehmen durften.

von 2:55,03min das Ziel. Über die 75m Strecke gab es ein Kopf an Kopffrennen zwischen Meret Treiber, die ihre Schmerzen an den wundgelaufenen Fußsohlen tapfer unterdrückte, und Maxi Stieber, gefolgt von Tosca. Den Lauf gewann schließlich knapp Meret. Im Weitsprung führend war dann wiederum Maxi vor Meret und Luna, die sich dafür über ihre neue PB von 4,21m sehr freute. Auch das Kugelstoßen entschied Maxi für sich. Nach einem gelungenen 4x100m Staffellauf in 53,20s (zweitbeste Zeit von allen Staffeln beider Gruppen) mit Luna, Maxi, Meret und Startläuferin Milla Schade, die es sich nicht nehmen ließ, das Team, direkt nach ihrer Verletzungspause tatkräftig zu unterstützen, war der Sieg in der Gruppe 3 mit einer starken Punktezahl von 4.427 gesichert.

Nach Beendigung aller Vorkämpfe, die in den diversen badischen Kreisen stattfinden, werden die acht punktstärksten Mannschaften je Altersklasse und Gruppe für das BSMM-Finale nominiert. Es wird nochmals sehr spannend werden!



Nach einem anstrengenden, aber auch sehr erfolgreichen Tag harhten noch bis zur Siegerehrung aus: Tom, Gradiv und Fabio (links oben). Nicht mehr anwesend waren Ole und Max.

Schnelle Zeiten bei den Chrono Classics in Weinheim

EM.- Am Freitagabend, 15. August 2025 fanden in Weinheim die alljährlichen Chrono Classics statt – ein reiner Sprintwettkampf, bei dem nur die 100 Meter und die 200 Meter auf dem Programm stehen. Von der TSG konnte allen voran Ellise Meyer (W30) mit tollen Sprintzeiten glänzen.

Direkt im 100m-Vorlauf lief Ellise mit 12,60s eine neue PB. Die Zeit sowie auch ein kurzer Whatsapp-Austausch mit ihrem Coach motivierten sie, auch noch das B-Finale zu laufen, obwohl sie sich ursprünglich auf die 200 Meter fokussieren wollte. Diese Entscheidung zahlte sich aus, denn mit starken 12,54s sprang abermals eine PB für sie raus. Das sollte aber noch nicht alles sein – beflügelt durch die schnellen 100 Meter Läufe lief sie auch über die 200 Meter kurze Zeit später eine neue PB in 25,92s und damit das erste Mal unter 26 Sekunden. Nach hartnäckigen Achillessehnenproblemen von April bis Juni war es tatsächlich ihr erster 200m-Lauf in der Freiluftsaison. Damit konnte sie

letzten Endes doch noch alles aus ihrem späten Saisoneinstieg herausholen.

Auch Lisa Baumgarten lief über die 100m mit 13,29s eine neue PB, auf die sie sich über die Saison Stück für Stück hingearbeitet hatte.

Auch die Männer brachten schnelle Zeiten auf die Bahn. Elias Böhl, über die Saison noch mit Beugerproblemen geplagt, lief mit 11,64s im Vorlauf ebenfalls PB. Aufgrund des Beugers verzichtete er jedoch auf weitere Läufe. Auch Patrick Mayer erzielte mit voller Hingabe eine neue PB – mit einem Sturz ins Ziel standen für ihn am Ende 11,88s zu Buche. Felix Trogisch lief mit 12,17s eine gute SB, genau wie Lutz Bader mit 13,36s. Weitere Saisonbestleistungen folgten für die beiden im abschließenden 200m-Lauf: 24,03s für Felix, 27,50s für Lutz.

Bei der MU20 war Johannes Mohr am Start, der 12,01s über die 100m und 25,12s über die 200m lief.

Ein sehr erfolgreiches Abendsportfest bei besten sommerlichen Bedingungen!

Bühlertaler Leichtathletik-Abendsportfest

EM.- Es gibt viele schöne Sportplätze in Deutschland, aber einer der idyllischsten ist sicherlich das mitten im Wald gelegene Mittelbergstadion in Bühlertal. Hier fand am 5. August 2025, ein Dienstagabend, das 3. Bühlertaler Abendsportfest statt, zu dem es einige unserer Aktiven und U20-Athlet*innen in den nördlichen Schwarzwald verschlug.

Sowohl in den Sprint- als auch in den Wurfdisziplinen waren wir gut vertreten. Bei den Frauen zeigten Ellise Meyer (12,70s), Chaya-Shirin Hörner (13,01s),

Mara Schwab (13,24s) und Svenja Vorwerk (15,01s) gute Leistungen über die 100 Meter. Etwas müde brachten Chaya und Mara über die 200 Meter noch 27,00s und 27,43s auf die Bahn. Auch im Männersprint war die TSG mit Maxim Braunsburger (11,84s), Jan Bodirsky (12,11s) und Lutz Bader (13,45s) gut vertreten. Über die 110m Hürden lief Johannes Mohr 16,80s.

Die Frauen und WU20 waren zudem in diversen Wurfdisziplinen aktiv. Im Kugelstoß errang Christine Rother

eine Weite von 10,40m, Flavia Schmitt 8,82m, Lya Otto 8,20m, Anja Benderoth 7,88m und Linda Ratzel 7,64m. Im Speer standen für Tine sehr gute 29,60m zu Buche, gefolgt von Lya (27,44m) und Linda (26,61m). Auch Flavia (21,79m) und Anja (21,13m) schleuderten den Speer auf über 20 Meter.

Die Damen versuchten sich ebenfalls am für sie ungewohnten Diskuswurf: Tine schaffte eine super Weite von 25,32m, Lya 20,12m, Flavia 18,68m und Anja 16,89m.

Damit endete ein langer, aber sehr schöner Abend und somit lohnenswerter Ausflug in den Schwarzwald!

TSG-Frauen in den deutschen Top Ten

MI. - Sie haben es schon wieder getan ... Ein Jahr nach Rang 5 bei den deutschen Halbmarathon-Meisterschaften konnten sich Stella Wernicke, Nike Simon und Laura Schön auch über 10km in den Top Ten behaupten. In Siegburg belegte das Trio Platz 7 – geschlagen nur von Teams wie Leverkusen, Berlin oder Regensburg. Trotz nicht ganz einfacher Bedingungen (Temperatur, Strecke) gelang den dreien dabei ein fantastischer Vereinsrekord: 1:50:41h lautet die neue Bestmarke. Rekord bedeutete auch Stellas Einzelzeit: In 36:16min kam sie zudem ihrem Ziel, die Quali für die deutschen Langstreckenmeisterschaften zu schaffen, ein Stück näher. Knapp

hinter ihr, erreichten Nike (36:29min) und Laura (37:56min) mit neuen persönlichen Bestzeiten das Ziel.

Weniger spektakulär, aber ebenfalls erfolgreich waren die TSG-Herren auf dem Siegburger Rundkurs. Andrea Aretini drückte seine PB auf 34:59min und belegte Rang 9 in der M40, Verena Duventäster war in 39:09min so etwas wie die Lebensversicherung für das Frauen-Team. Und in der M50/55 schafften es Thomas Longerich (35:30min), Marcus Imbsweiler (37:11min) und Florian Kienle (38:04min) zwar nicht einzeln aufs Podest, holten als Team aber die Vizemeisterschaft – nicht weit entfernt vom Badischen Rekord.



Unsere TSG-ler*innen in Siegburg

Drei Jugendmannschaften im Badischen Finale

CH.- Am 28./29.09.2025 stellten sich unsere Athlet*innen aus der MU14, MU16 und WU16, im idyllisch gelegenen Stadion von Bühlertal, den BSMM-Endkämpfen, wofür sie sich mit starken Leistungen Ende Juli qualifizieren konnten. Leider stand diesmal die Teilnahme unter keinem guten Stern. Erkältungswelle, Klassenfahrt und vor allem auch lange Trainingsabstinenz während der langen Sommerferien prägten nicht zuletzt auch die Ergebnisse.

Besonders schlimm betroffen mit Absagen war diesmal unsere MU14. Dazu verzichteten die Jungs zugunsten unserer U16, deren zweiter 800m-Läufer, Fabio Münscher wegen Klassenfahrt nach Spanien ausfiel, schweren Herzens auch

noch auf Eric Prados, einen der besten Mittel- und Langstreckenläufer seiner Altersklasse. Bei den Vorkämpfen noch als starke Mannschaft mit neun Athleten aufgetreten, standen sie diesmal also nur mit fünf Teilnehmern am Start. So musste so mancher in Disziplinen starten, die so gar nicht zu den ihren zählten. Dennoch wurden auch herausragende Leistungen geboten. So sprang Antonius 4,62m weit und das bedeutete nicht nur neue PB, sondern auch das beste Ergebnis aller M12-Athleten. Nach einem etwas unglücklichen Verlauf beim Hochsprung, bei dem er beim Abspringen bei einer Höhe von 1,32m deutlich abrutschte, weshalb der Traum, diesmal die 1,44m zu knacken (PB 1,40m), nicht in Erfüllung ging. Die 60m Hürden lief er in starken



Wieder entspannt und fröhlich, alles mehr oder weniger gut hinter sich gebracht zu haben (v.l.): Jaron, Matteo, Alessio, Elias und Antonius (nicht teilnehmen konnten David, Joel und Tim)



Souverän präsentiert sich unsere U16-Mannschaft (v.l.): Max, Luk, Eric, Tom, Gradiv und Ole (nicht teilnehmen konnte Fabio)

10,94s. Auch Elias Quidenus erreichte eine gute Zeit von 11,74s und im 75m Sprint lag er nur knapp hinter Matteo Wesemann. Den weitesten Ballwurf von 36,00 Metern präsentierte Jaron Berking. Über 800m überzeugte Alessio Bongiovanni mit einer super Zeit von 2:47,00min vor Jaron und Matteo, die trotz anfänglichem Protest für Eric und David, einem unserer stärksten Leistungsträger, einspringen mussten. Ende gut, alles gut! Nach einem schönen 4x75m Staffellauf von Matteo, Antonius, Jaron und Elias platzierte sich die Mannschaft mit 5.731 Punkten in der disziplinstarken Gruppe 2 auf Rang 7.

Trotz großer, aber auch realistischer Erwartungen auf einen Medaillenplatz lief es dann auch bei der MU16 nicht ganz so rosig. Nach einem guten Stoß

mit der Kugel von Max Mnich mit 11,08m vor Tom Tittel und Ole Helbig folgte der 4x100m Staffellauf unseres Premium-Teams Gradiv Ambraz, Max Mnich, Tom Tittel und genialem Schlussläufer Luk Werner. Dem Sieg bereits nahe passierte ein Fehler bei der letzten Übergabe – Disqualifikation und 0 Punkte anstelle der zu erwartenden knapp 1.500 Punkte. Sehr schade! Es folgten weitere gute Leistungen über 100m von Luk und Gradiv und nochmals von Luk sowie von Max über 80m Hürden. Nicht gerade berauschend, aber auch nicht schlecht waren dann die Speerwürfe von Tom und Ole. Die Überraschung des Tages für die Mannschaft bot eindeutig der Hochsprung von Gradiv. Noch kaum damit vertraut, übersprang er, halb Schere, halb Flop die 1,52m vor Ole, der diesmal wegen



Glücklich präsentieren unsere U16-Mädels ihre Medaillen (v.l.): Beatrice, Meret, Maxi, Milla, davor Luna und Trainerin Christa (nicht teilnehmen konnte Tosca)

immer noch wiederkehrender Schmerzen in der Leiste bei 1,48m scheiterte. Zuletzt setzte die Mannschaft noch auf ihre beiden Joker Max und Eric (U14) für den 800m-Lauf. Max, obwohl er den Start mit einem Sturz begann, erreichte eine immer noch sehr gute Zeit von 2:21,70min und Eric von 2:25,07min. Beide lagen damit nur knapp unter ihren Bestleistungen. Endergebnis (Gruppe 2 mit 8 Disziplinen): 6.666 Punkte und Rang 5.

Hoch hinaus, mit Hoffnung auf den badischen Meistertitel wollten unsere Mädels aus der WU16. So ein Ziel muss man sich aber auch hart erarbeiten und lässt sich nicht mit einer teilweise bis zu sechswöchigen Trainingspause während der Sommerferienzeit in Ein-

klang bringen. So lief Meret Treiber die 100m in 14,12s bei einer PB von 13,19s und Milla Schade, allerdings nach wiederholter Verletzungspause in 14,15s. Es folgte unsere sehr motivierte Neueinsteigerin Beatrice Aucoin. Auch im Weitsprung blieben Maxi Stieber mit 4,49m und Meret mit 4,52m erheblich unter ihren Bestleistungen von 4,91m (Maxi) und 5,20m (Meret). Mit 8,24m brachte Maxi die meisten Punkte im Kugelstoßen. Die 800m lief Luna, wie nicht anders erwartet, in einer super Zeit von 2:34,11min und Maxi mit neuer PB von 2:37,79min. Nach einem gelungenen Staffellauf von Milla, Luna, Maxi und Meret war mit 4.675 Punkten in der Gruppe 3 (5 Disziplinen) ein Medaillenplatz gesichert.

Highlights gegen Ende der Freiluftsaison

CH.- Am 20.09.2025 fand traditionell das Seckenheimer Herbstsportfest statt und einige unserer Athleten nutzen diese Gelegenheit nochmals kurz vor Ende der Freiluftsaison, ihren Leistungsstatus zu testen oder auch als Generalprobe für das noch anstehende Badische Mannschaftsfinale. Und die Erfolge sprachen für sich.

MU18

Jonathan Wacke, gerade erst 16 Jahre alt geworden überzeugte mit einem klasse Weitsprung und neuer PB von 6,02m. Luis Cadavid erreichte eine schöne Weite von 5,55m und setzte somit seine bisherige Bestweite von 5,02 in den Sand. Benjamin Seiterle, erst seit kurzem unser Training bereichernd, konnte sich im Kugelstoßen von bisher knapp 8 Metern auf 9,85m steigern.

WU18

Auch unsere beiden Mädels Hannah Hensel und Antonia Kölle suchten nochmals die Herausforderung. Und es lohnte sich: Hanna springt 5,19m weit und läuft die 200m in 28,20s und damit konnte sie ihre bisherigen Jahresbestleistungen gleich zweimal toppen. Antonia konnte sich nochmals über 100m mit einer Zeit 14,50s und über 100m Hürden mit 16,89s beweisen.

M15

Gradiv Ambraz präsentierte mit einer Laufzeit von 12,79s neue PB über 100m und sprang 4,94m weit. Milla Schade lief die 100m in 13,92s und damit sicherte sich Platz 3.

M14

Nach zweimonatiger verletzungsbedingter Sportpause stürzte sich Luk Werner wieder mit vollem Elan ins Wettkampfgeschehen und konnte sich erstaunlicherweise fast schon an seine Bestleistungen herantasten. So lieferte die 100m in starken 12,53s auf Rang 1 und war auch über 80m Hürden mit 12,36s unschlagbar. Gleichermäßen war sein Weitsprung von 4,91m (PB 5,18) den Umständen entsprechend super. Fabio Münscher meisterte hochmotiviert die 80m Hürden in 13,68s und näherte sich im Weitsprung mit 4,97m knapp seiner Bestleistung von 5,01m. Zum Abschluss wagte er sich erstmals an die 300m und erreichte eine gute Zeit von 46,48s. Und da liegt noch mehr drin!



Jonathan knackt die 6 Meter-Marke und das nicht nur ein einziges Mal!

Sportabzeichen-Termine 2026

Ansprechpartner für das Sportabzeichen
ist Wolfgang Buerger, Tel. 06221/485225,
wolfgangbuerger@t-online.de

Leichtathletik: 9:00 Uhr anmelden und
aufwärmen

18.04.2026 – 09:30 Uhr

09.05.2026 – 09:30 Uhr

13.06.2026 – 09:30 Uhr

18.07.2026 – 09:30 Uhr

19.09.2026 – 09:30 Uhr

12.10.2026 – 09:30 Uhr

Walking: ab ca. 10:30 Uhr nach den
Leichtathletikübungen
18.04.2026 – 10:30 Uhr
12.10.2026 – 10:30 Uhr

Schwimmen – Hinweis:

Den Nachweis der Schwimmfähigkeit
([https://deutsches-sportabzeichen.de/
service/materialien/#ak-3779](https://deutsches-sportabzeichen.de/service/materialien/#ak-3779)) kann
jede*r Sportabzeichenabsolvierer*in
eigenständig in einem Schwimmbad
ablegen und vom Bademeister unter-
schreiben 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**

koinegg
IT-Systemhaus

25 Jahre Koinegg IT

Seit 2000 kümmern wir uns um
IT Systeme und -betreuung für
Selbstständige, Unternehmen
und Vereine.

Gerne unterstützen wir
auch Sie – wir freuen uns
auf Ihren Anruf.

Mehr Infos finden Sie unter
www.koinegg-it.de



Kontakt:

Tel.: 06221 - 392 94 0

Mail: info@koinegg-it.de

Ausbalanciert – Training des Gleichgewichts als wichtige Sturzprophylaxe

Ein Sturz im Seniorenalter, der oft mit Knochenbrüchen im Hüft-, Unterarm und/oder Schulterbereich einhergeht, kann der Anfang einer langen Reihe von Problemen und Einschränkungen am Bewegungssystem sein. Ein Schutz davor ist neben einem gezielten Training für die Kraft und den Muskelaufbau bzw. -erhalt ein effektives Koordinationstraining. Ein Baustein in einem solchem Koordinationstraining sind Übungen für die Gleichgewichtsfähigkeit. Den Lesern über 50 wird ohne Zweifel aufgefallen sein, dass das persönliche Gleichgewicht mehr oder weniger nachgelassen hat. Wie alles an unserem Körper, unterliegt auch diese koordinative Fähigkeit dem Prinzip: „Use it or loose it!“ Sprich, wenn wir das Gleichgewicht nicht gezielt fordern und damit fördern, wird es schlechter werden. Aber der Alltag bietet uns nicht genug Gelegenheiten, bzw. wir umge-

hen sie oftmals unbewusst. Wer nimmt schon freiwillig den Weg des größeren Widerstandes?

Es sind solche Situationen, wie das Überwinden von Hindernissen, das Gehen auf schmalen Laufflächen oder auf wackligen/unebenen Untergründen, u.a. die uns nicht mehr so gut gelingen, die uns vermutlich auch Angst machen und die wir deshalb meiden. Und wenn in unseren sportlichen Aktivitäten auch keine gezielten Gleichgewichts-Übungen vorkommen, verkümmern alle unsere biologischen und physiologischen Faktoren, die für ein funktionierendes Gleichgewicht verantwortlich sind. „Use it or loose it!“

Auf den folgenden Seiten werden ein paar einfache Übungen beschrieben und gezeigt, die sich zu Hause oder beim Spaziergang am Nachmittag unkompliziert umsetzen lassen.

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

Übung 1: Der Einbeinstand



Der Einbeinstand in erleichterter Form. Starten Sie im beidbeinigen Stand und verlagern Sie langsam das Gewicht immer mehr auf einen Fuß, bis Sie (fast) vollständig auf diesem Fuß stehen. Es muss aber nicht gleich die schwierigste Version – der komplette Einbeinstand – sein. Eine Vereinfachung könnte sein, wie hier abgebildet die Fußspitze des abgehobenen Beines noch auf dem Boden zu lassen ...



... oder einen Stock als Hilfsbein dazu zu nehmen, den man minimal – evt. nur mit ein bis zwei Fingern – hält. Halten Sie die Position 20-30 Sekunden. Jeder Fuß kommt zwei bis drei Mal dran.

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

Übung 2: Die Verringerung der Standfläche bei geschlossenen Augen



Eine beliebte Übung in unserem neurologischen Rehasport ist, die Verringerung der Standfläche bei geschlossenen Augen. Probieren Sie mal aus, wie weit sie kommen! Jede Position wird 20-30 Sekunden gehalten. Wir starten im normalen Stand und schließen die Augen.



Halb-geschlossener Stand, beide Fersen berühren sich, die Fußspitzen schauen nach außen



Geschlossener Stand, beide Fußinnenseiten berühren sich



Schieben sie einen Fuß nach vorne in eine Schrittposition. Zwischen der Ferse des vorderen und der Fußspitze des hinteren Fußes sollte mindestens eine halbe Fußlänge Abstand sein. Wechsel, der andere Fuß kommt nach vorne.

Übung 3: Übersteigen eines Hindernisses



Nehmen Sie sich einen schmalen Gegenstand, der leicht kippt und Ihnen bis knapp unter das Knie reicht. Stellen Sie sich davor und machen langsam einen „Storchenschritt“ auf die andere Seite.



Das andere Bein wird auch über das Hindernis gehoben und nicht daran „vorbeigeschummelt“. Jeder Fuß ist mehrere Male dran. Passen Sie die Höhe des Hindernisses Ihrem Leistungsstand an.

Übung 4: Baumstamm-Balancieren

Beim nächsten Waldspaziergang suchen Sie sich einen am Wegesrand liegenden TROCKENEN, NICHT-RUTSCHIGEN (am besten MIT Baumrinde) Baumstamm und balancieren darauf wie zuletzt in Ihrer Kindheit! Viel Spaß dabei!

Solche und noch viele weitere Übungen können Sie jede Woche in unserem neurologischen Rehasport erleben! Kommen Sie sehr gerne zu einer unverbindlichen Schnupperstunde vorbei. Montags von 9.00 – 10.00 oder freitags von 11.00-12.00 Uhr.



Ein Einblick in unseren Stationen-Parkour im Neuro-Sport

ULLRICH & NAUMANN

GEWERBLICHER RECHTSSCHUTZ · INTELLECTUAL PROPERTY



Partnerschaftsgesellschaft mbB

Patent- und Rechtsanwälte
European Patent,
Trademark and Design Attorneys

Schneidmühlstraße 21 www.un-ip.com
69115 Heidelberg office@un-ip.com
Tel.: +49 6221 60430

Was uns anspricht: Der Schutz Ihrer Ideen!

Wir schützen und verteidigen Ihre Ideen gegen Nachahmer und setzen uns dafür ein, dass Ihre technischen, designerischen und urheberrechtlichen Ideen Ihr Eigentum bleiben. Um Ihre innovativen Leistungen und Entwicklungen nachvollziehen und einordnen zu können, ist ein fundiertes Verständnis des juristischen und technischen Umfelds entscheidend. Wir, die Patent- und Rechtsanwälte der Kanzlei ULLRICH & NAUMANN, haben dieses Fachwissen und decken gemeinsam alle relevanten juristischen, technischen und naturwissenschaftlichen Fachbereiche ab.

Patentanwälte und Rechtsanwälte arbeiten bei uns Hand in Hand.

So können nicht nur rechtliche, sondern auch patentrechtlich relevante technische Fragen umfassend geklärt werden. Durch unsere interdisziplinäre Zusammenarbeit gewährleisten wir einen regen Austausch zwischen Rechts- und Patentanwälten, wodurch sich Fachfragen direkt klären lassen. So werden neue Impulse gegeben und Arbeitsschritte eingespart. Wir verstehen uns als Team, das interdisziplinär technisches und rechtliches Knowhow vereint und unseren Mandanten dadurch den bestmöglichen Schutz bietet.

Es „tummelt“ weiter

Frohen Mutes sind wir in die neue Saison gestartet, von der wir hofften, nun personell etwas besser aufgestellt zu sein. Leider mussten wir an den ersten beiden Spieltagen, die in diesem Jahr

schon im September ausgetragen wurden, auf Aushilfen zurückgreifen. Besonders auf der Zuspieldposition fehlt unsere Sara, die leider noch gesundheitsbedingt ein paar Wochen ausfallen wird. So wurden



Zufrieden nach dem 2. Spieltag: (obere Reihe) Karla Berger, Christoph Lintner, Johannes Heberer, Sinan Cakmak, Betül Karakoc, Henrika Singer; (untere Reihe) Sebastian Mattes, Jaafar Al-Hasani und Soheil Khooyooz

am zweiten Spieltag gegen die beiden starken Teams aus Landau sogar zwei Angreifer*innen als Zuspieler eingesetzt: Henni und Sinan gaben ungeübt als Zuspieler aus Laufpositionen ihr Debut. Die Angriffspositionen wurden zudem verstärkt durch den versierten Volleyballer Christoph Lintner. Leider war für uns an diesem Spieltag nur ein Satz gegen „Hinters Netz“ zu holen (15:25, 15:25, 26:24, 22:25). Hier bescherte uns die finale Aufschlagserie von Soheil den Satzgewinn. Gegen die amtierenden Meister „Jäger“ aus Landau spielten wir zunehmend stark und überzeugten durch starke Blocks von Sinan und Hundo, konnten aber an den Satzenden den Vorsprung nie halten (20:25, 23:25, 21:25).

Erfreulich in dieser Saison ist die Rückkehr von Außenangreiferin Karla, die nach ihrer schweren Knieverletzung wieder gut in den Spielbetrieb gefun-

den hat. Da auch Katja Roth zurzeit gesundheitlich angeschlagen ist, sind wir sehr froh, dass Betül die Damenriege verstärkt. Nervenstark hat sie sich in ihren ersten Spielen besonders am Aufschlag bewiesen.

Weiterhin dabei sind Jaafar- variabel als Libero und Angreifer-, Steffen Schmidt und Sebastian Mattes (beide Mittelblockposition). Mit dem ersten Spieltag haben wir gegen das Team aus Haßloch einen 3:0-Siege eingefahren und immerhin einen Satz gegen die angriffsstarken „Schluckies“ aus Ludwigshafen geholt. Mit diesen kleinen Erfolgserlebnissen im Rücken wollen wir die nächsten Trainingswochen motiviert angehen und freuen uns auf den nächsten Spieltag am 9.11.25 in Edigheim. Hier treffen wir auf die Aufsteiger als Ludwigshafen und die bekannten „Big-Blocker“.

Henrika Singer

Skifreizeit im Kleinwalsertal

Auch im kommenden Jahr wird die Skifreizeit im Kleinwalsertal wieder in den Faschingsferien vom 14.-21.02.2026 durchgeführt. Es können alle interessierten Skifahrer*innen teil-

nehmen - unabhängig von den skifahrischen Fähigkeiten oder der Mitgliedschaft im Verein. Alle Informationen auf der nächsten Seite.

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

SKI-ABTEILUNG HEIDELBERG

TSG 78

Sportpark Tiergartenstr. 9
Beach-Volleyball Anlage

Klaus Kappings, Häuselgasse 22, 69120 Heidelberg, ski@tsg78-hd.de
Tel.: 0171 1207177

Tel. 06221 412819
Fax 06221 455992
eMail: ski@tsg78-hd.de
Internet: www.tsg78-hd.de/ski-volleyball

SKI-FREIZEIT 2026 FASCHING IM KLEINWALSERTAL

von **Samstag, den 14. Februar bis Samstag, den 21. Februar 2026**
im Ferienheim „**Bergengrün**“ in Hirschegg/Kleinwalsertal. Das Haus befindet sich am Heuberg unterhalb des Schöntallifts mitten im Skigebiet. Es ist so günstig gelegen, dass man in kürzester Zeit bequem alle Skigebiete erreichen kann. Mit der Gästekarte, die jedem Teilnehmer ausgehändigt wird, kann der ÖPNV kostenlos genutzt werden.

Abfahrt: Samstag, den 14.02.2026 **10:00 Uhr**
Bunsengymnasium Heidelberg Ecke Mönchhof-/Humboldtstraße

Rückfahrt: Samstag, den 21.02.2026 **10:00 Uhr**
Ankunft in HD ca. **17:00 Uhr**

Preise (incl. VP, Bustransfer von HD, Kurtaxe, Hochsaisonzuschlag, Gepäcktransport)

	Kinder bis 3	3 - 10 J.	11 - 13 J.	14 - 17 J.	ab 18 J.
Nichtmitglieder	250 €	335 €	410 €	440 €	470 €

Für die Zimmer mit Dusche 1a, 1b, 3, 5, 18, 19 kommt ein Zuschlag von 150 € dazu.
Mitglieder der Ski-/ Volleyball Abteilung erhalten einen Preisnachlass von 30 €.

Bettwäsche ist mitzubringen oder wird mit einer Leihgebühr von € 6,50 zur Verfügung gestellt.

Wir werden für Interessierte wieder eine Wanderung machen, wofür Wanderschuhe von großem Nutzen sind.

Ski- und Snowboardverleih gibt es beim Sporthaus Edelweiß, Tel. 0043-5517-5875
Kurse können bei der Skischule Hirschegg gebucht werden, Tel. 0043-5517-5794
oder bei den vielen anderen Verleihern oder Skischulen. Eventuell machen wir wieder einen eigenen Skikurs.

Skipasspreise :

6-Tages Karte	Erwachsene	360,80 €
	Jg. 2009 + 2008	277,80 €
	Kinder bis 2019	151,50 €

Wir bestellen die Skipässe vorab und werden diese dann am Sonntag Morgen abholen.

Anmeldung: e-Mail an ski@tsg78-hd.de

Die Anmeldung gilt erst mit der Bestätigung und nur mit der Anzahlung von € 100,- pro Person auf das Konto

SEPA: TSG 78 Heidelberg DE58 6725 0020 0009 2140 62 Sparkasse Heidelberg

und den Rest bitte bis zum 15.1.2026 auf das selbe Konto überweisen.

Anschrift: Haus Bergengrün, Schöntalweg 12, 87568 Hirschegg, Tel. 0043-5517-6564

Starke Leistungen und tolle Erfolge - Rückblick auf die Sommersaison

Die Sommersaison 2025 war für unsere Abteilung erneut ein voller Erfolg – sowohl in sportlicher Hinsicht als auch in der Breite der Beteiligung. Insgesamt gingen 14 Erwachsenenmannschaften und vier Jugendmannschaften in den Medenspielerunden an den Start. Diese Zahl zeigt einmal mehr, wie lebendig und aktiv unser Vereinsleben ist und wie groß das Engagement unserer Spielerinnen und Spieler über alle Altersklassen hinweg bleibt.

Neben den Medenspielen waren wir auch im Pokalwettbewerb mit fünf Mannschaften vertreten. Darüber hinaus nahm der Verein erneut an der beliebten Mixed-Spielerunde teil – hier kämpften sowohl eine Mixed-Aktiv-Mannschaft als auch eine Mixed-50-Mannschaft mit viel Einsatzfreude und Teamgeist um Punkte.

Besonders erfreulich war in diesem Jahr die Vielzahl an sportlichen Erfolgen, die unsere Mannschaften erzielen konnten:

- Unsere U15-Gemischt-Mannschaft krönte ihre hervorragende Saisonleistung mit dem Titel des Bezirksmeisters. Die jungen Talente zeigten beeindruckende

Spiele und bewiesen damit, dass in unserem Verein bereits im Jugendbereich auf hohem Niveau trainiert und gespielt wird.

- Auch die Herren 1 überzeugten mit einer sehr starken Saison: Nach dem Gewinn der Bezirksmeisterschaft in Bezirk 1 erreichten sie das bezirksübergreifende Endspiel gegen den Sieger aus Bezirk 2. In einem spannenden und hochklassigen Finale musste sich das Team nur knapp geschlagen geben und belegte somit einen hervorragenden zweiten Platz.
- Für einen weiteren Höhepunkt sorgten unsere Damen 50-1, die sich nicht nur im Bezirk durchsetzen konnten, sondern auch das bezirksübergreifende Endspiel für sich entschieden. Mit großem Einsatz, Erfahrung und Teamzusammenhalt holten sie sich den verdienten Titel auf Bezirksebene.

Diese Erfolge sind ein Beweis für die hervorragende Arbeit unserer Traineerinnen und Trainer sowie das große Engagement aller Aktiven. Sie zeigen, wie viel Leidenschaft, Teamgeist und sportlicher Ehrgeiz in unserer Abteilung stecken.

Wir danken allen Spielerinnen und Spielern, freiwilligen Mannschaftsführer und -führerinnen, Eltern, Zuschauern und Helfern, die diese erfolgreiche Saison möglich gemacht haben – auf und neben dem Platz. Mit viel Vorfreude blicken

wir bereits jetzt auf die kommende Saison und hoffen auf viele weitere tolle Matches, sportliche Höhepunkte und gemeinsame Erlebnisse auf unserer Tennisanlage.

2. Revival der Clubmeisterschaft 2025 – Rekordbeteiligung und spannende Spiele

Die zweite Revival-Clubmeisterschaft des TSG 78 war auch in diesem Jahr ein voller Erfolg. Mit insgesamt 172 Meldungen konnte die Teilnehmerzahl im Vergleich zum Vorjahr (109 in 2024) deutlich gesteigert werden – ein erfreuliches Zeichen für das gewachsene Interesse der Mitglieder am traditionsreichen Clubturnier.

Insgesamt wurden 27 Konkurrenzgruppen ausgetragen, ergänzt durch zwei

Nebenrunden, die vollständig ausgespielt wurden. Erstmals waren auch Jugendkonkurrenzen Teil der Veranstaltung: In den Kategorien U12 gemischt, U15 gemischt und U18 Juniorinnen gingen zahlreiche Nachwuchsspielerinnen und -spieler an den Start. Die spannenden und fairen Begegnungen zeigten, dass der Nachwuchs im Verein auf einem guten Weg ist, eine neue Clubmeister-Tradition fortzuführen.



Ein schöner Schlusspunkt für eine großartige Saison beim Abschlussturnier mit Siegerehrung am 28.09.2025

Ein besonderes sportliches Highlight war das Nebenrundenmatch der Damen 40 zwischen Alexandra Breuninger und Yoshie Muto, das mit einer Spielzeit von 3 Stunden und 45 Minuten bei sommerlichen Temperaturen zu den längsten Partien der Clubgeschichte zählt. Beide Spielerinnen überzeugten durch großen Einsatz und Fairness bis zum letzten Ballwechsel.

Zum Abschluss konnten in 22 Hauptkonkurrenzen und zwei Nebenrunden die Clubmeisterinnen und Clubmeister ermittelt werden. Unabhängig von den sportlichen Ergebnissen stand jedoch der gemeinschaftliche Aspekt im Vordergrund: Die zahlreichen Begegnungen auf und neben dem Platz stärkten

das Vereinsleben und sorgten für eine positive Stimmung im Club.

Den Ausklang bildete die Saisonabschlussfeier am 28.09.2025 mit der Ehrung der Siegerinnen und Sieger, einem abwechslungsreichen Salatbuffet, Gebrülltem und bester Stimmung unter den Mitgliedern.

Der Verein dankt allen Teilnehmenden, der Turnierleitung, den Platzwarten, Helferinnen und Helfern sowie den Zuschauern für ihren Beitrag zum gelungenen Verlauf der Veranstaltung. Die Vorfreude auf die Clubmeisterschaft 2026 ist bereits jetzt groß.

LK-Turniere bei der TSG 78 – Erfolgreicher Pilotlauf in 2025

Insgesamt vier LK-Tagesturniere waren für das Jahr 2025 bei der TSG 78 geplant. Drei davon konnten erfolgreich durchgeführt werden – mit großem Engagement von Helfern, Oberschiedsrichtern und vielen teilnehmenden Spielerinnen und Spielern aus der Region.

Turnier Nr. 1 – „Tag des doppelten Spaßes“

Den Auftakt machte das Doppelturnier in den Altersklassen Herren und Damen Aktive sowie Damen 40. Insgesamt 28 Paarungen gingen an den Start – darunter zehn Doppelteams aus der TSG 78. Herzlicher Dank gilt Christoph Willems (Oberschiedsrichter), Birgit sowie dem engagierten Helferteam für die reibungslose Organisation.

Turnier Nr. 2 – „Sportliches Pfingsten“

Beim Einzelturnier an Pfingsten tra-

ten 32 Spielerinnen und Spieler in den Kategorien Herren Aktive und Damen 40 an. Sieben Mitglieder der TSG 78 waren mit dabei. Aufgrund begrenzter Kapazitäten mussten leider sechs Anmeldungen abgesagt werden. Ein besonderer Dank geht an Yue Chang und Fabian Fritz als Oberschiedsrichter sowie die Helferinnen Birgit Lewitzki, Ulrike Hartmann und Maria Frankhauser.

Turnier Nr. 3 – Abgesagt

Das dritte Turnier musste leider entfallen.

Turnier Nr. 4 – „Zum Saisonabschluss“ am 4. Oktober 2025

Das letzte Turnier des Jahres in den Kategorien Herren Aktive und Herren 50 wurde mit 23 Meldungen am 4. Oktober 2025 durchgeführt. Zwei Mitglieder der TSG 78 waren am Start dabei. Aufgrund widriger Wetterbedingungen stehen noch

acht Spiele aus, die am 11. Oktober nachgeholt werden. Als Oberschiedsrichter war Yue Chang im Einsatz, unterstützt von Daniel Angeli und Elina Kölle, die ihre Ausbildung zum Oberschiedsrichter demnächst absolvieren.

Fazit und Ausblick

Die Turniere haben sich als wertvolle zusätzliche Einnahmequelle für die Tennisabteilung etabliert. So konnten beispielsweise die Ballkosten für die

Winterrunde der Mannschaften übernommen werden. Der erfolgreiche Pilotlauf 2025 legt den Grundstein für eine Fortsetzung: Für das Jahr 2026 sind weitere LK-Turniere als feste Bestandteile des Veranstaltungskalenders geplant. Die Ermäßigung für die Mitglieder sowie weitere Überraschungen für die Teilnehmer sind uns sehr wichtig, neben dem sportlichen Spaß und Ehrgeiz im Turniererfolg.



Einsatz, Fairplay und tolle Stimmung bei den LK-Turnieren – ein herzliches Dankeschön an alle Beteiligten!

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

Saisonstart

Die neue Saison ist in vollem Gange und wir sind wieder mit jeweils drei Herrenmannschaften und drei Jugend-

mannschaften am Start. Wir wünschen unseren Teams spannende und erfolgreiche Begegnungen!

Schnuppertraining für Mädchen

An zwei weiteren Montagen im November (10.11 und 24.11) bieten wir ein Schnuppertraining speziell für

Mädchen an – bei Interesse bitte dem QR-Code folgen!



**TISCHTENNIS-
SCHNUPPER-
TRAINING**

FÜR MÄDCHEN IM ALTER VON
7-12 JAHRE

TSG 78
Heidelberg

WO: TURNHALLE DER LANDHAUSSCHULE
WANN: MONTAGS 17:15-18:45 UHR
20.09., 15.10., 10.11., 24.11.2025

ANMELDUNG ODER FRAGEN:



Ristorante Pizzeria Roseto

im TSG 78 – Sportpark

Tiergartenstr. 9, 69120 Heidelberg

Tel. 0 62 21 / 40 94 80

www.ristorante-roseto.de

Täglich wechselndes MITTAGSMENÜ

Dienstag, Donnerstag und Freitag abends

MENÜANGEBOT



EISENWAREN
SCHAD

69115 Heidelberg
Bergheimer Str. 101
Tel. 06221/22341

*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, 0176-43209929

Geräturnen, Kindertanz:

Eva-Maria Wolf, geraeturnen@tsg78-hd.de

Fitness & Gesundheit (Erwachsene):

Christiane Hedrich, fitgesund@tsg78-hd.de, 0157 - 81288125

Vorfriede auf die Vereinsmeisterschaft Geräturnen

In der Sparte Geräturnen läuft es derzeit sehr gut. Alle Trainingsgruppen sind weiterhin voll belegt und wir freuen uns, in jeder Gruppe auf engagierte und zuverlässige Trainer*innen zählen zu können. Das Interesse am Geräturnen ist ungebrochen, die Warteliste umfasst inzwischen rund 80 Kinder. Aktuell bereiten sich unsere Turnerinnen mit viel

Einsatz und Freude auf die Vereinsmeisterschaft am 23.11.2025 ab 9 Uhr im Sportzentrum Nord vor. Voraussichtlich werden etwa 30 Kinder am Einzelwettkampf teilnehmen und zeigen, was sie in den letzten Monaten fleißig geübt und verbessert haben. Wir wünschen allen Teilnehmerinnen schon jetzt viel Erfolg und Spaß beim Wettkampf!

Yoga am Donnerstag mit neuer Leitung

Unsere Yogastunde am Donnerstag bekommt ab sofort bis zum Ende des Jahres eine neue Leitung. Claudia, selbst eifrig sportelndes Mitglied in der Sparte Fitness & Gesundheit unserer Abteilung, übernimmt bis zum Jahresende von Benita vertretungsweise die Stunde von 19.30 – 20.45 Uhr in der unteren Halle der Mönchhofschule. Die erfahrene lizenzierte Yoga-Trainerin, die überdies eine Fitness-Trainer-B-Lizenz hat, beschreibt ihre Stunde selbst so:

Schluss mit Stress, her mit der Balance! Erlebe die kraftvolle Ruhe von Vinyasa & Yin Yoga.

Vinyasa Yoga ist der dynamische Stil, bei dem sich Bewegung und Atem fließend zu einer Sequenz verbinden. Yin Yoga hält dich in passiven Dehnungen für längere Zeit, um tief ins Bindegewebe zu wirken und loszulassen.

Was erwartet dich? Entdecke die wohl-tuende Verbindung von Bewegung und Atem. Das Ziel: Kraft aufbauen, flexibler werden und innere Ruhe finden.

Beim Yoga bringen wir Körper und Geist in Einklang, schulen deine Achtsamkeit

und ein besseres Körperbewusstsein. Durch die Verbindung von Atmung und Bewegung findest du Entspannung und trittst in eine tiefere Verbindung mit dir selbst.

Der Kurs beinhaltet das Erlernen und Üben von Körperhaltungen (Asanas)

in Kombination mit Atemtechniken und einfachen Entspannungsübungen.

Interessenten können gerne einfach vorbeigehen, mitmachen und hineinschnuppern.



Unsere neue Yogatrainerin Claudia



Claudia praktiziert selbstverständlich auch für sich intensiv die alte fernöstliche Bewegungskunst.

KINDER LEIDEN AM MEISTEN!

Nothilfe Ukraine



**„BITTE SPENDEN
SIE JETZT!“**



www.plan.de/spenden-fuer-ukraine



1. Vorsitzender:

Michael Schwarz

Geschäftsstelle:

Christiane Voth, Tel. 06221-410441

turnundspielplatzverein@tsg78-hd.de

Tennishalle:

tennishalle@tsg78-hd.de

Saisonstart in der Tennishalle bereits erfolgt

Unter der Woche sind alle Tennisplätze von 15.00 bis 21.00 Uhr komplett mit Saisonbuchungen belegt.

Es gibt noch Optionen am Wochenende oder vormittags, diese Zeiten können flexibel je nach Verfügbarkeit gebucht werden. Die Hallenöffnungszeiten sind 7.00–22.00 Uhr.

Das Spielen ist auch ohne vorherige Anmeldung möglich, Bezahlung bequem per PayPal.

Buchung über <http://tennishalle-heidelberg.de>

Die Geschäftszeiten der Geschäftsstelle des TSPV sind mittwochs von 14.00–17.00 Uhr. Außerhalb dieser Zeit erreichen Sie die Geschäftsstelle per Mail und Anrufbeantworter (siehe oben).

Wir wünschen Euch viele spannende Matches und eine erfolgreiche Hallensaison!

**HELFFEN SIE
MÄDCHEN, SICH
ZU ENTFALTEN.**

Mit einer Patenschaft
Mädchenrechte stärken.



Werden Sie Pat:in!
plan.de



Gibt Kindern eine Chance

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



Mitmachen. Miterleben. Mitverdienen.



Werden Sie Mitglied und somit Teilhaber Ihrer Bank. Dadurch profitieren Sie von zahlreichen Vorteilen. Sprechen Sie uns an. Wir informieren Sie gern.



Volksbank Kurpfalz



Locker am Ball bleiben.

In einer starken Einheit.

Sport schafft Barrieren ab. Sport fördert das Gefühl von Verbundenheit. Und das führt zu mehr Gemeinwohl. Um dieses auch in der Region weiter wachsen zu lassen, unterstützen wir Vereine. Mehr Informationen zu unserem Engagement finden Sie unter sparkasse-heidelberg.de



Sparkasse
Heidelberg