

Rundschau

D 8308 F



Ballschule

Hockey

Inline

Karate

Lacrosse

Leichtathletik

Rehasport

Ski / Volleyball

Tennis

Tischtennis

Turnen/Fitness
& Gesundheit

Nr. 2/ Mai 2026

Wir kann mehr.

Wir sind zusammen einfach stärker.



VOLKSBANK
HEIDELBERG-NECKARTAL

Gemeinsam mehr bewegen für Heidelberg und das Neckartal.
Mehr erfahren: volksbank-hdneckartal.de



Das Wichtigste in Kürze

04.05.-27.09.2026	„Sport im Park“ mit TSG-Beteiligung
09.05.2026	Vereinsmeisterschaft Abt. TT
24./25.05.2026	Qualitage (LA)
26.-29.05.2026	Pfingstcamp „Sport und Spiel“
26.07.26	TSG 78-Sommerfest, 11.00-17.00 Uhr
03.-07.08.2026	Sommercamp W1 „Sport und Spiel“
8.-9.8.2026	Kurfürstencup (LC)
10.-14.08.2026	Sommercamp W2 „Sport und Spiel“
17.-21.08.2026	Sommercamp W3 „Sport und Spiel“
07.-11.09.2026	Sommercamp W6 „Sport und Spiel“
27.09.26	Saisonabschlussfest Abt. Tennis
07.10.26	Außerordentliche Abteilungsversammlung Leichtathletik Gaststätte „Zum Achter“, 18.30 Uhr
26.-30.10.2026	Herbstcamp „Sport und Spiel“
05.12.2026	Weihnachtsfeier Abt. TT

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

Im TSG-Sportpark:
Gaststätte Roseto Tel. 06221-409480

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

Tennishalle des Turn- und Spielplatzvereins
Telefon 06221-410441

Liebe Mitglieder,

im April sind viele neue Sportkurse gestartet, die nicht nur von Abteilungsmitgliedern der Sparte Fitness & Gesundheit, sondern von allen TSG-Mitgliedern gebucht werden können: Pilates, Yoga 50+, Qi Gong, Rhythm fit. Gerne können Sie – sofern noch Plätze frei sind – nachbuchen oder reinschnuppern, um beim nächsten Kursblock rechtzeitig dabei sein zu können. Auch bei unseren kostenfreien Angeboten „Sport im Park“ laden wir Sie ein mitzumachen (siehe Bericht weiter unten).

Erfreulich ist auch, dass unser erstes Feriencamp in den Osterferien mit 50 Kindern ausgebucht war und alle sehr viel Spaß hatten. Bei den Camps in den Pfingst-, Sommer, und Herbstferien sind noch genügend Plätze frei. Anmeldungen sind über die Homepage bzw. Kurabu möglich.

Wir wünschen allen Mitgliedern einen wunderbaren Start in den Sommer und viele schöne Momente in der TSG 78-Gemeinschaft!

Der Vorstand

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

Mitgliederversammlung der TSG 78 Heidelberg am 26.3.26

Der 1. Vorsitzende Christoph Rapp begrüßte die anwesenden Mitglieder und gedachte in einer Schweigeminute den verstorbenen Mitgliedern. Es folgte ein ausführlicher Bericht über die Aktivitäten im vergangenen Jahr, ein Ausblick auf das Jahr 2026 und zum Schluss ein großes Dankeschön an alle Ehrenamtlichen und Funktionsträger der TSG 78.

Der Kassenbericht 2025 wies ein Defizit in Höhe von 19.189,14 Euro auf, der sich hauptsächlich auf die defizitäre Abteilung Turnen / Fitness & Gesundheit zurückführen lässt. Im geplanten Budget für 2026 wurden verschiedenen Maßnahmen berücksichtigt, die die Situation künftig verbessern soll. Nach der Verlesung des Kassenprüfberichtes wurde der Vorstand entlastet.

Bei den Neuwahlen wurden Christoph Rapp als 1. Vorsitzender, Axel Marx als 2. Vorsitzender Referat Wirtschaft und Finanzen, Matthias Uhlemann als Schatzmeister und Reinhard Voth als Schriftführer wieder gewählt. Ebenfalls bestätigt wurden fünf Mitglieder des bisherigen Ältestenrats, eine 6. Person konnte in der Versammlung nicht gefunden werden.

Anschließend wurde die geplante Beitragserhöhung für die Abteilung Turnen

/ Fitness & Gesundheit vorgestellt und beschlossen. Einzelheiten sind im hinteren Teil dieser Rundschau nachzulesen. Weiterhin beschlossen wurde die Einführung einer Aufnahmegebühr ab 1. Mai 2026 in folgender Höhe: Ermäßigte 15,- Euro, Erwachsene 20,- Euro und Familien ab 3 Personen 40,- Euro. Die Beitragsordnung wurde in einigen Punkten angepasst und der Versammlung vorgestellt. Sie kann auf der TSG-Homepage eingesehen werden.

Die Abteilungsleiter*innen berichteten über die Geschehnisse des vergangenen Jahres in ihren Abteilungen. Als Antrag war die Aufnahme von Behinderten mit einem GdB von 50% als „Ermäßigte“ gestellt. In der regen Diskussion waren viele Versammlungsteilnehmer*innen der Meinung, dass das Thema „Inklusion“ ein wichtiges Thema ist, aber eine Entscheidung über den Antrag in dieser Form zum jetzigen Zeitpunkt nicht gefällt werden kann. Da der Antrag auf Wunsch des Antragstellers trotzdem zur Abstimmung kam, wurde dieser mehrheitlich abgelehnt. Eine Arbeitsgruppe soll sich nun umfassend damit beschäftigen.

Christoph Rapp beendete die Versammlung um 22.30 Uhr.

Neuerung im TSG 78-Sportpark

Sicher habt Ihr schon das neue Blumenbeet am Eingang der TSG 78 Tiergartenstraße gesehen. Im Augenblick blühen dort viele Frühjahrszwiebel Blumen. Damit es im nächsten Jahr noch mehr werden, bitten wir Euch Eure verblühten Zwiebelblumen (Narzissen, Hyazinthen, Krokusse, Tulpen, etc.) nicht wegzuerwerfen, sondern bei der TSG abzugeben. Ein Sammelbehälter

wird am Eingang (Schranke, neben der Hortensie) aufgestellt.

Ebenfalls neu ist die naturnahe Bank am Rand der 400m-Bahn auf Höhe des Zielhäuschens. Diese wurde auf Wunsche der Seniorensportler*innen aufgestellt. Aber auch junge Sportler*innen nehmen das Angebot wohl gerne an und nutzen die neue Sitzgelegenheit.



Links der alte Vorplatz an der Einfahrt Tiergartenstraße, rechts mit der neu angelegten Begrünung durch den Turn- und Spielplatzverein.



Wir danken Hermann Häfner, der die neue Bank aus Baumstämmen gespendet hat und am Rand der 400m-Bahn aufstellen ließ.

Projekt „Körper Kontrolle“ für Schulkinder

Im Rahmen unseres Sport-Schulprojekts „Körper Kontrolle“ waren wir an verschiedenen Schulen in und um Heidelberg zu Gast. Ziel des Projekts war es, die Kraft des eigenen Körpers bewusst kennen zu lernen, Fairness zu erleben und die Geschicklichkeit weiterzuentwickeln.

Die Schülerinnen und Schüler konnten in abwechslungsreichen Übungen und Spielen ihre Fähigkeiten entdecken und ausbauen. In Kleingruppen wurden spannenden Geschicklichkeitsduelle und faire Kraftduelle durchgeführt, bei denen nicht nur Stärke, sondern vor allem Technik, Kontrolle und Respekt entscheidend waren.

Darüber hinaus spielten Teamspiele eine große Rolle. Hier ging es um Zusammenarbeit, gegenseitige Unterstützung und Rücksichtnahme. Die Teilnehmenden lernten, sich aufeinander zu verlassen, gemeinsam Strategien zu entwickeln und als Team erfolgreich zu sein.

Das Projekt „Körper Kontrolle“ verbindet Bewegung mit wichtigen sozialen Werten wie Fairness, Teamgeist und Respekt. Es stärkt nicht nur die körperliche Fitness, sondern auch das Selbstvertrauen und das Gemeinschaftsgefühl.

Wir bedanken uns herzlich bei den beteiligten Schulen für die tolle Zusammenarbeit und die begeisterte Teilnahme.

Timo Kretz, FSJ'ler der TSG 78

Sport im Park 2026 – erneut mit TSG 78-Beteiligung

Das städtische Projekt „Sport im Park“ geht in die 6. Runde. Unter dem Motto „Mach mit - bleib fit!“ kann die Heidelberger Bevölkerung kostenlos und unverbindlich auf öffentlichen Grünflächen an der frischen Luft etwas Gutes für den eigenen Körper tun.

Die Auftaktveranstaltung findet am 1. Mai 2026 ab 20 Uhr auf dem Werderplatz statt: „Full Moon Flow Yoga“. Ab 4. Mai starten dann die verschiedenen Gesundheits- und Fitness-Kurse sowohl

für Untrainierte wie für Sportliche aller Altersgruppen. Die TSG 78 bietet folgende Sportkurse an:

Dynamisches Yoga

montags von 19.15-20.15 Uhr in der Grünanlage am Römerbad (Ecke Jahnstr./ Berliner Str.) mit Hadije

Outdoor-Fitness 60+

dienstags von 11.30-12.30 Uhr auf dem Werderplatz in Neuenheim mit Nina

Interessierte sind jederzeit willkommen!

TSG 78-Sommerfest am 26.07.2026

Liebe Mitglieder des TSG 78, wir freuen uns, euch herzlich zu unserem abteilungsübergreifenden Sommerfest einzuladen! Wie bereits angekündigt, plant eine engagierte Organisationsgruppe aus verschiedenen Abteilungen ein tolles Fest für alle TSG 78-Mitglieder, deren Familien und Freunde.

Wann? Am 26.07.2026 11-17 Uhr

Wo? Im TSG 78-Sportpark, Tiergartenstraße 9

Freut euch auf ein buntes Programm mit Vorführungen, Mitmachangeboten, Hüpfburg und musikalischer Begleitung von „Little Band Schriesheim“, die mit swingendem Jazz für gute Stimmung sorgen wird. Natürlich werden auch kulinarische Köstlichkeiten nicht fehlen! Wir planen auch ein abwechslungsreiches Kuchenbuffet und benötigen hierfür eure Unterstützung anhand von Kuchenspenden! Backt einfach euren Lieblingskuchen für ein vielfältiges

Buffet. Vielen Dank für eure Mithilfe!

Besondere Highlights werden die Ehrungen unserer langjährigen TSG-Mitglieder sowie einiger ehrenamtlich Tätigen und sportliche Erfolge sein, die um 11.30 Uhr im Hockeycenter stattfinden wird. Sowie die Vorführungen der Karatekas, Gerätturnerinnen, Kindertanzgruppen und Rollkünstlerinnen rund um die Ehrungen. Ab 16 Uhr startet die Roller-Disco in der Inline-Arena. Die zu Ehrenden werden noch persönlich eingeladen.

Der Vorstand und das Orgateam würden sich sehr freuen, viele von euch bei unserem Fest im TSG 78-Sportpark begrüßen zu dürfen! Kommt vorbei, bringt eure Familien und Freunde mit und lasst uns gemeinsam einen unvergesslichen Tag verbringen!

Herzliche Grüße, Euer Vorstand und Orgateam

Neueintritte

Wir begrüßen insgesamt 164 neue Mitglieder ganz herzlich in unserer Vereinsfamilie in folgenden Abteilungen (seit der letzten Rundschau):

Ballschule: 32

Hauptverein: 2

Hockey: 4

Inline: 11

Karate: 12

Lacrosse: 5

Leichtathletik: 22

Rehasport: 4

Ski/Volleyball: 5

Tennis: 22

Tischtennis: 2

Turnen / Fitness & Gesundheit: 47

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.

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
Aufnahmegebühr (einmalig)	20,00	40,00	15,00
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	108,00	162,00	78,00 Passive 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 ab 2027 102,00	96,00 ab 2027 150,00	54,00 ab 2027 84,00 Kinder bis 6 J. 48,00 ab 2027 72,00
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.

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!

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.

HAUSTECHNIK
Neumann GmbH
SANITÄR • HEIZUNG • SOLAR

Heinrich-Lanz-Str. 8

68723 Plankstadt

Tel. 06202/70 33 577

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

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

Mit einer Patenschaft
eine Chance geben.



Werden Sie Patin!
plan.de



Gibt Kindern eine Chance



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**

Beim Online-shoppern 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 Prozente 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 Ballschule, Kinderturnen, 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. Bei den Kursen der Sparte Fitness & Gesundheit kostet die Karte 100,- €. 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 100,- €, für TSG-Mitglieder 60,- €. Interessenten melden sich bitte in der TSG-Geschäftsstelle unter Tel. 06221-412819 oder info@tsg78-hd.de



Spende der Sparkasse Heidelberg ermöglicht neues Banner

Das Geländer im Treppenhaus des Athleticon war leider für die Ballschul-Kinder nicht sicher und lud zum Klettern ein. Provisorisch wurde es mit Hasendraht gesichert. Dank der großzügigen Spende der Sparkasse Heidelberg konnte dieses Provisorium durch ein

ansprechendes TSG-Banner ersetzt werden. Unser FSJ ler Timo hat das Banner entworfen. Es sieht nicht nur schön aus, sondern erhöht auch die Sicherheit, indem das Hochklettern verhindert wird. Ein herzliches Dankeschön an Timo und die Sparkasse Heidelberg!



Sparkasse
Heidelberg

Dank der großzügigen Spende der Sparkasse Heidelberg konnte der provisorische Hasendraht im Treppenhaus vom Athleticon endlich durch ein schönes TSG-Banner ersetzt werden worüber sich Timo (links) und der Leiter der Ballschule, Martin Seiler (rechts), sehr freuen.

Noch freie Plätze in den Pfingstferien

Im Ferienprogramm der 1. Woche in den Pfingstferien sind noch Plätze frei! In Anlehnung an das Konzept der Ballschule Heidelberg haben die Kinder in diesem Ferienprogramm genügend Zeit, spielerisch Erfahrung in unterschiedlichen sportlichen Kontexten zu sammeln und selbstständig die „Straßenspielkultur“ wieder aufleben zu lassen. Neben unterschiedlichen Sportaktivitäten und kleinen Wettbewerben werden wir bei heißen Temperaturen verschiedene Wasserspiele spielen. Oberstes Ziel in den Ferien ist immer Spaß zu haben, ist doch der Alltag, auch im Kindesalter, schon durchgetaktet und oft stressig.

Wo? Im TSG 78-Sportpark (Tiergartenstraße 9)

Wer? Kinder von 6-12 Jahre

Wann? Dienstag, 26.5. bis Freitag 29.5.2026, jeweils 8.30-15.30 Uhr

Kosten? Für TSG-Mitglieder 122,- Euro

Mittagessen und Obst sind im Preis enthalten. Anmeldung und weitere Informationen über die Homepage unter www.tsg78-hd.de und das Heidelberger Ferienportal.

Martin Seiler



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



Liebe Mitglieder, liebe Eltern,

die Hallensaison haben wir mit durchweg erstklassigen Ergebnissen abgeschlossen.
Hier die Ergebnisse der einzelnen Teams im Überblick:

Die **männliche U10** spielte am **18.1.2026** in Heidelberg in der Pestalozzihalle mit Max, Nicolas, Emil, Bruno, Moritz, Tim, Friedrich, Nicolai, Lukas und Erik – Trainer Jesco

Ergebnisse: TSG – HCH 2:1

TSG – Bruchsal 3:1

TSG – TSV Mannheim 9:1

Am **25.1.2026** waren die **U8 Jungs** mit zwei Mannschaften in Offenburg dran:

TSG 1 – Karlsruhe3 2:4

TSG 2 – Auswahl 11:4

TSG 1 – Karlsruhe1 4:3

TSG 2 – Karlsruhe2 14:1

TSG 1 – Offenburg1 7:9

TSG 2 – Offenburg2 9:0

TSG 1 – Karlsruhe2 8:8

TSG 2 - Offenburg1 11:2

Weiter ging es mit der **männlichen U10** am **31.1.2026** in Weinheim:

TSG – TSV Mannheim2 3:1

TSG – AC Weinheim2 3:0

TSG – HC Mannheim2 5:1

Am selben Tag waren die **U8 Mädchen** mit zwei Teams mit Betreuer Robin in Stuttgart:

TSG 1 – Stuttg. Kickers2 6:3

TSG 2 – Stuttg. Kickers3 9:0

TSG 1 – Böblingen1 10:2

TSG 2 – Böblingen2 2:5

TSG 1 – Riederich 11:5

TSG 2 – Auswahl 15:0

TSG 1 – Stuttg. Kickers 9:1

TSG 2 – Riederich 10:2

Lotta, Charlotte, Selma, Jannika

Carla, Lilly, Louisa, Jale

Trainer: Buschi

Trainerin: Paula

Odenwald Cup am **28.2.26** beim TSV Mannheim für die U10 mit Max, Tim, Erik, Anton, Ole, Leopold, Emil, Nicolas, Bruno, Moritz, Paul; Trainer: Robert und Jesco

TSG – Frankenthal 4:2

TSG – Karlsruhe 4:2

TSG – TSV Mannheim 7:1

Die **U8 weiblich** spielten am **7.3.2026** mit zwei Teams in der Pestalozzihalle in Heidelberg:

TSG 1 – HCH 3 4:5

TSG 2 – HCH4 3:4

TSG 1- TSV Mannheim2 8:5

TSG 2 – HC Mannheim5 5:5

TSG 1 – HC Mannheim3 9:3

TSG 2 – HC Mannheim4 7:2

TSG 1 – HCH 3 5:2

TSG 2 - HC Mannheim4 10:5

Lotta, Charlotte, Chloe, Selma, Lilly

Jale, Louisa, Catarina, Carla, Jannika

Betreuer: Robin; Trainer: Buschi

Am selben Tag nachmittags spielten dann die **U8 Jungs** auch mit zwei Mannschaften in derselben Halle mit den Trainern Robert, Clemens und Jesco:

TSG 1 – HCH 2 9:1

TSG 2 – HCH3 11:1

TSG 1 – Bruchsal 4:2

TSG 2 – Karlsruhe1 3:3

TSG 1 – HC Mannheim3 5:4

TSG 2 – HC Mannheim4 9:2

TSG 1 – Karlsruhe1 4:2

TSG 2 – HCH 2 11:1

Die **U10 weiblich** gingen am **8.3.26** in Heilbronn mit Lenja, Louisa, Alice, Carla, Chloe, Lotta, Melina, Marie, Viola und Sophia an den Start. Trainer war Jesco, Betreuerin Catherine.

TSG - Heilbronn2 3:1

TSG - HC 2 4:0

TSG - HC Mannhei 3 3:1

Die **U10 männlich** waren am selben Tag am Ball, hatten aber ein Heimspiel in der EI-Halle. Aufbau, Turnierleitung, Schiedsrichter, Verpflegung, Abbau – alles hat hervorragend geklappt, alle haben mitgeholfen.

TSG - HC Mannheim 2:1

TSG – Karlsruhe 4:4

TSG – Weinheim 7:0

Die Ergebnisse waren an diesem Tag eigentlich gar nicht so wichtig. Viel bedeutsamer war, dass wir uns leider nach dem letzten Spiel von fünf Spielern verabschieden mussten: Max, Lukas, Emil, Nicolas, Leopold wollen weiter Hockey spielen und da wir leider in

ihrer Spielklasse nicht genügend Spieler haben, blieb nur ein Vereinswechsel für sie übrig. Das ist sicher keine leichte Situation für die Spieler selbst und für alle, die sie auf ihrem bisherigen Hockeyweg begleitet haben. Leider ist es uns nicht möglich, für die Feldsaison

den nächsten Schritt in den U12 Bereich zu vollziehen, da uns eine solide Planung durch diverse Abgänge nicht seriös darzustellen ist und wir eine Überforderung der Jugendlichen unbe-

dingt vermeiden wollen. Wir müssen fünf ganz tolle Jungs abgeben, aber wir geben nicht auf, bis wir selbst eine U12 aufstellen können.

Die **U10 männlich** hatten dann am **14.3.2026** ihr Saisonabschlussturnier in Ludwigsburg mit Clemens als Trainer, aber ohne unsere fünf verabschiedeten Spieler. Da war eindeutig die Luft raus.

TSG – HC Ludwigsburg 0:7

TSG – HC Aalen 0:3

TSG – TSV Mannheim 2 0:5

Letztes Hallenturnier der der Saison 2025/26 war das „**Schneetigerturnier**“ **der Minis** beim HC Heidelberg im Sportzentrum Mitte. Wir waren mit zwei Teams dabei:

Team 1: Fridolin, Nici, Lorenz, Theo und Trainer Caspar mit Spielen gegen Bruchsal, Heilbronn, HCH 2 und HCH 3.

Team 2: Karl, Hedi, Mio, Matilda, Benjamin und Trainer Buschi mit Spielen gegen HCH 1, HCH 3, Heilbronn, HCH 2

Für viele war das ihr erstes Turnier und entsprechend groß war die Aufregung und vieles, was im Training geübt war, war auch plötzlich weg. Aber alle hatten Spaß und haben für die nächsten Turniere gelernt.

Rückblickend gilt der Dank der Abteilungsleitung dem überragenden Einsatz unserer Eltern in der abgelaufenen Hallensaison bei der Durchführung unserer eigenen Spieltage und der Unterstützung unserer Trainer in allen Bereichen. Leider musste unser Hallenabschluss mit dem Familienduell aufgrund fehlender Rückmeldung abgesagt werden (oder lag es am Austragungsort Neckarhalle?).

Die Jahreshauptversammlung der Abteilung am 19.3.2026 ergab keine Änderungen in der Führungsriege und die Entlastung des Kassenwartes und der Abteilungsleitung erfolgte einstimmig.

Die neuen Spielpläne für die Feldsaison lagen bei Redaktionsschluss noch nicht vor und werden über die üblichen Medien bekanntgegeben.



Höhepunkt beim Schneetigerturnier war die Teilnahmerehrung, bei der alle Jungs und Mädchen eine Medaille umgehängt bekamen.



Wechsel in der Abteilungsleitung

Ein herzliches Dankeschön geht an Sebastian Schmidt für seine langjährige ehrenamtliche Tätigkeit als stellvertretender Abteilungsleiter. Mit seinem Einsatz hat er das Team über

Jahre hinweg geprägt. Nun begrüßen wir Julian Glock als neuen stellvertretenden Abteilungsleiter und wünschen ihm viel Erfolg und Freude bei seiner neuen Aufgabe.

Übersicht Lions Heimspiele der Saison 2026

Datum	Bulli	Spiel		Datum	Bulli	Spiel
So. 19.04.	14:00	Lions U18 : Bad Soden		Do. 18.06.	20:00	Lions II : Karlsruhe 2
So. 03.05.	15:00	Lions U15 : Langen		Fr. 19.06.	20:00	Lions I : ISC Mannheim 2
So. 17.05.	12:00	Lions U18 : Hanau / Rüsselsheim		So. 21.06.	14:00	Lions I : Bietigheim
So. 24.05.	11:00	Lions II : Adlerfans		So. 12.07.	11:00	Lions II : Waldbronn
So. 24.05.	14:00	Lions I : Saarbrücken		Sa. 25.07.	10:00	Lions U15 : ISC Mannheim
So. 07.06.	11:00	Lions III - Turniertag		So. 26.07.	10:00	Lions U15 : Schwetzingen I
So. 14.06.	10:00	Lions II : Buchen		So. 26.07.	13:00	Lions U18 : ISC Mannheim
So. 14.06.	13:30	Lions U15 : Buchen		So. 02.08.	11:00	Lions I : Joker Mannheim
So. 14.06.	16:30	Lions U18 : Saarbrücken		Sa. 12.09.	09:00	Lions U12 - Turniertag

Die Lions freuen sich auf zahlreiche Unterstützung bei diesen Heimspielen! Zeigt euren Teamgeist und bringt eure Freunde mit – gemeinsam sorgen wir

für eine tolle Atmosphäre.

Mit sportlichen Grüßen

Euer Jörg, Abteilungsleitung Inline

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

Frischer Schwung im Frühling - Neues Kampfkunst-Angebot in der Karateabteilung

Der Frühling ist die perfekte Zeit für einen Neuanfang und genau jetzt bringt die Karateabteilung frische Impulse in ihr Trainingsangebot!

Seit Mitte Februar erweitern zwei spannende Waffenkünste das Programm: Bo-Jutsu und Combat Arnis. Damit eröffnet sich allen Interessierten die Möglichkeit, traditionelle und moderne Formen des Stockkampfes kennenzulernen und ihre Fähigkeiten auf ein neues Level zu bringen.

Bo-Jutsu ist eine klassische japanische Kampfkunst, bei der mit dem etwa 1,80 Meter langen Bo (Langstock) trainiert wird und die Körperkontrolle, Präzision und Kraft vereint. Combat Arnis hingegen stammt aus den Philippinen und überzeugt durch dynamische Techniken mit kürzeren Stöcken sowie praxisnahe Selbstverteidigung.

Jetzt ausprobieren und ein kostenloses Schnuppertraining sichern: Immer dienstags von 18.30 – 20.00 Uhr erwartet euch Constantin.



Mit Bo-Jutsu und Combat Arnis haben wir neue Waffenkünste im Sportangebot

Kyu-Prüfung am 30. März 2026

Auch unsere jüngsten Karateka nutzen den Schwung des Frühlings, um ihr Können unter Beweis zu stellen: Bei der Kyu-Prüfung am 30. März 2026 zeigten die kleinen „Kampftiger“ über 90 Minuten hinweg eindrucksvoll, was sie in den vergangenen sechs Monaten gelernt haben. Mit viel Einsatz, Disziplin und Begeisterung präsentierten sie ihr Können – und wurden dafür belohnt: Alle Teilnehmenden haben die Prüfung mit Bravour bestanden.

Der Stolz der Trainerin und Prüferin Teo Funk war groß, die Freude noch größer – und gemeinsam ging es mit viel Energie und einem Lächeln in die wohlverdienten Osterferien.

Lust, Teil dieser starken Gemeinschaft zu werden? Neueinsteiger sind jederzeit herzlich willkommen: Kinder ab 6 Jahre montags + freitags 18-19 Uhr; Kinder/Jugendliche von 11-14 Jahren mittwochs 18-19 Uhr.



Glückliche Karatekids starten die Osterferien mit neuer Graduierung

Karate für mehr Lebensqualität ab 45 - Jukuren-Training

Aktiv bleiben, sich wohlfühlen und neue Energie tanken – genau das bietet das Jukuren-Training der Karateabteilung. Gerade im späten Erwachsenenalter sind Bewegung, soziale Kontakte und gemeinsame Erlebnisse besonders wertvoll. Sie fördern nicht nur die körperliche Fitness, sondern stärken auch das mentale Wohlbefinden und die Lebensfreude. Karate ist dabei ein ganzheitliches Training:

- aktiviert den gesamten Körper
- verbessert Koordination und Beweglichkeit
- steigert Konzentration und geistige Fitness

- fördert innere Balance und emotionale Stärke

Unser speziell angepasstes Jukuren-Training (45+) verbindet effektive Bewegung mit Spaß und Gemeinschaft. Donnerstags von 19.30-21.00 Uhr erwartet Sie ein abwechslungsreiches Programm – von Grundtechniken über Kata bis hin zu praxisnaher Selbstverteidigung und freien Kampfkombinationen.

Egal ob Einsteiger oder Wiedereinsteiger: Trainieren Sie in Ihrem eigenen Tempo in einer motivierenden und unterstützenden Gruppe. Jetzt zum Probetraining kommen und Teil unserer Gemeinschaft werden!



Jukuren in Action

+++ Guter Saisonstart +++ Stark in Baden +++ Erfolgreich in Baden-Württemberg +++
Medaille bei den Süddeutschen +++ Masters auch in Deutschland weit vorne +++ Felix mit
EM-Silber +++

Save the dates - Termine beachten

Liebe Mitglieder, bitte haltet euch die folgenden Termine/Veranstaltungen frei und seid alle dabei für unsere und eure TSG-Leichtathletik!

Am **24.05./25.05.26 = Qualitage** benötigen wir erneut mehr als nur einige Helfer*innen sowie Kampfrichter*innen, denn wir werden auch dieses Jahr wieder zweitägig aktiv sein.

Am Mittwoch, **10.06.26 = Finanzmee-
ting um 18.30 Uhr** im Nebenzimmer unserer TSG-Gaststätte Roseto zur Vorbereitung auf die außerordentliche Leichtathletik-Mitgliederversammlung.

Am Mittwoch, **07.10.26 = außerordent-
liche Leichtathletik-Mitgliederver-**

sammlung hinsichtlich der Finanzierung unserer Leichtathletikabteilung – wie bereits bei der Jahreshauptversammlung um 18.30 Uhr Einlass und Essen sowie ab 19.30 Uhr dann die außerordentliche Leichtathletik-Mitgliederversammlung in der Gaststätte „Zum Achter“ (Klubrestaurant des Heidelberger Ruderklubs 1872 e.V., Neuenheimer Landstraße 3a, 69120 Heidelberg).

Am Samstag, **24.10.26 = Arbeitseinsatz
Finnenbahn**, um die Finnenbahn und ihren Belag auf Vordermann zu bringen. Bitte merkt euch die wichtigen Termine vor und seid gerne mit dabei. Schon jetzt besten Dank für euer Engagement und eure Zuverlässigkeit!

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

Erfolgreicher Saisonstart in Mannheim

MB. - Die Mehrkämpferinnen, Sprinterinnen und Springerinnen der weiblichen Jugend U20 und Aktiven starteten am 11.01.26 beim Hallensportfest in Mannheim in ihre Hallensaison.

Als erste Starterin ging Carolina Oeste über die 60m an den Start und lief gute 9,51s. Alisa Erofeeva lief im 60m-Vorlauf der weiblichen Jugend U20 8,06s und steigerte sich im Endlauf noch auf 8,01s über die 60m und lief später dann noch gute 25,87s über die 200m. In der Klasse der Aktiven starteten in den Vorläufen Jana Gröne (7,97s), Ellise Meyer (8,19s), Chaya-Shirin Hörner (8,27s = PB), Lisa Baumgarten (8,47s = PB), Julia Böhl (8,53s = PB), Paula Mägel (8,80s) und Christine Rother (8,89s) über die 60m. Jana und Ellise qualifizierten sich für die Finalläufe,

in denen sich Jana auf 7,95s steigern konnte und Ellise ihre Vorlaufzeit bestätigen konnte.

Im Weitsprung sprang Jana sehr gute 5,44m, Carolina 5,09m, Paula sprang 5,05m und Chaya sprang mit 5,08m persönliche Bestleistung. Anja (4,51m) und Julia hatten leider Probleme mit dem Anlauf, Christine musste den Wettkampf leider verletzungsbedingt abbrechen.

Auf den 200m konnte Jana mit sehr guten 25,38s in die Hallensaison einsteigen. Auch Ellise konnte mit ihrer Zeit von 26,51s sehr zufrieden sein. Carolina und Chaya liefen beide 27,05s, was persönliche Bestleistung für Chaya bedeutete. Julia lief mit 27,25s zu persönlicher Bestleistung.

Ein erfolgreicher Einstieg in die Hallensaison 2026

Mannheim, 11. Januar

CH. - Nach gut dreimonatiger Abstinenz stürzten sich unsere Jugend-Athleten*innen wieder ins Wettkampfgeschehen und testeten in diversen Disziplinen ihren aktuellen Leistungsstand. Obwohl die Trainingsbedingungen wetterbedingt nicht gerade optimal waren und alternativ auch nur kleine Schulsporthallen zur Verfügung standen, wurden beachtliche Ergebnisse erzielt.

U18 - Benjamin Seiterle, Johannes Edinger und Luk Werner (M15, er startete ebenfalls in der U18) qualifizierten sich für den 60m-Finallauf und sicherten sich die Qualifikation für die BW-Finals. Diese verfehlten Benjamin mit 24,49s

und Johannes mit 24,76s über 200m nur ganz knapp. Luk meisterte genial die 60m-Hürdenstrecke (mit neuer Höhe und Abständen) in 9,49s. Tom Tittel sprang persönliche Bestweite von 4,93m, Fabio Münscher (ebenso aus der M15 hochgestartet) blieb mit 4,97m nur knapp unter seiner persönlichen Bestleistung. Nicht ganz so überzeugend waren diesmal unsere gewohnt leistungsstarken Mädels Maxi Stieber und Meret Treiber. Dagegen gut in Form präsentierte sich Antonia Kölle. Sie lief die 60m-Hürden in 10,27s und platzierte sich im Weitsprung mit 4,80m auf Rang 5.

Mannheim, 25. Januar

U16 - Die Teilnehmerzahlen bewegten

sich an der Grenze zum Limit und dennoch: Luk, diesmal in seiner Altersklasse startend, lief über 60m-Hürden mit 9,01s (!) zu einem souveränen Sieg. Auch im Weitsprung überraschte er mit neuer PB von 5,33m. In der M14 erzielten Eric Prados und David Gutschalk starke Zeiten über 800m, Eric in 2:19,04min (!) sowie David in 2:33,81min. Für beide bedeutete dies die Eintrittskarte für die Badischen Hallenmeisterschaften.

Luna Hekker (W14) zeigte gleich in drei Disziplinen neue Bestleistungen – mit 8,94s im 60m-Sprint, im Weitsprung mit 4,47m und besonders deutlich über 60m Hürden in 10,19s. Dem nicht genug – über 800m lief sie in einer Zeit von 2:35,30min auf Rang 2. Somit war für

Luna die Teilnahme an den BLV-Hallenmeisterschaften gleich in 2 Disziplinen gesichert.

U18 - Meret holte sich die Qualifikation für die BW-Finals über 60m und ihre Zeit von 27,91s über 200m reichte als Normerfüllung für die Badischen Meisterschaften.

U20 -Johannes Mohr (BLV-Meister im Weitsprung, damals U16) wagte sich nach fast vier Jahren erstmals wieder an diese Disziplin und erzielte eine schöne Weite mit 5,84m. Mit 9,14s toppte er seine bisherige Laufzeit über 60m-Hürden. Das Tor zu den BW-Finals hatte er sich aber bereits mit seinen Leistungen davor geöffnet.



Luk (M15) lässt über 60m-Hürden der Konkurrenz keine Chance

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



Mit einer beachtlichen Zeit von 2:19,04 min verfehlte Eric (M14) nur ganz knapp den Sieg

Alisa siegt in Sindelfingen

MB.- Nur eine Woche nach dem erfolgreichen Saisonauftakt waren die Frauen der TSG 78 Heidelberg beim Internationalen Stadtwerke Hallenmeeting in Sindelfingen am Start. Für die TSG starteten Alisa Eroveeva, Chaya-Shirin Hörner, Julia Böhl, Anja Benderoth und Paula Mägel. Alisa konnte ihre Saisonbestleistung im Vorlauf der Altersklasse WJ U20 auf 7,90s verbessern. Den Endlauf gewann sie dann in starken 7,88s. Auch auf den 200m konnte sich Alisa im Vergleich zur Vorwoche steigern und belegte mit 25,67s den 3. Platz. In der Aktivenklasse starteten Chaya, Julia über die 60m sowie 200m. Chaya

lief auf den 60m mit 8,11s persönliche Bestleistung und konnte mit 27,11s auch über die 200m ihre gute Form bestätigen. Auch Julia konnte über 60m ihre PB vom vergangenen Wochenende auf 8,36s steigern und lief über die 200m mit 27,05s ebenfalls persönliche Bestleistung. Paula, eigentlich Dreispringerin, startete ebenso über die 60m und lief 8,80s.

Anja, Julia, Chaya und Paula starteten weiterhin im Weitsprung. Anja sprang 4,96m, Chaya und Julia jeweils 4,94m und Paula 4,83m.

Stark in Baden-Württemberg

MB.- Mit zweimal Bronze und vielen persönlichen sowie Saisonbestleistungen im Gepäck kehrten die Athletinnen der TSG von den Baden-Württembergischen Meisterschaften in Karlsruhe zurück. Christine Rother konnte sich in mit einem überragenden Wettkampf die Bronzemedaille in der Frauenklasse im Kugelstoßen sichern. Nach technischen Problemen zu Beginn des Wettkampfes konnte sich Tine in einem spannenden Wettkampf mit jedem Stoß steigern. Mit 11,86m im vorletzten Versuch konnte sie sich auf Platz 3 schieben, um dann im letzten Durchgang ihre 13 Jahre alte persönliche Bestleistung auf 11,96m zu verbessern und ihren Bronzerang abzusichern.

Alisa Erofeeva trat in der Altersklasse U20 an. Im Vorlauf über 60m konnte sie sich mit 7,90s souverän einen Platz im A-Finale sichern. Im Endlauf erwischte sie leider keinen optimalen Lauf und landete am Ende mit dennoch sehr guten 7,92s auf Platz 6. Über die 200m konnte sie sich mit einem tollen Lauf und Saisonbestleistung (25,44s) die Bronzemedaille sichern.

Über die 60m der Frauen waren Jana Gröne, Ellise Meyer, Chaya-Shirin Hörner und Julia Böhl am Start. Jana lief im Vorlauf mit 7,88s direkt persönliche Bestleistung und qualifizierte sich damit für das B-Finale. Hier konnte sich Jana nochmals steigern und sprintete



Tine ist zurecht stolz auf ihre Leistung bei den Baden-Württembergischen Meisterschaften

nach 7,80s als 6. ins Ziel. Ellise konnte ihre starke Form in dieser Hallensaison bestätigen und lief mit 8,05s nur zwei Hundertstel an ihrer in der Woche zuvor aufgestellten PB vorbei. Ebenfalls persönliche Bestleistungen liefen Chaya (8,11s) und Julia (8,35s).

Auch auf den 200m zeigten die TSG-Frauen, dass sie gut in Form sind. Jana lief in 25,33s auf Platz 6 und Ellise sprintete in 26,35s die viertschnellste 200m-Zeit ihrer Karriere.

Carolina Oeste trat über die 60m-Hürden an und lief dort in einem guten Rennen 9,44s Saisonbestleistung. Im Dreisprung trat Paula Mägel für die TSG an. Mit dem ersten 11m-Sprung (11,13m) seit sechs Jahren konnte sie sich Platz 8 sichern. Anja Benderoth sprang im Weitsprung der Frauen 5,23m.

Die 4x200m-Staffel der Frauen, bestehend aus Jana Gröne, Ellise Meyer, Julia Böhl und Alisa Erofeeva, kam nach einem Wechselfehler leider nicht ins Ziel.



Alisa auf Platz drei mit Saisonbestleistung beim 200m-Lauf

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

Training in den Abteilungen

Abteilung Ballschule

Eltern-Kind-Ballschule ab 1,5 Jahren, Minis 3-4 und 5-6 Jahre

Kontakt: Martin Seiler, ballschule@tsg78-hd.de, 0176-43209929

Trainingsort: Athleticon im TSG 78-Sportpark

Abteilung Hockey

Minis ab 4 Jahre, Jugend U8 und U10; Damen/Herren ab 16 Jahre

Kontakt: hockey@tsg78-hd.de

Trainingsort: Kunstrasenplatz im TSG 78-Sportpark, im Winter SZ Nord und Engliches Institut

Abteilung Inline

Inline Laufschiule, Familienlauf; Inline-Hockey für Kinder, Jugendliche und Erwachsene; Rollkunstlauf für Kinder, Jugendliche und Damen

Kontakt: inline@tsg78-hd.de

Trainingsort: Inline-Arena im TSG 78-Sportpark

Abteilung Karate

Kinder und Jugendliche von 6-14 Jahre; Erwachsene; Jukuren 45+; PowerKickboxKonditions-Training, Bo-Jutsu/Combat Arnis

Kontakt: karate@tsg78-hd.de

Trainingsort: Athleticon und Gymnastikraum im TSG 78-Sportpark

Abteilung Lacrosse

Minis ab 1. Klasse; Jugend ab 5. Klasse; Damenmannschaft; Herrenmannschaft

Kontakt: lacrosse@tsg78-hd.de

Trainingsort: TSG 78-Sportpark

Abteilung Leichtathletik

Kinder und Jugendliche ab U8, Erwachsene und Senioren in verschiedenen Disziplinen; Sportabzeichenvorbereitung

Kontakt: leichtathletik@tsg78-hd.de

Trainingsort: TSG 78-Sportpark, Kraftraum; im Winter Bunsengymn., KFG-Halle, Mönchhofschule, Gymnastikraum

Abteilung Rehasport

Gymnastikgruppen für Neurologie und Orthopädie

Kontakt: Christiane Hedrich, reha@tsg78-hd.de, 0157-81288125

Trainingsort: Athleticon im TSG 78-Sportpark

Seniorenport

Indoor-Fitness 60+	DI 17.00-18.00
--------------------	----------------

Walking-Fitness 60+	MI 10.00-11.00
---------------------	----------------

Outdoor-Fitness 60+	FR 10.30-11.30
---------------------	----------------

Kontakt: TSG-Geschäftsstelle, HD-412819, info@tsg78-hd.de

Trainingsort: TSG 78-Sportpark, Gymnastikraum

Abteilung Ski / Volleyball

Jugend (15-20 J.), Erwachsene Mixed-Mannschaften, Beachvolleyball, Skifreizeit

Kontakt: volleyball@tsg78-hd.de, ski@tsg78-hd.de

Trainingsort: TSG 78-Sportpark, Mönchhofschule, Bunsengymn., Tiefburgschule

Abteilung Tennis

Jugend, Erwachsene und Senioren

Kontakt: tennis@tsg78-hd.de

Trainingsort: TSG 78-Sportpark

Tenniskurse bei der Tennisschule Rainer Becker

Kontakt: info@rainerbecker-tennis.de, 0160-96406612

Tennishalle im TSG 78-Sportpark (Inhaber Turn- und Spielplatzverein)

Kontakt: tennishalle@tsg78-hd.de, 06221-410441

Abteilung Tischtennis

Jugend ab 6 J., Erwachsene

Kontakt: tischtennis@tsg78-hd.de

Trainingsort: Landhausschule

Abteilung Turnen / Fitness & Gesundheit

Eltern-Kind-Turnen ab 1 Jahr, Kinderturnen ab 3 Jahre

Kontakt: Martin Seiler, turnen@tsg78-hd.de, 0176-43209929

Trainingsort: Mönchhofschule

Gerättturnen ab 7 Jahre, Kindertanzen ab 4 Jahre

Kontakt: Eva-Maria Wolf, geraettturnen@tsg78-hd.de

Trainingsort: Mönchhofschule, TSG-Gymnastikraum

Fitness & Gesundheit für Erwachsene

(Functionel Training, fit & gesund, Ausgleichsgymnastik, Yoga, Yoga 50+, Pilates, Qi Gong, Rhythm fit)

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

Trainingsort: Mönchhofschule, TSG-Gymnastikraum, Calisthenics-Anlage im TSG 78-Sportpark

Bouleanlage im TSG 78-Sportpark

Nutzung für alle Mitglieder der TSG 78

Kontakt: TSG-Geschäftsstelle, info@tsg78-hd.de, Tel. 06221-412819

Calisthenics-Anlage im TSG 78-Sportpark

Nutzung für alle aktiven Mitglieder der TSG 78

Kontakt: TSG-Geschäftsstelle, info@tsg78-hd.de, Tel. 06221-412819

Sportstätten

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)

Medaillenregen bei den BW-Hallenmeisterschaften der Masters

EM.- Am 24. Januar 2026 fanden in Sindelfingen die BW-Hallenmeisterschaften der Masters (Altersklassen M/W30 aufwärts) statt, bei denen die TSG zahlreiche Medaillen und Platzierungen abräumte. Allen voran holten sich Anna Schultz-Coulon und Ellise Meyer jeweils einen Doppeltitel in der W30.

Anna Schultz-Coulon (W30) absolvierte mit einem Dreifachstart über 400m, 800m und 1.500m ein beeindruckendes Mammutprogramm und belohnte sich mit Gold über die 800m (2:27,90min), Silber über die 1.500m (5:36,20min) sowie nochmals Gold über die 400m (67,46s).

Ellise Meyer (W30) ging bereits als Titelverteidigerin über die Kurzdistanzen an den Start und zeigte mit 8,03s über 60m und 26,26s über 200m glänzende

Sprintzeiten und sicherte sich damit über beide Strecken mit Respektabstand Gold.

Paula Mägel (W30) holte sich mit super 10,95m im Dreisprung und 5,05m im Weitsprung gleich zweimal die Silbermedaille. Tine Rother (W35) stieß mit 10,94m die Kugel fast auf 11m und holte sich damit den Titel.

Bei den Männern sicherte sich Felix Trogisch (M35) mit 8,90s den Titel über die 60m-Hürden sowie mit 24,66s Bronze über 200m. Sascha Barth (M40) gewann mit sehr guten 2:04,59min die Silbermedaille über 800m. José Prados (M45) holte sich mit einem starken 1.500m-Lauf in 4:44,06min den Vizetitel. In der M85 übersprang Helmut Diehm im Hochsprung 0,92m und wurde damit ebenfalls Zweiter.



Dreispringerin Paula Mägel, Kugelstoßerin Tine Rother, Sprinterin Ellise Meyer sowie Coach Marius Binder

Bronze für die 4x200m-Staffel bei den Süddeutschen Hallenmeisterschaften

MB/EM.- Am 7. Februar 2026 gewann unsere 4x200m-Staffel der Frauen bei den Süddeutschen Meisterschaften in Frankfurt-Kalbach sensationell die Bronzemedaille.

Los ging es am Samstag für die TSG-Frauen erst einmal mit den 60m. Alisa Eröfeeva (7,90s), Ellise Meyer (8,05s), Jana Gröne (7,85s) und Chaya-Shirin Hörner (8,08s) konnten in den Vorläufen alle mit guten Zeiten überzeugen. Chaya konnte sich zudem über eine persönliche Bestleistung freuen.

Am Abend standen dann die 4x200m-Staffelwettbewerbe an. In einem überragenden Rennen und einer tollen Teamleistung gewannen Jana, Ellise, Chaya und Alisa ihren Zeitlauf in blitzschnellen 1:42,66min, womit sie sich am Ende den Bronzerang sicherten.

Der Sonntag startete traditionell früh mit den 60m-Hürden. Carolina Oeste lief im Vorlauf gute 9,42s. Anja Benderoth

konnte im Weitsprung mit 5,37m ihren besten Wettkampf dieser Hallensaison zeigen und scheiterte damit nur knapp am Endkampf.

Ellise, Chaya und Jana konnten sich neben den 60m auch für die 200m qualifizieren. Trotz der 60m und der Staffel vom Vortag in den Beinen konnten alle drei sehr gute Leistungen zeigen. Ellise musste auf der schwierig zu laufenden Innenbahn starten und lief 26,52s. Alisa, im selben Lauf wie Ellise, überzeugte auf Bahn 2 ebenfalls und lief mit 25,41s Saisonbestleistung. Jana konnte sich mit 25,18s für den Endlauf qualifizieren. Dort belegte sie nach einem harten Wettkampfprogramm mit 25,42s einen sehr guten 6. Platz.

Bei den Männern liefen Felix Trogisch, Luca Grau, Florian Kalb und Paul Heller mit 3:37,00min über die 4x400m auf den Rang 6 – ein schöner Abschluss für ein insgesamt überaus erfolgreiches Wochenende für die TSG.

A young girl with her hair in a bun, wearing a yellow patterned dress, stands with her arms crossed. Behind her are large, colorful butterfly wings in shades of blue, pink, and yellow.

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

Mit einer Patenschaft
Mädchenrechte stärken.

Werden Sie Patin!
plan.de



PLAN
INTERNATIONAL

Gibt Kindern eine Chance

Felix from Hero to Zero

FT.-Erstmals über drei Tage, fanden am ersten Märzwochenende die Deutschen Meisterschaften indoor der Masters in Düsseldorf statt. Den Anfang aus TSG-Sicht machten am Freitagabend unsere Mittelstreckler. José Prados holte in der M45 mit persönlicher Bestleistung von 2:11,05min über 800m die Bronzemedaille. Sascha Barth wurde in der M40 in einem schnellen Rennen mit hartem Finish starker 4. (2:05,65min). Am nächsten wurde er auch über die 400 m 4. (54,40). Christine Rother holte währenddessen bei fröhlichem Wetter im parallel ausgetragenen Winterwurf den ersten Deutschen Meistertitel im Speerwurf der W35: In einem überragenden Wettkampf packte die zum richtigen Zeitpunkt einen super Wurf aus und holt sich mit 34,04m im Speerwurf

eine neue PB und die Goldmedaille. Im Kugelstoßen holt sie sich mit 10,91m am Sonntag zudem noch die Silbermedaille. Auch Felix Trogisch (M35) darf sich Deutscher Meister nennen: In einem der spannendsten Wettkämpfe des Wochenendes sicherte er sich über die 400 m erst Millimeter vor der Ziellinie die Führung, nachdem er zeitweise 15 m Rückstand gehabt hatte. Leider kostete ihn das so viel Kraft, dass er sich am nächsten Tag nicht nur zahlreiche technische Fehler über die 60 m Hürden erlaubte (3. Platz), sondern sich sogar über 200 m verletzte. Nach ca. 130 m erlitt er einen Muskelfaserriss, der die Teilnahme bei den Europameisterschaften gut drei Wochen später in weite Ferne rücken ließ.



Felix beim 400m-Zieleinlauf – Quelle: Lars van Dijk

Felix erneut Vize-Europameister

FT.- Nur drei Wochen nach seinem bei der DM erlittenen Muskelfaserriss im Hamstring machte sich Felix auf den Weg zu den Europameisterschaften der Masters im polnischen Toruń. Nachdem zuletzt vor allem Rehamaßnahmen und Koordination auf dem Programm gestanden hatten, packte Felix in den dortigen Trainingseinheiten erstmals seit der DM wieder die Spikes aus. Nach guten Trainingseindrücken und grünem Licht des verbandseigenen Physios stand einem Start außer der unsicheren Form nichts mehr im Wege. Um den Muskel aber nicht zu sehr zu belasten, ging Felix in Risiko und bestritt die 60 m Hürden aus dem Hochstart – ohne die Prozedur mit Aufstellung und Kommando im

Wettkampf getestet zu haben. Prompt gab es auch einen Fehlstart – allerdings aus technischen Gründen, da es ein Störgeräusch gab, das die Athleten verwirrte. Der zweite Versuch klappte und tatsächlich fehlte Felix die nötige Stabilität um bis zur ersten Hürde voll zu beschleunigen – dennoch lief er mit 8,74s Saisonbestzeit und wurde 5., nur dreieinhalb Wochen nach seiner Verletzung. Am abschließenden Tag wurde Felix sogar in das Team der deutschen 4x200m-Mixed-Staffel nominiert und sicherte als Schlussläufer die Silbermedaille. Zusammen mit Carolin Strophff (Dortmund), Elisa Schön (Passau) und Martin Gaim (Zwiesel) konnte er sich so noch über eine tolle Leistung freuen.



Felix beim Silber-Zieleinlauf – Quelle: SNAPIK / CC by 4.0



Felix mit seiner Silberstaffel – Quelle: Kai Peters

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

Eine geniale Leistung von Luk (M15) bei den Süddeutschen Hallenmeisterschaften

CH.- Mit dem Hallensportfest der MTG Mannheim für die Jugend U18 und älter wurde am 11.1.2026 kurz nach den Weihnachtsferien die Hallensaison eröffnet und die Jugendtrainerin kam auf die etwas verrückte Idee, Luk Werner (M15/U16) über 60m-Hürden in der U18 „hoch“-starten zu lassen. „Das sind doch ganz neue Abstände und Höhen“, meinte er etwas zögernd. „Einfach mal ausprobieren und dann sehen wir weiter“ war die Antwort. Gleich der erste Versuch

auf der teilweise noch mit Schneeresten bedeckten Heidelberger Laufbahn war überzeugend, was sich im darauffolgenden Wettkampf mit einer Zeit von 9,49s voll bestätigte. Luk qualifizierte sich für die BW-Finals in Karlsruhe und steigerte sich dort auf 9,02s, womit er sich auch noch die Teilnahme an den Süddeutschen Meisterschaften am 08. Februar in Frankfurt sicherte. Dort lief Luk im Vorlauf erneut PB mit 8,97s (!) und erreichte das B-Finale – BRAVO!

Unsere LA-Jugend U18 bei den BW-Finals

CH.- Mit Benjamin Seiterle, Johannes Edinger, Maximilian Mnich, Antonia Kölle, Maxi Stieber, Meret Treiber sowie Luk Werner und Luna Hekker (beide noch U16) hatten acht unserer Nachwuchsathleten*innen die erforderlichen Qualifikationsnormen für eine Teilnahme an den BW-Hallenmeisterschaften erfüllt. Diese fanden am 31.1.-1.2.2026 in der Europahalle in Karlsruhe statt.

Nicht so erfreulich waren die krankheitsbedingten Absagen. Ohne Meret und Johannes platzten unsere beiden vielversprechenden Staffeln. Jonathan Wacke hatte zwar vom Vorjahr noch die Qualifikationen für die Hürden, Dreisprung – auch im Weitsprung war er bereits ganz nahe dran – verletzte sich jedoch Anfang Januar und musste nun leider passiv die Hallensaison vorbeiziehen lassen.

Bereits am Samstagmorgen standen Luna und Max fit am Start und überzeigten über 1.500m, Luna mit einer Zeit von 5:29,81min und Max – er war mit Jahresbeginn in die Mittel- und Langstreckengruppe gewechselt – von 4:36,92min. Es folgten die 60m-Läufe.

Luk präsentierte eine gute Zeit von 7,70s und Benjamin, dessen Rücken seit kurzem bei Belastung immer wieder mal rebellierte, blieb mit 7,76s knapp über seiner PB von 7,64s.

Am Sonntag waren die 60m-Hürdenläufe angesagt. Auch hier beeindruckte der noch nicht ganz 15-jährige Luk, jetzt mit neuer PB von 9,02s und damit der Qualifikation für die Süddeutschen Meisterschaften der U18! Auch Antonia setzte mit einer Zeit unter 10 Sekunden ein neues Zeichen. Nicht so gut lief es diesmal für Maxi. Obwohl die Trainingsbedingungen nicht gerade ideal waren, wagten sich unsere Mädels auch noch an den Dreisprung, einer sehr anspruchsvollen Disziplin. Und es lohnte sich! Antonia verfehlte mit 10,25m und neuer persönlicher Bestweite nur um 5cm die Qualifikation zu den Süddeutschen. Maxi konnte sich mit 10,10m noch nicht ganz an ihre PB (10,39m) vom letzten Jahr herantasten. Zu guter Letzt aber waren beide mit ihren Platzierungen ganz zufrieden, Antonia auf der „6“ und Maxi auf der „7“.



Luna (fünfte von rechts) meistert souverän die 1.500m-Strecke



Antonia (links) und Maxi (rechts) freuen sich über ihren Erfolg im Dreisprung.

Eric (M14) – Badischer Meister

Luna (W15) – Badische Vizemeisterin

EM.- Am 14./15.2.2026 fanden die BLV-Jugendhallenmeisterschaften in Mannheim statt. Dort konnten wir drei Meistertitel sowie einen Vizetitel abräumen.

Für gleich zweimal Gold sorgte Alisa Erofeeva in der WU20. Über 60m stellte Alisa nach einem bereits sehr starken Vorlauf (7,82s) im Finale dann ihre PB von 7,80s ein. Über 200m sprintete sie so schnell wie noch nie und gewann in 25,06s Sekunden deutlich vor der Konkurrenz.

CH.- Da diese Meisterschaften in die Schulferien fielen und sich einige unserer Athleten*innen bereits in den verschneiten Bergen sportlich betätigten oder auch

anderswo ihre freien Tage verbrachten, waren diesmal nur Luna Hekker, Eric Prados und David Gutschalk in der U16 sowie Maxi Stieber, Meret Treiber und Benjamin Seiterle in der U18 am Start.

U16-Luna präsentierte einen souveränen 800m-Lauf mit neuer PB in 2:30,89min und holte sich den Vizemeistertitel. Als sie dann auf dem Treppchen stand und strahlend ihre Urkunde empfang, war schnell vergessen, dass der 60m-Hürdenlauf diesmal nicht so gut gelungen war. Auch Eric überzeugte mit einem grandiosen 800m-Lauf und konnte zum wiederholten Male seine Bestzeit toppen, diesmal auf 2:18,43min (!) – damit hatte er den Badischen Meistertitel gesichert. Etwas Pech hatte leider unser ebenso



Alisa Erofeeva, Badische Meisterin über 60m und 200m

vielversprechender 800m-Läufer David Gutschalk. Er berührte während des Laufes kurz die Grenzmarkierung zum Innenraum und wurde disqualifiziert.

U18 - Meret konnte die erforderlichen Qualifikationsnormen für 60m, 60m-Hürden und Weitsprung vorweisen. Nach wenig Training, meist verletzungs- und krankheitsbedingt, blieb sie insbesondere im Weitsprung (BLV-Hallenmeisterin 2025 mit 5,20m) diesmal doch einiges unter ihren gewohnten Leistungen. Nach anfänglichen Proble-

men mit der Umstellung auf die neuen der U18 angepassten Abstände, waren diesmal die Hürdenläufe sowohl von Meret wie auch von Maxi sehr gelungen. Maxi rückte sogar ins Finale vor. Auch im darauffolgenden Dreisprung näherte sie sich zunehmend an ihre Bestleistung von 10,39m. Wegen wieder auftretender Rückenschmerzen verzichtete Benjamin auf den 200m-Lauf und beschränkte sich auf die 60m. Mit 7,76s konnte er aber seiner PB von 7,64s diesmal nicht ganz gerecht werden.



Eric (M14) hat sein Ziel erreicht: Neue Bestzeit über 800m (2:18,43min) und den Meistertitel!



Die Titelträgerinnen der W15: Unsere Luna, Vizemeisterin und rechts neben ihr die badische Meisterin vom USC Freiburg



Ein schöner Dreisprung von Maxi (W16)



Die erfolgreichen Dreisprungmädeln aus der U18 gratulieren sich gegenseitig nach der Siegerehrung (Maxi, 2. von rechts)

Medaillen und neue Bestleistungen für unsere Nachwuchsathleten*innen

CH.- Die Hallensaison neigte sich dem Ende zu und unsere Jugend aus der U16 und U14 suchte bei den Hallenwettkämpfen der MTG Mannheim nochmals die Herausforderung. Bei großer Teilnehmerzahl, auch über die badischen Grenzen hinaus, wurden beachtliche Leistungen geboten.

22.02.2026 - Mit einer genialen Zeit von 8,84s über 60m-Hürden sicherte sich Luk (M15) auch diesmal wieder souverän den Sieg. Fabio, obwohl mit etwas Problemen am Start, überzeugte mit PB von 10,04s.

In der W12 holte sich Katharina Barfeld mit starken 8,79s über 60m die

Silbermedaille – und das bei 54 Teilnehmerinnen! Für ihre Zeit von 10,79s über 60m-Hürden durfte sie sich auch noch einer Bronzemedaille erfreuen. Auch Gioia Nuding stellte mit 11,02s ihr Talent im Hürdenlauf bereits voll unter Beweis (Platz 7 v. 41 Teilnehmerinnen). Clara Schmidt erreichte gleich zweimal PB über 60m, einmal mit und einmal ohne Hürden.

Unsere beiden sehr wettkampffreudigen Mädels aus der W13, Ebba Hauck und Romy Otto, waren erst am Vorabend vom Skiurlaub zurückgekehrt. Dennoch standen sie bereits früh morgens, wenn auch noch etwas verschlafen und mit müden Beinen, am Start. Und so waren



Antonius sichtlich zufrieden: Nach Gold für den Kugelstoß, Silber für den Hürdenlauf nun auch noch der Sieg im Weitsprung

diesmal auch die Ergebnisse nicht so berauschend wie gewohnt. Das nächste Mal dann wieder mit voller Power!

15.03.2026 - Förnlich über seine Grenzen hinaus wuchs diesmal Antonius Pieterse (M13). Mit einem Weitsprung von 4,99m und einem Kugelstoß von 9,89m war er nicht zu überbieten. Über 60m-Hürden verbesserte er mit 9,92s (!) seine erst drei Wochen zuvor erreichte PB von 10,53s erneut. Für eine dritte Medaille in Gold fehlten gerade 2 hundertstel Sekunden. Auch Elias Quidenus konnte sich mit starken Leistungen in gleich drei Disziplinen (Weitsprung mit 4,04m, 60m mit 9,20s und ganz besonders über 60m-Hürden mit 11,06s) verbessern. Sich erstmals an das Kugelstoßen wagend überzeugte er mit einer guten Weite von 7,74m.

Gleich dreimal Edelmetall in Bronze ging an Katharina Barfeld (W12). Sie sprang 4,45m weit, meisterte die 60m-Hürdenstrecke in 10,68s und stieß die Kugel auf 6,35m. Gioia Nuding konnte sich mit 9,32s über 60m verbessern und Clara Schmidt demonstrierte einen schönen Weitsprung mit 3,91m.

Von unseren W13-Mädels beeindruckte diesmal ganz besonders Mira Nigrelli mit drei persönlichen Bestleistungen. Sie sprang 4,18m weit, lief die 60m in 9,07s und die 60m-Hürdenstrecke in 11,11s. Ebba stieß die Kugel auf 7,15m und sicherte sich die Bronzemedaille. Auch über 800m, nicht gerade ihrer Lieblingsdisziplin, kämpfte sie sich tapfer bis ins Ziel und erreichte eine gute Zeit von 2:53min. Romy Otto sprang erstmals 4,14m weit und markierte mit 2:57min PB auf 800m.

Einfach mal die eindrucksvolle LA-Halle in Frankfurt genießen...

CH.- Am 1.3.2026 früh morgens ging es mit sechs Athleten*innen aus der U18 (Maxi Stieber, Meret Treiber, Valerie Liechti, Fabio Münscher, Luis Cadavid und Nikolaus Mahnkopp) nach Frankfurt zu den offenen Kreismeisterschaften der Hochtaunus Region. Für Luis und Nikolaus war es nach längerer Abstinenz ein Wiedereinstieg ins Wettkampfgeschehen. Die Erfolge sprachen für sich und sorgten für einen ordentlichen Motivationsschub.

Über 60m qualifizierte sich Nikolaus für das A-Finale und steigerte sich dann auf 7,69s. Im Weitsprung verfehlte er

mit 5,41m knapp eine Medaille. Diese in Bronze holte sich Luis mit 5,54m. Fabio (noch U16, er startete hoch) sprang PB mit 5,21m.

Nicht so berauschend waren die Weitsprünge unserer Mädels. Nichts anbrennen aber ließen sie dann bei den 60m-Hürdenläufen. Maxi holte sich mit 9,61s souverän den Sieg vor Meret (Platz 2 mit 9,73s). Die Dritte im Bunde war schließlich Valerie. Sie holte sich die Bronzemedaille. Im 60m-Sprint sicherte sich Meret den Finallauf, den sie mit einer starken Zeit von 8,43s beendete.



Ein Medaillenplatz für Luis (r.) im Weitsprung



Unsere erfolgreichen Hürdenläuferinnen: Maxi auf Platz 1, Meret auf Platz 2 und Valerie auf Platz 3



Ein spannendes A-Finale für Nikolaus (4.v.r.)

Sportabzeichen-Termine 2026

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

Walking: ab ca. 10:30 Uhr nach den
Leichtathletikübungen
10.10.2026 – 10:30 Uhr

Leichtathletik: 9:00 Uhr anmelden und
aufwärmen

09.05.2026 – 09:30 Uhr

13.06.2026 – 09:30 Uhr

18.07.2026 – 09:30 Uhr

19.09.2026 – 09:30 Uhr

10.10.2026 – 09:30 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**

KINDER LEIDEN AM MEISTEN!

Nothilfe Ukraine

**„BITTE SPENDEN
SIE JETZT!“**

www.plan.de/spenden-fuer-ukraine

**PLAN
INTERNATIONAL**

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: **07.07.2026**
Auflage z.Zt. 1100 Stück



Frühling - Raus auf dem Haus, raus aus den Schuhen - es ist Barfuß-Zeit

Jetzt ist er endlich da, der Frühling. Die warme Jahreszeit lockt aus dem Haus, wirkt auf Körper, Geist und Seele befreiend und belebend. Es ist T-Shirt-Zeit, evt. können auch schon kurze Hosen rausgeholt werden. Wir werden aktiver, sind vermehrt an der frischen Luft. Nur ein Körperteil profitiert meist nicht von der Frühlingsfrische und bekommt

nichts mit von den farbenfrohen Blumen und Blüten: Unsere FÜßE. Diese bleiben meist weiterhin in Schuhen eingesperrt. Und das ist sehr schade, nicht nur für die Füße, sondern für den ganzen Organismus. Ich möchte Sie, liebe Leser, hier ermutigen, Ihre Füße ebenso zu befreien, und Ihnen ans Herz legen, immer wieder mal BARFUß zu laufen!



Es ist nicht nur gesund, in weichem Gras zu laufen, es ist ein herrliches Gefühl. Unser Körperbewusstsein wird durch die neuen Reize um einige Quadratzentimeter (nämlich die Größe unserer Fußfläche) erweitert. Fußreflexzonenmassage ist auch inbegriffen.

Selbstverständlich ohne Verletzungsgefahr, also abseits von spitzen, scharfkantigen Steinen o.ä.; Gras eignet sich hervorragend für den Anfang.

Doch warum ist es denn so gesund, sich mit nackten Füßen zu bewegen? Die Gründe sind vielschichtig. Eines liegt in der Anatomie unserer Füße:

Ein Fuß besteht aus rund 26 Knochen und ca. 33 Gelenken. Über 30 Muskeln sind an der Fußstabilität und Funktionalität beteiligt, 20 davon befinden sich direkt am Fußskelett, die anderen laufen vom Unterschenkel kommend an die Fußknochen. Diese Muskeln sollten das Fußskelett bewegen und stabilisieren, wenn, ja wenn sie dazu animiert werden. Und genau dies geschieht zu wenig, wenn die Füße in Schuhen stecken.

Denn dort befinden sie sich in einem passiven Zustand, die Muskulatur kann zu wenig Ihre Arbeit des Bewegens und Stabilisierens verrichten. Platt-, Senk-, Knickfuß, Hallux Valgus – all diese Fußfehlstellungen sind zum größten Teil die Folge eines unnatürlichen Umgangs mit unseren Füßen. Und das Übel macht nicht an den Füßen Halt. Ein Knickfuß (pes valgus) zieht meist auch ein X-Stellung der Knie (genu valgum) mit sich, die wiederum negative Folgen für die Hüftgelenke und weiterführend auf die Wirbelsäule haben kann.

Also, raus aus den Schuhen und rauf aufs Gras. Befreien Sie Ihre Füße, lassen Sie sie mal so richtig laufen! Unsere Füße tragen uns wortwörtlich durchs Leben – wir sollten Ihnen dankbarer sein!

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.



Skifreizeit im Kleinwalsertal



Mit 45 Kindern und Jugendlichen, viel Schnee und damit guten Bedingungen, war die Skifreizeit vom 14. bis 21. Feb-

ruar 2026 wieder ein voller Erfolg. Allen Teilnehmer*innen hat es gut gefallen.



EISENWAREN SCHAD

69115 Heidelberg
Bergheimer Str. 101
Tel. 06221/22341

Die Hallensaison des Getümmels ist beendet

In den ersten drei Monaten des Jahres 2026 standen eine ganze Reihe an Spielen an, darunter leider auch einige Nachholspieltage für die Runde 2025/2026. Anstatt nun mit einer endlosen Liste der Namen der Mannschaften,

gegen die wir unentschieden gespielt, gewonnenen oder verlorenen haben, zu langweilen, lassen wir den folgenden Chatverlauf im Anschluss an den vorletzten Spieltag (Nachholspieltag gegen die Big Blocker) für sich sprechen:



Das Getümmel nach dem siegreichen Spiel gegen die Big Blocker (oben: Jafaar, Basti, Hundo, Sinan; unten: Sara, Annette, Katja)

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**

koinegg
IT-Systemhaus

**Ihr Ansprechpartner
für alles rund um IT
in Heidelberg.**

IT-Systeme und -betreuung
für Selbstständige, Unter-
nehmen 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

Abteilungsversammlung am 4.3.2026

Die Abteilungsversammlung der Tennisabteilung bot auch in diesem Jahr die Gelegenheit, gemeinsam auf ein ereignisreiches Jahr zurückzublicken und den Blick nach vorne zu richten. In angenehmer Atmosphäre wurde deutlich: Die Abteilung lebt vom Engagement ihrer Mitglieder und der Freude am Tennissport.

Das vergangene Jahr war geprägt von zahlreichen Aktivitäten auf und neben dem Platz. Besonders hervorzuheben sind die gelungene Saisoneroöffnung, das Sommerfest gemeinsam mit dem Hauptverein sowie ein engagiert organisiertes Jugendcamp, das großen Anklang fand.

Auch die Clubmeisterschaften erfreuten sich mit einer hohen Teilnehmerzahl großer Beliebtheit und bildeten einmal mehr einen sportlichen Höhepunkt der Saison. Der Finaltag im Rahmen des Saisonabschlusses bot spannende Matches und einen gelungenen gemeinsamen Ausklang.

Die Tennisabteilung zeigte auch sportlich eine starke Präsenz. Zahlreiche Mannschaften waren im Einsatz und mit mehreren LK-Turnieren auf der eigenen Anlage, konnte das Turnierangebot weiter ausgebaut werden.

Auch für die kommende Saison sind wieder verschiedene Turnierformate

geplant – darunter weitere LK-Turniere, Vereinsmeisterschaften sowie Mannschaftswettbewerbe. Ziel bleibt es, sowohl ambitionierten Spielerinnen und Spielern als auch Breitensportlern attraktive Angebote zu machen.

Ein besonderes Augenmerk liegt weiterhin auf der Jugendarbeit. Mit rund 100 jugendlichen Mitgliedern ist die Nachwuchsarbeit ein wichtiger Bestandteil der Abteilung. Neben Trainingsangeboten und Mannschaftsspielen sorgen Aktionen wie das Tennis-Sportabzeichen oder gemeinsame Freizeitaktivitäten für Motivation und Zusammenhalt.

Auch rund um die Anlage wurde viel bewegt. Durch verschiedene Maßnahmen und Arbeitseinsätze konnte die Infrastruktur weiter gepflegt und verbessert werden. Für die Zukunft stehen weitere kleinere Maßnahmen an, um die Anlage attraktiv zu halten.

Mit Vorfreude blickt die Tennisabteilung auf die kommende Saison: Die Saisoneroöffnung im April, zahlreiche Turniere sowie gemeinsame Veranstaltungen bieten wieder viele Gelegenheiten für Sport, Begegnung und Vereinsleben. Die Abteilungsleitung bedankt sich herzlich bei allen Mitgliedern für ihren Einsatz und freut sich auf ein weiteres sportliches und gemeinschaftliches Jahr 2026.

Erster Arbeitseinsatz am 28. März 2026

Trotz eisiger Temperaturen an diesem Samstag, ließen sich zahlreiche engagierte Helferinnen und Helfer nicht davon abhalten, gemeinsam anzupacken und die Anlage fit für die kommende Saison zu machen.

Mit viel Einsatz und guter Laune wurden die Plätze vorbereitet, die gesamte Anlage gründlich gereinigt und an vielen Stellen Hand angelegt. Ob Platzpflege, Aufräumarbeiten oder Grundreinigung – es blieb kaum ein Winkel unberührt. Das Ergebnis kann sich sehen lassen: Die Tennisanlage präsentiert sich bestens vorbereitet für den Start in die neue Saison.

Neben der Arbeit kam auch das Miteinander nicht zu kurz. Für das leibliche Wohl war mit leckeren Kuchen und kleinen Stärkungen gesorgt, sodass auch Zeit für Gespräche und gemeinsames Lachen blieb – ganz im Sinne eines lebendigen Vereinslebens.

Ein herzliches Dankeschön an alle, die sich die Zeit genommen und mit angepackt haben. Ohne dieses Engagement wäre ein so gelungener Start in die Saison nicht möglich. Die Tennisabteilung freut sich nun auf eine erfolgreiche und sportlich abwechslungsreiche Saison 2026 – die Plätze sind bereit!



Viele engagierte Helferinnen und Helfer waren beim ersten Arbeitseinsatz zugange

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

Martin Seiler, turnen@tsg78-hd.de, 0176-43209929

Gerätturnen, Kindertanz:

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

Fitness & Gesundheit (Erwachsene):

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

Erhöhung der Abteilungsbeiträge ab 2027

In der Mitgliederversammlung am 26.3.2026 wurde die Erhöhung der Abteilungsbeiträge für Turnen/Fitness & Gesundheit beschlossen. Der Vorstand hatte die Erhöhung vorgeschlagen, da das Jahresdefizit 2025 der Abteilung Turnen / Fitness & Gesundheit bei 24.923,73 Euro liegt. Den Einnahmen aus Mitgliedsbeiträgen in Höhe von rund 24.700 Euro stehen Ausgaben für Personal in Höhe von rund 27.000 Euro und Ausgaben für Übungsleiter in Höhe von rund 31.000 Euro gegenüber. Nach einer Diskussion und weiteren Erklärungen wurden folgende Beiträge ab 2027 mehrheitlich beschlossen:

Kinder bis 6 Jahre: Erhöhung um 2,- / Monat = 24,- / Jahr

Neuer Jahresbeitrag ab 2027: HV 66,- + TU 72,- = Gesamt 138,- Euro

Ermäßigte ab 7 Jahre: Erhöhung um 2,50 / Monat = 30,- / Jahr

Neuer Jahresbeitrag ab 2027: HV 66,- + TU 84,- = Gesamt 150,- Euro

Erwachsene: Erhöhung 3,- / Monat = 36,- / Jahr

Neuer Jahresbeitrag ab 2027: HV 120,- + TU 102,- = Gesamt 222,- Euro

Familien (Erw.+Kind oder 2 Erw. +Kinder oder 3 Kinder): Erhöhung 4,50 / Monat = 54,- / Jahr

Neuer Jahresbeitrag ab 2027: HV 162,- + TU 150,- = Gesamt 312,- Euro

Sollte dies bei Mitgliedern oder Familien zu finanziellen Problemen führen, möchten wir auf folgende Möglichkeiten nochmals hinweisen:

Inhaber*innen vom Heidelberg-Pass oder Heidelberg-Pass+ können Zuschüsse zum Mitgliedsbeitrag beantragen. Infos dazu bei der Stadt HD unter 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.

Gerätturnerinnen in Aktion

Die Gerätturnabteilung blickt auf eine aktive und engagierte Zeit zurück. In unseren Gerätturngruppen wird nach den Osterferien wieder fleißig für verschiedene Auftritte geübt, bei denen die Turnerinnen ihr Können präsentieren möchten. Mit viel Motivation, Teamgeist und Freude am Sport bereiten sich die Kinder auf die kommenden Veranstaltungen vor.

Ein Highlight der vergangenen Wochen war unser Gerätturncamp in den Osterferien. Insgesamt 15 Turnerinnen nahmen daran teil und erlebten zwei intensive, sportliche und zugleich sehr schöne Tage rund um das Gerätturnen. Neben dem fleißigen Trainieren standen auch Gemeinschaft und Spaß im Mittelpunkt. Ein herzliches Dankeschön gilt unseren engagierten Trainer*innen ohne deren Einsatz ein solches Angebot nicht möglich wäre.

Ein weiteres Highlight wird das Sommerfest unseres Vereins am 26. Juli 2026, bei dem unsere Gerätturngruppen um ca. 12.30 Uhr auftreten werden. Die Zuschauerinnen und Zuschauer dürfen sich auf abwechslungsreiche Darbietungen freuen, die die intensive Trainingsarbeit der Kinder widerspiegeln.

Unsere Gruppen zeigen sich weiterhin sehr beständig. Die Trainingsstunden sind gut besucht und die Kinder trainieren mit großem Eifer. Diese Stabilität bringt jedoch auch Herausforderungen mit sich. Da nur wenige Plätze frei werden, können derzeit nur vereinzelt neue Turnerinnen aufgenommen werden. Entsprechend lang ist unsere Warteliste, die aktuell rund 80 Kinder umfasst. Wir bitten hierfür um Verständnis und arbeiten daran, langfristig mehr Kapazitäten zu schaffen.



15 Turnerinnen hatten zwei intensive, aber schöne Tage beim Ferien-Turncamp am 1.-2. April 2026

Wo sind die Tanzkinder ab 7 Jahren?

Ein wichtiger Bestandteil unserer Abteilung ist außerdem das Kindertanzen. Besonders unsere jüngeren Tänzer*innen sind mit großer Begeisterung dabei. In der KiTanz Gruppe 1 im Alter von vier bis sechs Jahren sind alle Plätze belegt. Anders sieht es in der KiTanz Gruppe 2 ab sieben Jahren aus. Hier haben wir aktuell noch viele freie Plätze und würden uns sehr über neue, tanzbegeisterte Kinder freuen. Die Gruppe bietet eine tolle Möglichkeit, sich kreativ zur Musik zu bewegen, das Rhythmusgefühl zu

entwickeln und Teil einer lebendigen Gemeinschaft zu sein.

Daher unsere Frage: Wo sind die Tanzkinder ab 7 Jahren?

Wir laden alle interessierten Kinder herzlich ein, bei uns vorbeizuschauen und mitzumachen. Bei Interesse oder Fragen meldet euch gerne per E-Mail unter geraeturnen@tsg78-hd.de.

Wir freuen uns auf viele neue Gesichter und eine weiterhin erfolgreiche und bewegte Zeit!

Mit vielen neuen Kursangeboten für Erwachsene ins Frühjahr

Frühlingszeit ist Aktiv-Zeit: Die wiedererwachte Natur das frische Grün, die Blumen, Blüten und die Sonne wecken einfach neue Energien. Diese können gleich in unseren neuen Kursen umgesetzt werden. Es warten Pilates für Beginner und Fortgeschrittene, Yoga 50+, Rhythm fit (Fitness mit Musik)

sowie Qi Gong auf Sie. Im April sind einige neue Bewegungsangebote im Kursformat gestartet. Nachmeldungen sind möglich, sofern noch freie Plätze verfügbar sind. Alle Infos und Anmeldung gibt es auf unsere Webseite bei der Abteilung Turnen / Fitness & Gesundheit unter „News & Termine“.



Yoga 50+ mit Hadije ist eines unserer Frühlings-Angebote



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

Functionel Fitness ab sofort wieder outdoor

Unsere Functional Fitness-Gruppen trainieren ab sofort (außer bei Regen) wieder im Freien an unserer Calisthenics-Anlage. Sie freuen sich immer über neue Mitkämpfer*innen

gegen die Schwerkraft. Montags von 20.00-21.00 Uhr und/oder mittwochs von 18.30-19.30 Uhr. Treffpunkt am Gymnastikraum.



„Together we are strong“ - Unsere FT-Gruppen arbeiten zweimal die Woche für einen ordentlichen Muskelkater und haben dabei auch noch Spaß - wie man sieht...

Sport im Park 2026 - erneut mit TSG 78 - Beteiligung

Das städtische Projekt „Sport im Park“ geht in die 6. Runde. Infos dazu im vorderen Teil dieser Rundschau. Die Abteilung Turnen / Fitness & Gesundheit bietet folgenden Sportkurs an:

Dynamisches Yoga

montags von 19.15-20.15 Uhr in der Grünanlage am Römerbad (Ecke Jahnstr./ Berliner Str.) mit Hadije

Interessierte sind jederzeit willkommen!

**Kommt
vorbei!**



TSG 78



SOMMERFEST

für alle Mitglieder, deren
Familien und Freunde



**SONNTAG, 26. JULI 2026
11-17 UHR**



- Essen, Getränke, Kaffee & Kuchen
- Band "Schriesheimer Stadtorchester"
- ab 11.30 Uhr Ehrungen + Aufführungen
- ab 13 Uhr Mitmachstationen + Hüpfburg
- ab 16 Uhr Roller-Disco



TSG 78



Heidelberg

TSG 78 Sportpark - Tiergartenstr. 9-11
69120 Heidelberg - www.tsg78-hd.de



**Kostenlose
Nachhilfe**
mit ubiMaster

Für alle
mit einem
Zukunfts-
konto

**Hol dir jetzt unkomplizierte
Lernunterstützung direkt
nach Hause – an sieben Tagen
die Woche.**

Mit ubiMaster bekommst du Nachhilfe
für alle Schulformen in Mathe, Physik,
Deutsch, Englisch und Chemie.
Qualifizierte Lehrkräfte begleiten dich
per Chat und Video.



Jetzt anmelden!



www.sparkasse-heidelberg.de/ubimaster



Sparkasse
Heidelberg