



TSV Riederich 1897 e.V.  
Turnen und Leichtathletik

# Jahresbericht 2017

---



**Turnen**



**Leichtathletik**



**Gesund & Fit**

## Inhalt

I.	Bericht des Abteilungsleiters	2
II.	Bericht des Schriftführers	4
III.	Bericht der Sparte Turnen	5
IV.	Bericht der Sparte Leichtathletik	24
V.	Bericht der Sparte Gesund und Fit	36

## **I. Bericht des Abteilungsleiters**

### **1. Mitgliederzahlen**

Die Abteilung Turnen und Leichtathletik (TuL) zählte am 31.12.2017 811 Mitglieder, davon sind 544 weiblich und 267 männlich. 499 Mitglieder sind über 18 Jahre, 312 sind Kinder und Jugendliche.

### **2. Sportliche Angebote**

Das Angebot der Abteilung ist in erster Linie auf die klassischen Sportarten Turnen und Leichtathletik ausgerichtet. Diese Übungsstunden werden besonders von Kindern und Jugendlichen besucht. Für gesundheitssportliche Angebote interessieren sich vornehmlich erwachsene Mitglieder und Kursteilnehmer.

Insgesamt arbeiten 46 ehrenamtliche Übungsleiter und Assistenten für die Abteilung und sind für die regelmäßigen Trainings- und Kursangebote verantwortlich. Sie nehmen auch regelmäßig an Ausbildungs- und Fortbildungslehrgängen teil.

Vier unserer jugendlichen Trainerassistenten haben im Jahr 2017 eine WLSB-Lizenz erhalten. Damit erhöht sich die Zahl der lizenzierten Übungsleiter auf 20.

### **3. Abteilungsinterne Termine**

Der Abteilungsausschuss, dem 14 Mitglieder angehören, traf sich zu drei Sitzungen. Vertreter unserer Abteilung nahmen auch an mehreren Sitzungen des TSV-Gesamtausschusses teil und wirkten an Arbeitsdiensten im Alfred-Barner-Stadion sowie rund ums Vereinsheim mit.

Die abteilungsinterne Mitgliederversammlung wurde am 30. März in der Sportgaststätte abgehalten.

### **4. Beschaffungen**

Das bisher größte finanzielle Abteilungsprojekt war die Erneuerung des Kraftraums in der Gutenberghalle. Für die neubeschafften Geräte wurden ca. 12.500 Euro aufgewendet. Der Württembergische Landessportbund (WLSB) bezuschusste die Anschaffungen mit 30 %.

## 5. Gesellschaftliche und sportliche Veranstaltungen

Die Abteilung hatte neben den internen Wettkämpfen und kameradschaftlichen Anlässen folgende gesellschaftliche und sportliche Veranstaltungen organisiert und ausgerichtet:

- 26.02. Kinderfasching (Gutenberghalle)
- 01.04. Fitnesstag (Gutenberghalle)
- 21.05. Kreis- und Regionalmeisterschaften der Jugend (Alfred-Barner-Stadion)
- 05.07. Landesoffenes Leichtathletik-Abendsportfest (Alfred-Barner-Stadion)
- 14.10. Mannschaftsrahmenwettkämpfe des Turngaus Achalm (Gutenberghalle)
- 10.12. Kinderweihnachtsfeier (Gutenberghalle)

Außerdem wirkten Helfer unserer Abteilung am Bürgerfest im Monat Juli mit.

## 6. Dank

Unser herzlicher Dank gilt den Ausschussmitgliedern, Übungsleitern und Kampfrichtern für ihren ehrenamtlichen Einsatz und das große Engagement. Ebenso danken wir allen Helfern, Förderern und Sponsoren für die Unterstützung der Abteilungsarbeit. Ein großer Dank gebührt auch dem TSV-Vorstand und der Geschäftsstelle für die vielfältige Unterstützung.

Klaus Bender

Abteilungsleiter

## **II. Bericht des Schriftführers**

Im Geschäftsjahr 2017 wurden insgesamt 3 Ausschusssitzungen durchgeführt. Der Schriftführer verfasste alle Protokolle, diese wurden per E-Mail an die Ausschussmitglieder verteilt.

Die Anzeigen für den Kinderfasching und die Kinderweihnachtsfeier wurden fristgerecht an die regionalen Zeitungen GEA und Volksblatt Metzingen versandt und im Riedericher Amtsblatt veröffentlicht.

Die Berichte über die selbigen wurden mit Bild ebenfalls veröffentlicht.

Die Einladung zur Hauptversammlung der Abteilung T&L wurde rechtzeitig zweimal in den drei örtlichen Zeitungen geschaltet. Das Protokoll der Hauptversammlung wurde geführt und veröffentlicht.

Benedikt Reinsch

Schriftführer

### III. Bericht der Sparte Turnen



#### Spartenleiter

Marc Sensbach  
0176/80182014

#### Stellvertretende Spartenleiterin

Daniela Plogstedt  
0157/34993994

### Trainingszeiten Gerätturnen

#### Weiblich

##### montags, Gutenberghalle:

**16.30 – 18.15:** die Jahrgänge 2007 und 2010

**18.00 – 20.00:** die Jahrgänge 2006 und älter

**20.00 – 21.00:** Aktive Turnerinnen und Turner

##### mittwochs, Gutenberghalle:

**18.00 – 20.00:** die Jahrgänge 2006 und älter

**20.00 – 21.00:** Aktive Turnerinnen und Turner

(in der Winterzeit sind die Mittwochstrainingszeiten  
in der Schulturnhalle)

##### freitags, Gutenberghalle:

**16.45 – 18.30:** die Jahrgänge 2007 und 2010

**16.00 – 17.30:** 1. Klässler und alle Neulinge  
Jahrgang 2011 und jünger

#### Männlich

##### Alle Altersklassen, ab 1. Klasse:

*Freitag*, 17.00 – 18.30 Uhr, Gutenberghalle  
(Die Gruppe wird intern nach Alter und Können  
aufgeteilt)

## 1. Sportjahr 2017

Wir blicken auf ein sehr aktives und erfolgreiches Sportjahr zurück. Wir besuchten mit großer Begeisterung einige Wettkämpfe im Turngau, die Landesmeisterschaft im Mehrkampf und das Deutsche Turnfest in Berlin. In Riederich selbst konnten wir dieses Jahr unsere Vereinsmeisterschaften und den Rahmenwettkampf Mannschaft des Turngau Achalm ausrichten.

Bei einigen Übungsleitertreffen haben wir die Organisation des Trainingsbetriebes besprochen und die Teilnahme an und die Ausrichtung von Wettkämpfen geplant.

Die Übungsleiter und Kampfrichter besuchten einige Fortbildungen um die Gültigkeit Ihrer Lizenzen zu verlängern.

## 2. Turnbetrieb

Für den Turnbetrieb waren verantwortlich:

### Übungsleiterinnen und Übungsleiter

Weiblich                    Tanja Penker, Tanja Bäßler, Daniela Plogstedt, Dorothee Schöllkopf, Yvonne Schütz, Marisa Kress-Manco, Janine Romey, Saskia Plogstedt, Antonia Raißle, Bernadette Stiefenhofer, Marie Mayer, Marie Plogstedt, Jens Friedrichsohn

Männlich                   Michael Raißle, Dennis Reichenecker, Marc Sensbach, Dennis Tröster  
Marcel Krämer, Tobias Burk

### Kampfrichterinnen und Kampfrichter

Weiblich                    Tanja Bäßler, Tanja Penker, Daniela Plogstedt, Yvonne Schütz, Saskia Plogstedt, Sabrina Stiefel

Männlich                   Michael Raißle, Dennis Reichenecker, Marc Sensbach, Dennis Tröster

### 3. Wettkämpfe und Turnfeste

#### 3.1 Vereinsmeisterschaften am 25.03.2017 in Riederich

Am Samstag, 25. März 2017 fanden in der Gutenberghalle in Riederich die diesjährigen Vereinsmeisterschaften der Abteilung Turnen statt. Insgesamt 89 Jungen und Mädchen von klein bis groß kämpften hier um den Titel des Vereinsmeisters.

Die jüngsten Kinder kamen aus dem Vorschulturnen und bestritten den „Bären-Cup“ bei dem sie ihr Können beim Gewandheitslauf, Ballwurf, Sprint, Balancieren sowie am Barren beim Schwingen und Stützen zeigen konnten. Die Mädchen der F-Jugend turnten einen ähnlichen Wettkampf, den Kitu-Cup und durften teilweise schon kleine Turnübungen zeigen. Die F-Jugend der Jungen und alle älteren Turnerinnen und Turner nahmen am Geräte-4-Kampf teil. Hier konnten die vielen Zuschauer am Sprung, Reck, Barren, Balken und Boden viele sauber geturnte Übungen bestaunen. An den Gesichtern der Teilnehmerinnen und Teilnehmer konnte man sehen, dass auch sie viel Freude hatten, den Eltern, Verwandten und Freunden zeigen zu können was sie in den letzten Wochen erlernt hatten.

Die Übungsleiter der Abteilung Turnen des TSV Riederich bedanken sich ganz herzlich bei allen Helferinnen und Helfern, sowie Kuchenspendern und bei den Hausmeistern für die tolle Unterstützung.



#### Vereinsmeister 2017 wurden

Bären-Cup Vorschulturnen:	Stefano Pugliese
Kitu-Cup F-Jugend weiblich:	Sina Fink
4-Kampf F-Jugend männlich:	Paul Müller
4-Kampf E-Jugend weiblich:	Enna Kuder
4-Kampf E-Jugend männlich:	Samson Schneider
4-Kampf D-Jugend weiblich:	Laura Simunic
4-Kampf D-Jugend männlich:	Felix Jund
4-Kampf C-Jugend weiblich:	Vanessa König
4-Kampf C-Jugend männlich:	Lorenz Raißle
4-Kampf B-Jugend weiblich:	Milena Kress
4-Kampf A-Jugend weiblich:	Laura Berger
4-Kampf A-Jugend männlich:	Jan Suhm
4-Kampf Juniorinnen:	Alisa Bock

### 3.2 Rahmenwettkampf am 06.05.2017 in Pfullingen

Am Samstag, 06. Mai 2017 fand der Rahmenwettkampf-Einzel des Turngau Achalm in Pfullingen statt. Der TSV Riederich ging dieses Jahr mit 18 Turnerinnen an den Start. Für die Turnerinnen der D-Jugend (10 und 11 Jahre) begann der Wettkampf schon früh am Morgen, was sie jedoch nicht von ordentlich geturnten Übungen - wenn auch mit ein paar kleinen Patzern - an allen vier Geräten abhielt. Im zweiten Durchgang durften die Turnerinnen der E-Jugend (8 und 9 Jahre) ihre Übungen zeigen: die Jüngsten turnten einen sauberen und konzentrierten Wettkampf und die Platzierungen waren somit sehr erfreulich. Marie Simunic erturnte sich einen tollen Treppchenplatz mit der Silbermedaille.

Am späten Nachmittag folgten die Turnerinnen der C-Jugend (12 Jahre). Auch hier wurden gelungene Übungen gezeigt. Giulia Weizsäcker verpasste leider knapp das Siegerpodest und fand sich auf dem 4. Platz wieder. Nach drei langen Durchgängen (für Riederich) und vielen Siegerehrungen ging ein anstrengender aber schöner Wettkampftag zu Ende und alle Turnerinnen können mit ihren Leistungen sehr zufrieden sein!





## Ergebnisse

<b>Jugend E weiblich Jhg. 2009:</b>	2. Marie Simunic mit 48,90 Punkten 5. Valerie Metzger mit 48,10 Punkten
<b>Jugend E weiblich Jhg. 2008:</b>	8. Enna Kuder mit 47,95 Punkten 14. Vivien Fijala mit 46,60 Punkten 21. Emilia Stiegele mit 45,35 Punkten 25. Jule Stadelbaur mit 44,80 Punkten
<b>Jugend D weiblich Jhg. 2007:</b>	18. Lena Metzger mit 49,60 Punkten 26. Maria Klarmann mit 48,40 Punkten 29. Tamara Wolf mit 48,00 Punkten 44. Blearta Kllokoqi mit 44,00 Punkten 46. Verona Gallapeni mit 43,80 Punkten 48. Lara Mayer mit 36,40 Punkten
<b>Jugend D weiblich Jhg. 2006:</b>	7. Laura Simunic mit 50,60 Punkten 12. Emely Kollmann mit 49,50 Punkten
<b>Jugend C weiblich Jhg. 2005:</b>	4. Giulia Weizsäcker mit 54,55 Punkten 16. Jelena Löchner mit 51,50 Punkten 20. Laura Zaiser mit 50,60 Punkten 29. Sinah Faiß mit 48,90 Punkten

### 3.3 Gauoffener Wettkampftag am 20.05.2017 in Mössingen

Am Samstag, 20.05.2017 gingen 10 Turnerinnen des TSV Riederich beim Gaufinale der Schülermehrkämpfe in der Jahnhalle in Mössingen an den Start. Bereits früh morgens begannen sie ihren Wettkampf, der sich aus 3 Turndisziplinen (Sprung, Boden und Reck bzw. Stufenbarren) und 3 Leichtathletikdisziplinen (Weitsprung, Weitwurf und Sprint) zusammensetzt. Die Mädchen der Jugend C12 und C13 starteten am Reck. Alle Übungen klappten nahezu reibungslos und wurden mit guten Wertungen belohnt. Weiter ging es am Sprung. Dort erreichten die Mädchen gute Ergebnisse. Besonders gut klappten die Übungen am Boden, die mit hohen Wertungen ausgezeichnet wurden.

Nach kurzer Pause folgte der 2. Teil des Wettkampfes auf dem Sportgelände hinter der Halle. Der Regen blieb an diesem Tag glücklicherweise aus, so dass die Leichtathletikdisziplinen reibungslos und mit Erfolg gemeistert wurden. Am Ende wurden die Leistungen mit hoher Punktzahl belohnt und 4 Mädels qualifizierten sich für das Landesfinale am 1. Juli in Heidenheim.

Zufrieden, verletzungsfrei und mit Vorfreude auf das Landesfinale ging ein erfolgreicher Wettkampftag zu Ende.



## Ergebnisse

### Mehrkampf Juti C12:

3. Lena Bäßler (Q), 5. Jelena Löchner (Q),  
11. Giulia Weizsäcker (Q), 14. Laura Zaiser,  
15. Malin Tzeuschner, 17. Sinah Faiß

### Mehrkampf Juti C13:

4. Vanessa König (Q), 14. Theresa Galka,  
16. Paulina Schmid

## 3.4 Landesfinale Mehrkampf am 01.07.2017 in Heidenheim

Aufgeregt auf das Bevorstehende machten sich am Samstag, 1. Juli 2017 4 Turnerinnen des TSV Riederich auf zum Landesfinale Mehrkampf nach Heidenheim. Im Gepäck den Turnanzug für die Disziplinen Boden, Reck und Sprung und die Spikes für den Sprint, den Weitsprung und den Ballweitwurf. Bereits am 20. Mai diesen Jahres hatten sich die Mädchen und Jungen in Mössingen auf Gauebene für diesen Wettkampf qualifiziert, um nun ihre Leistungen mit den Besten des Landes Baden Württemberg zu vergleichen. Die Mädchen turnten ihre Übungen gut durch und auch in der Leichtathletik konnten sie ihre Leistungen gegenüber dem Gaufinale noch steigern. Doch das Teilnehmerfeld im weiblichen Bereich war groß und stark. Zufrieden mit ihren Ergebnissen und nach dem Motto "Dabei sein ist alles" nahmen sich die Mädchen vor, im nächsten Jahr wieder dabei zu sein.

## Ergebnisse

### Mehrkampf Juti C12:

22. Lena Bäßler, 39. Jelena Löchner  
47. Giulia Weizsäcker

### Mehrkampf Juti C13:

28. Vanessa König

### 3.5 Internationales Turnfest Berlin vom 03.06. - 10.06.2017

Unter dem Motto " WIE BUNT IST DAS DENN! " fand in diesem Jahr das 35. Internationale Deutsche Turnfest vom 03.-10. Juni 2017 in Berlin statt. Insgesamt nahmen mehr als 80.000 Teilnehmer aus 3200 Vereinen und 11 Nationen daran teil. Darunter auch ein kleiner Teil der Abteilung Turnen des TSV Riederich. Am Samstagmorgen traf man sich an der Gutenberghalle zur Abfahrt und verstaute das Gepäck im Vereinsbussle. Nach fast neun Stunden Fahrt kamen die Turnerinnen und Turner am Gemeinschaftsquartier, der Brillat-Savarin-Schule nahe Hohenschönhausen an und bezogen zunächst ihr Klassenzimmer. Anschließend fuhr man mit der S-Bahn nach Berlin Mitte um den Umzug mit 15000 Teilnehmern anzuschauen. Dieser verlief über die Straße des 17. Juni bis zum Brandenburger Tor, an dem anschließend die Eröffnungsveranstaltung stattfand. Eine Reihe vielfältiger Attraktionen erwartete die Zuschauer. Mit tollen ersten Eindrücken ging es zur Schule zurück, an der man den Abend mit vereinsübergreifenden Freunden ausklingen ließ. Am Sonntag, nach einem leckeren gemeinsamen Frühstück, bestritt der erste Teil der Riedericher Turner ihren Wahlwettkampf. Dieser fand in den Messehallen, im Mosenstadion und im Forumbad im Olympiapark statt. Leider mussten die leichtathletischen Disziplinen und das Schwimmen im Regen durchgeführt werden. Anschließend durften Milena und Marisa Kress, Christina Maisch und Daniela Plogstedt ihre verdienten Medaillen entgegennehmen. Am Montag standen eine Spreefahrt und verschiedene kulturelle Sehenswürdigkeiten auf dem Plan. Abends ging es gemeinsam zum Länderabend mit Livemusik, wo sich der Schwäbische Turnerbund und andere Landesturnverbände zum Tanzen und Feiern trafen. An den nächsten beiden Tagen absolvierte auch der zweite Teil der Riedericher Turnerinnen und Turner mit Paula Rittelmann, Antonia Raißle und Dennis Tröster erfolgreich ihren Wahlwettkampf und auch sie freuten sich über ihre Turnfestmedaillen. Am Dienstagabend fand das ganz besondere Event statt, die Stadiongala im Olympiastadion.

Dies war der Höhepunkt des Internationalen Deutschen Turnfestes: Rund 60.000 Menschen feierten im Berliner Olympiastadion die große Stadiongala. Eine spektakuläre Show mit über 6000 Akteuren zeigten großartige Showbilder, faszinierende Akrobatik und turnerische Höchstleistungen. Bundeskanzlerin Merkel sprach von der "Turnstadt Berlin" - und Fabian Hambüchen wurde offiziell verabschiedet. Auch das fulminante Finale mit Udo Lindenberg und einem Feuerwerk mit Gänsehauteffekt rundete den Abend ab und wird für alle unvergesslich bleiben. An den nächsten Tagen reiste ein Teil der Riedericher Turnerinnen und Turner mit dem Vereinsbussle bereits ab. Die Anderen schauten sich weiterhin Berlin an. Bei meist strahlendem Sonnenschein, mit seinen vielen Gedenkstätten und Sehenswürdigkeiten. Sie besuchten verschiedene Turnveranstaltungen, wie das Rendezvous der Besten oder das National Danish Performance Team. Beide außergewöhnliche, spektakuläre Shows mit modernem Tanz, Gymnastik, Ballett und atemberaubender Akrobatik, von der man glaubt, dass sie steigerungsfähiger nicht sein könnte. Am Freitagabend beendete das Abschlussfest im Sommergarten der Berliner Messe das Turnfest mit einer nochmals tollen und bunten Show, wo sich alle Mitfeiernden vom einsetzenden Regen, das Tanzen nicht nehmen ließen. Am Samstag, fahren die übrigen Riedericher zusammen mit dem TSV Grafenberg und anderen Vereinen nach Hause. Somit ging eine Woche Turnfest - viel zu schnell- mit reichlich sportlicher Aktivität und mit vielen tollen Eindrücken zu Ende.



## Ergebnisse

- WWK weibl. 12-14 Jahre** (von 1305 Tln): 326. Milena Kress mit 39,95 Punkten
- WWK weibl. 16-17 Jahre** (von 893 Tln): 739. Paula Rittelmann mit 32,20 Punkten
- WWK weibl. 18-19 Jahre** (von 420 Tln): 276. Antonia Raißle mit 35,90 Punkten
- WWK weibl. 45-49 Jahre** (von 102 Tln): 6. Christina Maisch mit 38,70 Punkten  
11. Daniela Plogstedt mit 36,99 Punkten  
42. Marisa Kress-Manco mit 35,90 Punkten
- WWK männl. 25-29 Jahre** (von 103 Tln): 55. Dennis Tröster mit 38,72 Punkten

### 3.6 Landeskinderturnfest vom 07.07. - 09.07.2017 in Ravensburg

Auch in diesem Jahr machten sich 27 Turnerinnen und ihre Betreuerinnen des TSV Riederich auf den Weg zum Landeskinderturnfest nach Ravensburg. Mit großen Erwartungen blickten die Mädchen auf 3 Tage voller Spaß, Wettkämpfe und spannende Mitmachangebote, die in der Innenstadt von Ravensburg verteilt waren. Mit Schlafsack, Luftmatratze und Sporttasche bepackt bezogen sie in der Realschule in Ravensburg ihr Quartier. Praktisch war die Nähe zur Innenstadt, die man in 5 Gehminuten erreichte. Der Dreh- und Angelpunkt war die Festbühne am Marienplatz gegenüber dem Rathaus. Dort konnte man tolle Vorführungen anderer Vereinsgruppen bewundern oder zur Musik tanzen. Radio 7 heizte den Kids so richtig ein. Beim Turnfestjingle machten alle begeistert mit, was den Sportlern ein besonderes Gemeinschaftsgefühl gab. Ob Spidertower, Bungeetrampolin, Fotobox oder Kletterwand, es gab vieles zu entdecken und zu erleben. Langeweile sah man in keinem der jungen Gesichter.

Nach einer etwas kurzen Nacht stand am Samstag der Wettkampf auf dem Programm. Geturnt wurde ein 3-Kampf ausgewählt aus den Turngeräten Reck/Stufenbarren, Schwebebalken, Boden oder Sprung. Nach anfänglicher Aufregung klappten die Übungen sehr gut und alle Mädchen konnten zeigen, was in ihnen steckt. Am Abend nach dem Wettkampf stand noch der Besuch bei der Turngala an. Mit dem Bus ging es zur Oberschwabenhalle. Dort konnte man tolle Akrobaten, Turnerinnen und Turner, Rhönradfahrer, Ropeskipper und Tanzgruppen bewundern. Müde und hungrig kehrten sie

nach einem gelungenen Tag an die Schule zurück, wo es für die Kinder Pizza gab. Das Wetter spielte an diesem Abend leider nicht mit und die Party am Marienplatz fiel leider ins Wasser. Dies holten sie am Sonntag jedoch nach, da die Sonne wieder lachte. Noch einmal nutzten alle die vielen Mitmachangebote und lauschten den Siegerehrungen auf der Bühne ehe man wieder die Heimreise nach Riederich antrat, bepackt mit vielen neuen Eindrücken und Vorsätzen fürs neue Turnjahr.



## Ergebnisse

<b>WWK weiblich 8 Jahre (106 TIn):</b>	45. Marie Simunic
<b>WWK weiblich 9 Jahre (132 TIn):</b>	61. Emilie Stiegele 65. Enna Kuder
<b>WWK weiblich 10 Jahre (149 TIn):</b>	79. Tamara Wolf, 83. Lena Metzger, 115. Emely Kleinfelder, 120. Emily
<b>Wellhäuser</b>	129. Ainara Sophie Müller Fernandino, 136. Mara Sorg
<b>WWK 11 Jahre (129 TIn):</b>	27. Laura Simunic, 44. Maylin König, 54. Emely Kollmann, 62. Lara Kern, 112. Emma Sonntag
<b>WWK 12 Jahre(116 TIn):</b>	21. Lena Bäßler, 27. Giulia Weizsäcker, 40. Laura Zaiser, 46. Sinah Faiß, 51. Jelena Löchner, 98. Pauline Koch
<b>WWK 13 Jahre(78 TIn):</b>	30. Vanessa König, 32. Theresa Galka, 44. Jule Pahl, 49. Jana Leia Schindler
<b>WWK 14 Jahre (33 TIn):</b>	6. Milena Kress
<b>WWK 15 Jahre (23 TIn):</b>	4. Marie Plogstedt

### 3.7. Rahmenwettkampf Mannschaft am 14.10.2017 in Riederich

Ein Heimspiel hatten auch in diesem Jahr wieder die Turnerinnen und Turner des TSV Riederich beim Rahmenwettkampf Mannschaft in der Gutenberghalle. Angetreten waren 272 Sportlerinnen und Sportler aus 14 Vereinen des Turngaues Achalm. Sie bildeten 54 Mannschaften, die in verschiedenen Altersklassen gegeneinander turnten. Der TSV Riederich stellte 7 weibliche Mannschaften (1 E-Jugend / 3 D-Jugend / 2 C-Jugend und eine Offene Klasse). Die Jungs eine Mannschaft in der F-Jugend und in der E-Jugend starteten sie in einer Startgemeinschaft zusammen mit dem TSV Betzingen.

Die E- Jugendturnerinnen, mit Lucy Löchner, Kari Ruoff, Valerie Metzger, Marie Simunic, Jule Stadlbauer, Vivien Fijala und Enna Kuder starteten im ersten Durchgang mit schönen Übungen ihren Wettkampf und verpassten zwar leider das Siegerpodest, freuten sich aber über einen tollen 4. Platz von 9.

Im zweiten Durchgang starteten die Mädchen der D- und C- Jugend. Die 1. Riedericher D-Jugend-Mannschaft mit Maria Klarmann, Lina Herzig, Lena Metzger, Lara Kern und Laura Simunic kämpften sich mit gelungenen Übungen aufs Treppchen und holten sich die Silbermedaille. Platz 7 erreichte die 2. Mannschaft mit Ainara Müller, Maylin König, Jessica Lehmann, Leona Tahiray und Tamara Wolf. Riederich 3 rutschte leider nach hinten und belegte den 10. Platz mit Emily Wellhäußer, Emely Kleinfelder, Lara Mayer, Blaerta Kllokoqi, Verona Gallapeni, Linda Schlotterbeck und Serafine Hoffmann.

Die 1. Mannschaft der C-Jugend mit Malin Tzeuschner, Jelena Löchner, Giulia Weizsäcker, Vanessa König, und Lena Bäßler turnten ebenfalls sehr sauber und ergatterten sich die 2. Silbermedaille für Riederich an diesem Tag. Riederich 2 turnte sich auf den 8. Platz von 11 mit Jule Pahl, Theresa Galka und Annika Flinner.

Im dritten Durchgang starteten alle Jungs und die weibliche offene Klasse. In der Offenen Klasse turnten sich Marie Mayer, Laura Berger, Bernadette Stiefenhofer, Saskia Plogstedt, Daniela Plogstedt und Dorothee Schöllkopf hin zur goldenen Mitte und belegten den 5. Platz von 10.



Die Riedericher F-Jugendturner Micha Feder, Tom Stiegele, Henry Kleemann und Julian Steininger durften sich ebenfalls über ihre erturnte Silbermedaille freuen. Auch Tim Schleppe und Elias Feder, die zusammen in der Stargemeinschaft mit dem TSV Betzingen antaten, erhielten Silber in der E-Jugend.

Ein kleiner Wehrmutstropfen muss am Ende noch hinzugefügt werden. Die Riedericher D-Jugendturnerinnen gingen zwar mit der Silbermedaille aus der Halle, aber durch einen Rechenfehler, der erst später dem Turngau aufgefallen war, rutschten die Mädchen leider im nach hinein noch auf den 3. Platz, also Bronze.

Insgesamt betrachtet war dies trotzdem ein erfolgreicher Wettkampf an dem alle Turnerinnen und Turner mit ihren Leistungen zufrieden sein dürfen.

Bedanken möchten wir uns an dieser Stelle bei allen Helfern, Kuchenspendern und unseren Hausmeistern. Ohne die zahlreiche Unterstützung wär ein so reibungsloser Ablauf dieses Wettkampfes nicht möglich gewesen.

## **Ergebnisse**

<b>Jugend E weiblich:</b>	4. Platz
<b>Jugend D weiblich:</b>	3. Platz, 7. Platz und 10. Platz
<b>Jugend C weiblich:</b>	2. Platz und 8. Platz
<b>Jugend F männlich:</b>	2. Platz
<b>Jugend E männlich:</b>	2. Platz

## 4. Pampersturnen

**Übungsleiterin** Doris Hagemann Tel. 07123/968455

**Wann und wo** mittwochs 9:05 – 10:05 Uhr, Schulturnhalle

**Für wen** Kinder ab 1 bis 3 Jahre mit einer erwachsenen Begleitperson

Bereits bei den ganz Kleinen hat die Übungsstunde einen rhythmisierten Ablauf. Ich möchte die Kinder an die Struktur einer Turnstunde gewöhnen – im Gegensatz zum Spielplatz, auf dem man gleich losturnen kann. Zwar ist die Muskulatur der Kleinkinder noch wenig ausgebildet, die Verletzungsgefahr ist entsprechend gering, trotzdem sollen sie die Bewegungseinheiten Aufwärmen – Hauptteil – Cool down kennen lernen.



Außer dem Körper soll auch der Geist angeregt werden. So beginnt meine Turnstunde stets mit demselben Begrüßungslied, einem Fingerspiel und dem Mitmachlied „1-2-3 im Sauseschritt“. Anschließend gibt es ein Musikstopp-Spiel mit Handgeräten (Ball, Seilchen, Reifen ...).

Nach dieser Aufwärmphase bauen die Erwachsenen gemeinsam die Turnlandschaft für den Hauptteil auf (den Geräteaufbau leite ich an). Je nach Anzahl der Teilnehmer gebe ich 3 bis 4 Aufbauten vor. Die Gerätelandschaften wiederholen sich im Lauf des Jahres, so dass die Kinder mit den Geräten immer vertrauter werden. Klettern, rutschen, kriechen, hüpfen – all das üben die Kleinen in ihrer eigenen Geschwindigkeit und oft mit einer einzigartigen Technik. So werden nebenbei Fertigkeiten entwickelt und die kindliche Motorik geschult. Nach rund 35 Minuten bauen die Eltern gemeinsam wieder ab.

Die Cool-down-Einheit besteht aus einem weiteren Fingerspiel und einem gemeinsamen Abschlusslied.

Die Gruppengröße schwankt zwischen 10 und 15 Kleinkindern. Mit Eintritt in den Kindergarten wechseln die meisten Kinder vom Pampersturnen ins Eltern-Kind-Turnen am Nachmittag. So gibt es ständig Veränderungen in der Gruppe. Ein Einstieg ist jederzeit möglich.

Bei der Kinderweihnachtsfeier stellten die Kinder Dünen überquerende Wüstenreisende aus dem Musical „Disney's Aladdin“ dar.



Doris Hagemann



## 5. Eltern-Kind-Turnen

**Übungsleiterin** Doris Hagemann Tel. 07123/968455

**Wann und wo** mittwochs 14:45 – 16:00 Uhr, Gutenberghalle

**Für wen** Kinder im Kindergartenalter mit einer erwachsenen Begleitperson

Unterjährig schwankt die Teilnehmerzahl, im Schnitt turnen jeden Mittwoch 25-30 Kinder samt Mama oder Papa.

Stets beginnt jede Übungsstunde mit einem gemeinsamen Begrüßungslied. Anschließend bringen wir mit Lauf- und Fangenspielen den Kreislauf in Schwung und wärmen uns mit verschiedenen Kleingeräten auf.



Den Hauptteil der Stunde (etwa 40 Minuten) bildet die Eroberung der Gerätelandschaft. Ab und zu stelle ich die Stunde unter ein Motto. Zum Thema „Wasser“ wärmen wir uns mit dem Fangenspiel „ich hab gefischt“ auf, anschließend lauern Krokodile unter den Tauen im „Krokodilsgraben“, können die Kinder vom „Sprungbrett“ springen, über eine „Hängebrücke“ balancieren, einen „Wasserfall“ hochklettern uvm.

Das Motto bietet den Kindern einen spielerischen Zugang, sodass sich augenscheinlich schwierige Übungen leichter umsetzen lassen. Einige Lieblings-Gerätelandschaften werden von den Kindern begeistert ohne Motto erobert. Es gibt einfache Einheiten und Grundlagenübungen sowie anspruchsvolle und herausfordernde Stationen, bei denen die erworbenen Grundlagen weiter entwickelt werden können. So erleben die Kinder ohne Leistungsdruck was sie leisten und bewältigen können und bleiben motiviert bei der Sache. Neben den turnerischen Fähigkeiten verbessern die Kinder spielerisch auch leichtathletische Fertigkeiten wie Werfen und Springen.

Für die Gerätelandschaften verwende ich Langbank, Kasten, Barren, Schwebebalken, Minitrampolin, Weichboden, Ringe, Taue, Sprossenwand. Kurz: alles, was die Halle hergibt.

Eltern dürfen und sollen an jedem Gerät mitturnen. Beim Aufwärmen sind sie als Sparringspartner sowieso gefragt, an den Geräten bietet es sich mal mehr, mal weniger an. Mama / Papa können einen „Schlitten“ ziehen oder spielen den „Hai“, der die Kinder in der Fischreuse in den Po zwickt. Sie springen miteinander vom Kasten und bieten an jedem Gerät Hilfestellung fürs eigene Kind an.

Grundsätzlich sollen die Kinder alle Geräte ausprobieren. Manch eines greift beim Balancieren nach der sicheren Hand von Mama oder Papa, die meisten überwinden die

Geräte in ihrem eigenen Tempo ohne Hilfe. Und sind anschließend zu Recht zufrieden und stolz auf sich.

Zur Faschingszeit turnen Prinzessin, Ritter, Feuerwehrmann, Polizist und Pirat Seite an Seite. In einer närrischen Turnstunde messen sich die Kinder beim Dosenwerfen oder testen ihre Geschicklichkeit beim Bälle stapeln.



Zur Kinderweihnachtsfeier turnten viele kleine Katzenkinder über die Dächer der Weihnachtsstadt zur Musik von Andrew Lloyd Webbers Musical CATS.

Zur Entspannung und cool down am Ende der Übungsstunde machen wir ein kleines Spiel und beenden die Stunde mit einem gemeinsamen Zählvers.



Doris Hagemann

## 6. Vorschulturnen

### Übungsleiter

Tanja Metzger

Viola Ambacher

### Turnstunde

Dienstag 14.30 – 15.30 Uhr

### Angemeldete Kinder

15-20 Kinder

Nach den Sommerferien haben wir als Übungsleiterinnen das Vorschulturnen von Evelin Mutsch und Sabine Stiegelbauer übernommen.

Wie jedes Jahr sind alle Vorschüler zu unserer Turnstunde eingeladen. Nachdem anfänglich teilweise nur 10 Kinder dabei waren, haben wir, auf Nachfrage einiger Eltern auch die Kinder in die Turngruppe mitaufgenommen, die im Schuljahr 2018/2019 noch nicht in die Schule kommen, aber noch im Jahr 2012 geboren sind. Nun sind bis zu 20 Kinder immer dienstags mit dabei.

In unserer Turnstunde wollen wir den Spaß an der Bewegung und am Sport wecken und jeden nach seinen eigenen Fähigkeiten fördern. Das Vorschulturnen soll die Kinder auch auf die Schule vorbereiten, wo es gilt Regeln einzuhalten, sich und seine Fähigkeiten einzuschätzen und zu lernen sich in eine Gemeinschaft einzufügen.

Unsere Vorschul-Turnstunde hat immer den gleichen strukturierten Ablauf:

Wir singen unser Begrüßungslied „Hallo, hallo schön, dass ihr da seid“ und anschließend wird jeder bei dem Lied „1, 2, 3 im Sauseschritt“ begrüßt.

In der ersten halben Stunde machen wir ein Aufwärmspiel oder auch mal koordinative Übungen mit dem Seil, Bällen, Reifen... Manchmal gibt es auch ein „Motto“ für die Turnstunde und wir starten z. B. an Ostern mit einem Eiersuchspiel, im Herbst mit einem Regentanz, bei Schnee mit einer „SchneeBALLschlacht“ oder an Fasching wird verkleidet geturnt...

Nach einer Trinkpause dürfen die Kinder, an aus Turngeräten aufgebauten Stationen, ihre Geschicklichkeit im Balancieren, Werfen, Klettern, am Seil schwingen,... ausprobieren. An den Stationen geben wir Hilfestellung, leiten an und motivieren, wenn es mal allen Mut braucht.

Zum Abschluss spielen wir noch ein gemeinsames Spiel wie z.B. „Faulei“ oder „Heiße Kartoffel“ und verabschieden uns mit unserem Abschlusslied „Das Turnen ist aus...“



Besondere Höhepunkte des Turnjahres sind sicher die Weihnachtsfeier und der Bärencup worauf wir uns in den Turnstunden natürlich auch immer ausführlich vorbereiten.

Bei der Weihnachtsfeier 2017 sind wir zur Musik aus dem Musical Yakari „Wir Kinder aus der Prarie“ mit Steckenpferden und Indianerkostümen über die Bühne geturnt.

Beim Bärencup werden wir in folgenden Disziplinen den diesjährigen Gewinner des Bären cups ermitteln.

- 50m-Sprint auf Zeit
- Gewandheitslauf auf Zeit
- Weitwurf
- 10xSchwingen am Stufenbarren
- Balancieren über eine Wippe
- eine Banklänge mit den Zehenspitzen auf der Bank und den Händen am Boden auf Zeit bewältigen



## 7. DANCE FOR KIDS

<b>Übungsleiterin</b>	Selina Joy Sass
<b>E-Mail</b>	selisass@aol.com
<b>Mobil</b>	+49 (0) 152 22731602
<b>Wann und wo:</b>	Mittwoch, 16.30 Uhr – 17.30 Uhr, Oktober – März in der Schulturnhalle April – September in der Gutenberghalle
<b>Für wen:</b>	Kinder von der 2. - 5. Klasse
<b>Teilnehmerzahl:</b>	15 – 20 Kinder

Zu Beginn wärmen wir uns alle auf, indem wir verschiedene Tanzstile tanzen. Anschließend werden die verschiedensten Schritte gelernt um dann eine Choreographie daraus machen zu können. Tanzarten wie z.B. Zumba, Hip-Hop, Standard und Freestyle werden hier eingebaut. Motorik und Koordination werden spielerisch währenddessen geübt. In über einem Jahr „Dance for Kids“ haben sich die Mädchen vieles angeeignet und erfinden gerne eigene Choreografien, welche sie dann in der Trainingsstunde präsentieren.

Nach der Lernphase sammeln sich alle in einem Kreis für das „cool down“. Lockerungs- und Dehnungs-, sowie Gleichgewichtsübungen lassen entspannen. Zum Ausklang der Stunde besprechen sich die Mädels selbstständig, welches Spiel gespielt wird.

Zum Schluss darf der gemeinsame Schrei „Colour Girls“ nicht fehlen – darauf bestehen alle 😊

## **8. Veranstaltungen**

### **8.1. Veranstaltungen - Turnen**

#### **8.1.1. Vereinsmeisterschaften**

Die Vereinsmeisterschaften fanden in diesem Jahr im Frühjahr statt. Am Samstag 25.03.2017 waren in der Gutenberghalle 89 Teilnehmerinnen und Teilnehmer in 13 Wettkämpfen am Start. Die weibliche und die männliche Jugend turnten - je nach Wettkampf - am Boden, Barren, Reck, Sprung und Balken. Die aktiven Turnerinnen und Turner bestritten keinen Wettkampf, da sie als Übungsleiter oder/und Kampfrichter tätig waren. Erfreulicherweise kamen viele Zuschauer in die Halle und es gab viel Applaus für tolle Übungen. Für das leibliche Wohl der Anwesenden wurde bestens gesorgt.

### **8.2. Veranstaltungen - TuL**

#### **8.2.1. Kinderfasching**

Beim Kinderfasching am Sonntag 26.02.2017 in der Gutenberghalle sorgten die Turnerinnen und Turner für die Bewirtung der vielen kleinen und großen Narren und organisierten das Programm auf der Bühne.

#### **8.2.2. Kinderweihnachtsfeier**

Am 10.12.2017 fand in der Gutenberghalle die traditionelle Kinderweihnachtsfeier statt. Den Familien der TuL-Kinder wurde wieder ein buntes Programm mit insgesamt elf Programmpunkten zum diesjährigen Motto: "Musicals" geboten. Aus dem Bereich Turnen waren neun Aufführungen vertreten.

Dank des engagierten Einsatzes unserer Übungsleiterinnen und Übungsleiter beim Ausarbeiten und Einstudieren der Aufführungen konnten unsere kleinen Turnerinnen und Turner den Gästen wieder tolle Darbietungen zeigen.

### **8.3. Veranstaltungen - Turngau Achalm**

#### **8.3.1. Rahmenwettkampf Mannschaft**

In diesem Jahr fand der Rahmenwettkampf Mannschaft bei uns in Riederich statt. In der Gutenberghalle fanden sich am 14.10. über den ganzen Tag hinweg 272 Kinder mit ihren Übungsleitern, Trainern, Betreuern und ihren Familien ein. Für das leibliche Wohl sorgten eine Vielzahl an Helfern, die uns mit Kuchenspenden und Arbeitsdiensten an diesem Tag sehr geholfen haben. Ihnen gilt an dieser Stelle ein besonderer Dank genauso wie den Hausmeistern auf die wir uns wie immer verlassen konnten.

## **8.4. Veranstaltungen - Gemeinde**

### **8.4.1. Bürgerfest**

Beim Riedericher Bürgerfest am 01.07.2017 präsentierten sich die Turnerinnen der E- bis B- Jugend mit zwei verschiedenen turnerischen und tänzerischen Aufführungen und sorgten damit für ein abwechslungsreiches Programm das die Zuschauer mit reichlich Beifall begrüßten.

## **9. Dank**

Wir danken ganz herzlich allen Übungsleiterinnen und Übungsleitern, allen Kampfrichterinnen und Kampfrichtern, allen Eltern und allen Helferinnen und Helfern, die uns in ihrer Freizeit tatkräftig unterstützten.

Ganz besonders bedanken möchten wir uns bei den Hausmeistern, Herrn Löffler und Herrn Burk für optimale Trainingsbedingungen in den Hallen und ihre tatkräftige Unterstützung bei unseren Veranstaltungen.

Des Weiteren bedanken wir uns bei der Gemeinde Riederich für die Unterstützung, insbesondere für die Bereitstellung der Sportstätten.

Wir bedanken uns bei den Vorstandsmitgliedern des TSV, den TuL-Ausschussmitgliedern sowie bei den anderen Abteilungen unseres Vereins für die gute Zusammenarbeit.

Für 2018 wünschen wir allen Beteiligten viel Erfolg und vor allem viel Freude und Spaß beim Sport.

Daniela Plogstedt, Marc Sensbach

Spartenleiter Turnen



Lisamarie Haas holt zum dritten Mal in Folge die Bronzemedaille über 400m Hürden bei den Süddeutschen Juniorenmeisterschaften.





## IV. Bericht der Sparte Leichtathletik

### 1. Allgemeines

Nach vielen Steigerungen in der Erfolgskurve in den vergangenen Jahren, gab es in 2017 ein ähnliches Jahr wie 2016 zu verzeichnen. In der Spitze bei überregionalen Meisterschaften konnten wieder Medaillen erkämpft werden, Verletzungen sowie weniger nachrückende Nachwuchsathleten trugen aber dazu bei, dass die Bilanz nicht noch besser ausfiel. Auf Regional- und Kreisebene wurden mehr Titel erkämpft als im Vorjahr.

**1x Medaille bei Süddeutschen Meisterschaften (1x Bronze)**

**2x Medaille bei Landesmeisterschaften (1xBronze)**

**4x Regionalmeister**

**14x Kreismeister**

**2x Nominierung in die Kreisauswahl**

Mit großer Freude wurde der neu gestaltete und mit großem finanziellem Aufwand ausgerüstete Krafraum in Betrieb genommen. Er wird für die Wettkampf- wie die Breitensport-Athleten eine große Bereicherung sein.



In der olympischen Kernsportart Leichtathletik mit großer und leistungsstarker Konkurrenz, müssen Erfolge hart erarbeitet werden. Sie sind Ergebnis intensiven, aufwändigen leidenschaftlichen Einsatzes. Die Riedericher Leichtathleten leisten hier – als kleiner Verein mit bescheidenen Mitteln und beschränkten Rahmenbedingungen – hervorragende Arbeit. Allen, die uns unterstützen, ein herzlicher Dank – Ihr seid die Grundlage auf der wir aufbauen!

## 2. Sportliche Höhepunkte

Im vergangenen Jahr avancierte Lisamarie Haas, mit ihrer verteidigten Bronzemedaille bei den Süddeutschen Juniorenmeisterschaften, sowie der Bronzemedaille bei den Baden-Württembergischen Meisterschaften der U23 zur erfolgreichsten TSV-Athletin.



**Yannik Mayer** ging bei den Landesmeisterschaften an den Start und holte sich die den 7. Platz über 400 m im Freien wie in der Halle.

Auch die Werferinnen mit **Sandra Haas** an der Spitze mischen weiter bei den Landesmeisterschaften mit. Sandra erkämpfte sich 2017 bei den Baden-Württembergischen Meisterschaften der U23 den 7. Platz im Diskuswerfen, wie auch bei den Frauen im Winter. Mit 34,70 m verbesserte sie den Vereinsrekord von Lena Haug um 3 Zentimeter.



Alle weiteren Erfolge bitte der Ehrentafel entnehmen.

### 3. Veranstaltungen

2017 wurden drei Leichtathletik-Veranstaltungen im oder am Alfred-Barner-Stadion durchgeführt. Ein herzliches Dankeschön an alle Helfer, die uns und die Leichtathletik im Land damit unterstützt haben.

Im Mai ging es mit den **Kreismeisterschaften der U16/U14 der Kreise Reutlingen und Tübingen** los. Eine gelungene Veranstaltung mit einigen Gewinnern des TSV Riederich.



Zum zehnten Mal wurde das **Landesoffene Riedericher Abendsportfest** unter der Regie des TSV Riederich im Juni ausgetragen. Dieser Wettkampf gibt den Athleten aus ganz Baden-Württemberg eine weitere Startmöglichkeit und die Gelegenheit sich für überregionale Meisterschaften zu qualifizieren.



Nächste sportliche Veranstaltung waren die traditionellen **Vereinsmeisterschaften**. Im Leichtathletik-Dreikampf (Lauf, Sprung, Wurf) galt es die Besten des Vereins zu ermitteln und zusätzlich konnten die Bedingungen für das Deutsche Sportabzeichen abgelegt werden. Hier wurden auch die Pokale der Schüler vergeben.

**Gewinner männlich: Felix Walker**  
**Gewinner weiblich: Lucy Löchner**

## 4. Sportbetrieb

### Organisationsstruktur der Leichtathleten

Spartenleiter	Rainer Haas	
Stv. Spartenleiter	Tilo Steinmaier	
Kreisausschuss	Rainer Haas, Wettkampfwart Heinrich Schmauder, EDV-Leiter	
Übungsleiter	Aktive/Jugend U20-U18-U16	
	Sprint /Hürden /Lauf Sprung / Wurf Stabhochsprung	Rainer Haas Marcus Schmid Petra Haas Christian Loroff
	Jugend U14	Petra Haas Jessica Herrmann Astrid Mayer Tilo Steinmaier
	Kinder U12 und U10	Petra Bäuerle Anika Büttel Carina Flamm Carolin Haas Lisamarie Haas Benedikt Reinsch
	Sportabzeichengruppe	Petra Haas

#### 4.1. Übungsbetrieb

Als lizenzierte Übungsleiter waren 2017 Rainer Haas, Petra Haas, Marcus Schmid, Astrid Mayer, Carina Flamm, Petra Bäuerle und Benedikt Reinsch im Einsatz.

Christian Loroff hat im Dezember ebenfalls die Trainer C-Ausbildung erfolgreich abgeschlossen, herzlichen Glückwunsch!

Notwendige Fortbildungsmaßnahmen und -Lehrgänge wurden besucht. Ihnen, sowie den Schüler-Übungsleitern ohne Lizenz steht zudem qualifizierte Literatur zur Verfügung.

## 4.2. Kampfrichter

Wie in den vergangenen Jahren bleibt auch in der Zukunft die Ausbildung von qualifizierten Kampfrichtern ein Schwerpunkt, sollen in Riederich weiterhin überregionale Wettkämpfe stattfinden.

Zur Abwicklung von Veranstaltungen und damit wir auch bei den Kreis- und Regionalmeisterschaften antreten dürfen benötigen wir ausgebildete Kampfrichter, die jeder Verein stellen muss.

Kampfrichter mit gültiger Lizenz

Alexander Akamphuber	Rainer Haas	Petra Haas
Ulrich Reinsch	Heinrich Schmauder	Julian Schmid
Marcus Schmid	Uwe Bäuerle	Beate Spiegel
Ulrike Herrmann	Rolf Mayer	Klaus-Dieter Bach
Christian Loroff	Lisamarie Haas	Jessica Herrmann
Julia Simon	Lena Spiegel	Laura Schmid
Mareile Betz		



Laura Schmid hat 2017 ihren ersten Einsatz bei Deutschen Meisterschaften absolviert, bei den DM Mehrkampf U18/U16 in Bernhausen.

Dennis Müller ist Mitglied im Starter-Team des WLV und wird auch bei überregionalen Meisterschaften eingesetzt. Mit Ulrich Reinsch (Sprung), Christian Loroff (Sprung) und Rainer Haas (Bahn) hat der TSV auch drei Schiedsrichter in seinen Reihen.

### 4.3. Trainingslager

2017 fand erfreulicherweise wieder das Trainingslager in Südtirol statt. Dies ist ein wesentlicher Baustein im Trainingsaufbau der Leichtathleten und der Auftakt und finale Vorbereitung in die Freiluftsaison.



### 4.4. Kooperation Schule-Verein

Seit September 2007 führen die Leichtathleten mit der Gutenbergschule eine Kooperation Schule-Verein für die Sportart Leichtathletik in den Klassen 3 und 4 durch. Die Übungsleiterin Petra Haas zeichnet sich derzeit für die Abteilung Turnen und Leichtathletik verantwortlich.

## 5. Geselligkeit

Einen hohen Stellenwert nehmen die Geselligkeit und die gute Kameradschaft bei den Leichtathleten ein.

Die traditionelle **Herbstfreizeit** wurde fortgeführt, im Oktober ging es nach Bürserberg im Brandner Tal. Eine Wanderung bei tollem Wetter auf den Mottakopf, Spieleabend, Bouldern in Bürs waren die Programmpunkte.



Zum Gelingen der **Kinderweihnachtsfeier** trug die Leichtathletik-Mannschaft einerseits durch Mitwirkung beim Programm und Moderation, andererseits durch die Bewirtung der Gäste bei.

Zum schon traditionellen **Trainingsabschluss vor Weihnachten** trafen sich die Aktiven bei Gulaschsuppe im Riedericher Hirschen.

## 6. Ausblick

Auch 2018 wird mit Sicherheit wieder ein interessantes, arbeitsreiches und erfolgreiches Jahr werden.

Für unsere erfolgreichen Kinder und Jugendlichen müssen wir sicherstellen, dass die Teilnahme an Landes- und überregionalen Meisterschaften möglich ist. Dringend notwendige Sportgeräte müssen angeschafft und die Sportanlagen erhalten werden.

Drei Wettkampfveranstaltungen sind bereits fest geplant und ausgeschrieben. Erstmals wird ein Hürdenspektakel mit allen Wettkampfstrecken im Hürdenlauf plus der seltenen traditionellen 200 m Hürdenstrecke.

Ich wünsche uns gutes Wetter und Gelingen bei unseren Veranstaltungen, viel Spaß im Training und Erfolge im Wettkampf und allen eine gesunde und verletzungsfreie Saison.

Rainer Haas

Spartenleiter Leichtathletik

Die Riedericher Termine im EM Jahr 2018:

<b>Wann</b>	<b>Was</b>	<b>Wo</b>	<b>Wer</b>
09.03.	29. Leichtathletik-Treff	Guha	Alle
15.04.	Regional- und Kreis-Waldlaufmeisterschaften	Alfred-Barner-Stadion	Alle
16.05.	Hürdenspektakel mit KM	Alfred-Barner-Stadion	Alle
04.07.	Landesoffenes Abendsportfest	Alfred-Barner-Stadion	Alle
Okt	Herbstfreizeit	Bürserberg	Akt./Ju



## 7. Ehrentafel 2016

Süddeutsche Meisterschaften U23 und M/W15, Ingolstadt, 29.07.

**Lisamarie Haas U23 400m Hü 3. Platz 64,68sek**

Baden-Württ. Meisterschaften Aktive und U20, Mannheim, 24./25.06.

**Lisamarie Haas F 400mHü 4. Platz 65,77sek**

**Sandra Haas F Diskus 8. Platz 31,78m**

**Yannik Mayer U20 400m 7. Platz 52,82sek**

Baden-Württ. Meisterschaften U23/U18, Heilbronn, 27.05.

**Lisamarie Haas U23 400mHü 3. Platz 64,70sek**

**Sandra Haas U23 Diskus 7. Platz 34,70m**

**Jessica Herrmann U23 Diskus 10. Platz 27,56m**

**Nils Loroff U18 100m VL 12,05sek**

Baden-Württ. Winterwurf-Meisterschaften, Waiblingen, 11.03.

**Sandra Haas F Diskus 7. Platz 32,35m**

**Jessica Herrmann F Diskus 10. Platz 27,04m**

Baden-Württ. Hallen-Meisterschaften Aktive und U20, Sindelfingen, 28./29.01.

**Lisamarie Haas F 400m 6. Platz 61,10sek**

**Yannik Mayer U20 400m 7. Platz 53,90sek**

### Regionalmeister

- **200m mJU20**      **Lukas Kurz**
- **Hoch mJU20**    **Yannik Mayer**
- **400m F**        **Lena Spiegel**
- **Kugel F**        **Sandra Haas**

### Kreismeister

- **Hoch mJU20**      **Yannik Mayer**
- **400m mJU20**    **Yannik Mayer**
- **100m mJU20**    **Lukas Kurz**
- **200m mJU20**    **Lukas Kurz**
- **Hoch mJU18**    **Nils Loroff**
- **Kugel mJU18**    **Nils Loroff**
- **100m M14**      **Lorenz Ehmke**
- **Weit M14**        **Lorenz Ehmke**
- **Kugel M14**      **Lorenz Ehmke**
- **Hoch M14**      **Tommy Löchner**
- 
- **200m F**         **Laura Schmid**
- **400m F**         **Lena Spiegel**
- **Kugel F**         **Sandra Haas**
- **Diskuswurf F**    **Sandra Haas**

**Teilnehmer an Vergleichskämpfen / in Auswahlmannschaften:**

**Nico Loroff**                      beim Kreis-Vergleichskampf gegen Rems-Murr

**Marie Mayer**                    beim Kreis-Vergleichskampf gegen Rems-Murr

**Bezirks- und Kreisrekorde**

Neu aufgestellt wurden 2017:

Keiner ☺

Ungefährdet blieben 2016:

**Der Kreisrekord über 4x100m der Männer**

Durch **StG Pfullingen-Riederich mit Schwarze, Fluck, Bonnaire, Eißler** mit 41,41 sek aufgestellt am 08.05.11 in Riederich

**Der Kreisrekord der 4x400m Staffel Frauen**

durch **TSV Riederich (Katrin Wetzels-Bettina Vollmer-Anja Wetzels-Petra Haas)** mit 3:53,30 min aufgestellt am 09.07.91 in Hannover

**Der Kreisrekord im Speerwurf der Männer**

durch **Andreas Hetfeld** mit 70,06m aufgestellt am 21.06.87 in Ketsch

**Der Kreisrekord der 4x400m Staffel weibl. U20**

durch **StG Pfullingen - Riederich (Anna-Lena Pohl – Heike Schäfer – Mareile Betz - Lisamarie Haas)** mit 3:56,56min aufgestellt am 29.05.14 in Müllheim

**Der Kreisrekord über 100m der weibl. Jugend B**

durch **Patricia Weiß** mit 12,28 sek aufgestellt am 01.08.09 in Aulendorf

**Der Kreisjugendrekord über 400m der Weibl. Jugend A**

durch **Petra Fix** mit 56,6 sek aufgestellt am 20.05.84 in Reutlingen

**Der Kreisjugendrekord über 400m Hürden der Weibl. Jugend A**

durch **Bettina Vollmer** mit 61,43 sek aufgestellt am 23.06.91 in Heilbronn

**Der Kreisjugendrekord im Siebenkampf der Weibl. Jugend A**

durch **Mirjam Leippert** mit 3955 Punkten aufgestellt am 23./24.09. 2000 in Metzingen

**Der Kreisrekord über 100m der weibl. Jugend A**

Durch **Patricia Weiß** mit 12,29 sek aufgestellt am 06.06.10 in Pfullingen

**Der Kreisrekord über 200m der weibl. Jugend A**

Durch **Patricia Weiß** mit 24,90 sek aufgestellt am 07.08.10 in Ulm

**Der Kreisrekord der 4x100m Staffel weibl. U20**

durch **StG Pfullingen - Riederich (Lisamarie Haas – Julia Simon –Anna-Lena Pohl - Lara Blinzinger)** mit 48,61sek aufgestellt am 23.06.13 in Karlsruhe

**Der Kreisrekord über 200m der männl. Jugend A**

Durch **Dennis Schwarze** mit 21,84 sek aufgestellt am 05.06.11 in Böblingen

**Der Kreisjugendrekord über 400m Hürden der männlichen U18**

durch **Julian Schmid** mit 55,36 sek aufgestellt am 09.08.14 in Bochum-Wattenscheid

**Der Kreisrekord über 100m der männl. Jugend B**

Durch **Dennis Schwarze** mit 10,96 sek aufgestellt am 21.08.10 in Schwäb. Gmünd

**Der Bezirks- und Kreisrekord über 200m der männl. Jugend B**

Durch **Dennis Schwarze** mit 21,95 sek aufgestellt am 22.08.10 in Schwäb. Gmünd

**Der Kreisschülerrekord über 1000m der Schüler A**

durch **Siegfried Stehlig** mit 2:36,9min aufgestellt am 03.06.84 in Schmidlen

## V. Bericht der Sparte Gesund und Fit

### 1. Aqua-Fitness

**Übungsleiterin** Traude Stiefel Tel. 07123/32953

Yvonne Fuchslocher  
Birgit Riedel

**Übungsstunden**

Montag	10.00 - 10.45 Uhr
Dienstag	19.15 - 20.00 Uhr
Dienstag	20.00 - 20.45 Uhr
Donnerstag	10.00 - 10.45 Uhr

Lehrschwimmbecken in Riederich

Im vergangenen Jahr wurden 4 Kurse durchgeführt.

**Aqua-Training** – Spaß im Becken statt Schwitzen in der Halle:  
Sport im Wasser ist sehr effektiv

Wasser gilt als perfekter Trainingspartner: Es ist Kraft- und Kardiogerät in einem. Der Widerstand von Wasser ist nämlich tausendmal höher als der von Luft, sodass im Schwimmbecken unsere Bewegungen quasi abgebremst werden. Je stärker man beim Aqua-Sport gegen das Wasser drückt, desto intensiver der Trainingseffekt. Ein weiterer Vorteil des nassen Elements: Durch die Auftriebskraft wiegen wir darin nur ein Zehntel unseres eigentlichen Gewichts. Das minimiert die Belastung für die Gelenke, Sehnen, Bänder und Knochen. Selbst wer etwas mehr auf den Rippen hat oder mit Rückenproblemen kämpft, kann im Wasser ohne größeres Verletzungsrisiko sportlich aktiv sein. Auch für Einsteiger eignet sich das Training im Wasser super, da sich der Bewegungsapparat langsam an die neue Belastung gewöhnen kann.





## Geselligkeit

Den Abschluss der Morgenkurse rundete ein anschließendes Frühstück ab, die Abendkurse beendete man mit einem gemeinsamen Abendessen in der Sportgaststätte „Auf der Heide“.



## Danke

- bei der Gemeinde für die Bereitstellung des Lehrschwimmbeckens
- bei den Hausmeistern Herrn Burk und Herrn Löffler

Traude Stiefel

## 2. Dienstagsgymnastik = gesund und aktiv 2017

**Leitung** Barbara Übelmesser Tel. 07123/726135

**Wann** dienstags 16.30 Uhr – 17.30 Uhr

**Wo** Gutenberghalle (Sommer)  
Schulsporthalle (Winter)

21 Teilnehmerinnen aller Altersklassen sind angemeldet.  
Ein Neueinstieg ist jederzeit möglich.



Wir sind eine Gruppe netter Frauen, die mit einem bunten Bewegungsprogramm den Kreislauf in Schwung halten.

### Trainingsinhalte

- Gymnastik ohne und mit unterschiedlichen Handgeräten
- Ganzheitliches Training
- Vitalisierung des gesamten Körpers
- Mit verschiedenen Trainingseffekten die Gesundheit fördern
- Gezieltes Gleichgewichts- und Krafttraining, Koordination
- Angemessenes Üben für die Gelenkigkeit und Beweglichkeit
- Funktionelle Bewegungen mit koordinierter Atmung
- Übungen, die in besonderem Maße die Gehirnaktivität verbessert
- Präventive Übungen
- Körperwahrnehmung und Konzentration
- Altersgerechte und gesellige Spiele
- Systematische Stimulation und gezielte Entspannung

### 3. Power Fitness

**Übungsleiterin**

Marion Uber

Tel. 07123/9560401

**Übungsstunden**

Montag 20.00 - 21.00 Uhr

Gutenberghalle



#### Trainingsinhalt

Wir sind eine Frauengruppe und trainieren immer montags von 20.00 - 21.00Uhr in der Gutenberghalle.

Unser abwechslungsreiches Programm beinhaltet:

BBP, Intervalltraining, Kräftigungsübungen, Faszien Training, Progressive Muskelentspannung usw.

Verschiedene Geräten wie Stepper, Hanteln, Thera Bänder, Redondobälle bringen wir dazu in Einsatz.



Hier sind noch ein paar Bilder von unserem Sommerabschluss 2017.



Marion Uber

#### 4. Aktiv älter werden

##### Übungsleiterin Übungsstunden

Traude Stiefel

Tel. 07123/32953

Montag 19.00 – 20.00 Uhr Gutenberghalle

Die Gesundheit und Beweglichkeit so lange wie möglich zu erhalten, ist das Ziel dieser Übungsstunde. Geboten wird eine abwechslungsreiche Gymnastik unter Einsatz verschiedener Geräte wie z. B. dem Pezziball, dem Theraband, den Hanteln, den Gymnastikbällen, dem Schwungstab und der Blackroll. Die Übungsstunde wird mit Entspannungsübungen abgeschlossen.





## Geselligkeit

Juli: Gemütliches Beisammensein als Abschluss vor der Sommerpause im Hotel „Fortuna“ in Riederich

September: Ausflug – Besuch der Kristallwelten in Dietingen  
 - Alpirsbach auf eigene Faust erkundet  
 - Führung durch das Alpirsbacher Brauereimuseum

Dezember: Weihnachtsfeier im Hotel „Fortuna“ in Riederich



Dank geht an

- die Gemeinde für die Bereitstellung der Gutenberghalle
- die Hausmeister Herrn Burk und Herrn Löffler

Traude Stiefel

## **5. Jedermänner**

### **Übungsstunden**

Dienstags von 20.00 – 21.30 Uhr

### **Ansprechpartner**

Ulrich Sensbach

Zurzeit nehmen ca. 6-12 Jedermänner im Alter von 40 bis 75 Jahre aktiv und regelmäßig am Jedermannsport teil. Das Sportangebot beinhaltet je ca. 30 min Basketball, Gymnastik und Volleyball.

Den Sommerabschluss war wie jedes Jahr eine Radtour mit Abschluss im Sportheim. Des Weiteren fand im Sommer ein Grillabend auf Karl's Gütle statt. Nach unserem Sport gibt es ein gemütliches Zusammensein im Albhotel.

Der Gymnastikblock wird von 2 Sportlern aus den Reihen der Jedermänner abgedeckt. Vielen Dank dazu an Gerhard und Jochen.

Das ganze Jahr über sind die Jedermänner bei verschiedenen Veranstaltungen der Abteilung TuL als Helfer aktiv.

Ulrich Sensbach

## 6. SkiFit – Fitness Workout für Wintersportler/Innen

### Übungsleiter

Achim Wenzelburger  
Tel. 07123/34491

### Übungsstunden

Donnerstag 20:00 – 21:00 Uhr Gutenberghalle

In der Wintersaison, September 2017 bis Ende März 2018, nahmen insgesamt 29 motivierte Wintersportler/Innen, oder auch Teilnehmer/Innen die sich nicht dem Wintersport widmen, teil.

SkiFit, ein Fitness-Workout-Programm hinter dem sich eine moderne, anspruchsvolle Vorbereitung für den Wintersport verbirgt, aber auch zur allgemeinen Fitnesserhaltung im Winter dient.

Im Fokus standen die Bein- und Rumpfmuskulatur, sowie der Gleichgewichtssinn. Grundsätzlich wurden natürlich alle Muskelgruppen trainiert, da der Körper nur ganzheitlich optimal funktionsfähig ist. Ausdauer, Beweglichkeit und Koordination kamen auch nicht zu kurz und waren ebenfalls wichtige Trainingselemente.

Stepper, Medizinball, Hanteln und Blackroll waren dankbare Hilfsmittel, um die Trainingseffekte zu intensivieren.

Auch wenn sich gelegentlich der „Schweinehund“ bemerkbar machte, waren wir alle motiviert und mit Freude dabei. Somit waren wir perfekt für die Pisten vorbereitet und in der Lage dynamische Abfahrten in Angriff zu nehmen, zumal dieser Winter Schneeverhältnisse bot, die man nur selten in einem Winter antrifft. Die Gelegenheit Vollgas zu geben.

Unsere traditionelle „Apresski-Weihnachtsfeier“ wurde wieder einmal, begleitet von liebevoll hergestelltem Gebäck, zum regen Informationsaustausch genutzt.

Die "letzte Abfahrt" fand traditionell in der „Alten Scheune“, mit dem Vorsatz auch am nächsten Kurs teilzunehmen, statt.

Ich wünsche allen Teilnehmer/innen eine schöne „Sommersaison“. Ich würde mich freuen, euch im September 2018 wieder „Winterfit“ machen zu dürfen.

Danke noch an unsere Hausmeister Thomas Burk und Jochen Löffler für ihren Einsatz.



Hier einige gutgelaunte Teilnehmer/Innen

Achim Wenzelburger

## 7. Step und Fit

### Übungsstunden

Dienstags von 20.00 – 21.30 Uhr

### Übungsleiterin

Regina Gugel



Wir sind eine Step-begeisterte Gruppe. Deshalb besteht der Hauptteil unserer Stunde in der Erarbeitung einer Step-Choreographie. Meist werden drei Blöcke erarbeitet, die im rechts-links-Wechsel und mit Richtungs- und Seitenwechsel aufgebaut sind.

Im Anschluss an den Step-Block folgt entweder ein Bodystyling Programm, bestehend aus einem Mix aus Bauch-Beine-Po, Training für den Rücken sowie Krafttraining über die großen Muskelketten oder HIIT-Training (High-Intensive-Intervall-Training). Balanceübungen verbunden mit Übungen zur Sturzprophylaxe runden die Stunde ab.

Besonders beliebt ist auch das monatliche Intervalltraining: hier wechseln sich Ausdauer- und Krafttraining in festgelegten Intervallen ab. Es dient vor allem zur Steigerung der Kraft bzw. der Kraft-Ausdauer unter Einsatz des eigenen Körpergewichts sowie der verschiedensten Kleingeräte wie Theraband, Hanteln, Stepbretter, und Tubes.

Regina Gugel

## 8. Yoga

**Übungsleiterin** Nadine Zöllner Tel. 07123/9560208

**Übungsstunden** Dienstag 17.15 - 18.30 Uhr Aula Gutenbergschule

### Trainingsinhalte

Mit Yoga wird Körper und Geist wieder ins Gleichgewicht gebracht.

An 5 aufeinander folgenden Terminen (Schnupperkurs von November/Dezember) wurde von 16 Teilnehmern der dynamische Yogastil Vinyasa Flow geübt.

Dabei werden die Körperübungen (Asanas) mit dem Atem verbunden und dienen als Hilfsmittel für die völlige Entspannung. Bei diesem Yogastil gehen die Bewegungen dynamisch ineinander über, die Beweglichkeit wird gefördert, der Körper wird stabilisiert und gekräftigt und durch die Endentspannung am Ende der Stunde genießen die Teilnehmer die Stille und kommen zur Ruhe.

Jede Stunde ist eine Reise von außen nach innen.

Nadine Zöllner

**Übungsleiterin:** Katharina Brenner  
Schöner Weg 9  
72800 Eningen  
mobil 0172 - 7365152  
mail: zumba-ka@web.de

Zumba® fitness instructor  
Zumba® sentao instructor  
**STRONG by Zumba® instructor**  
Zumba® gold instructor  
ZIN member

**Termin: Do 20.10 - 21.10 Uhr**

## **ZUMBA® – Die allerbeste Tanz-Fitness-Party**

Zumba? Ach, ist das noch aktuell?  
Diese Frage wird mir ab und zu gestellt.

Kein Wunder, die Fitness-Industrie wirft ja alljährlich neue Produkte auf den Markt ...

Aber Cardio-Training, von toller Musik befeuert und mit gezieltem Muskel- und Koordinationstraining ergänzt kommt nicht so schnell aus der Mode. An neuen Liedern mangelt es uns sicher auch nicht, also gehen wir voller Power in jede neue Runde!

Mitreibende Latino-Rhythmen und Musik aus den aktuellen Charts in Kombination mit einfachen Tanzschritten und Workoutelementen machen Zumba weltweit zu einem Riesenerfolg. Man wird fitter und beweglicher, unter Umständen schlanker und schwitzt auf jeden Fall ordentlich!

Der erste Kurs startete im Herbst 2013 und erfreut sich seitdem ungebrochener Beliebtheit. Regelmäßig lassen sich Neueinsteiger begeistern. Es wird immer wieder bestätigt: Man „kommt rein“ und die Freude an der Bewegung zur Musik sollte nicht hinter Trainingszielen aller Art kommen.

Seit längerem haben wir kleine, mit Quarzsand gefüllte Hanteln in unser Programm integriert. Sie begleiten uns meist über drei Lieder pro Kursstunde und sind sehr beliebt. Trotz ihres geringen Gewichtes von nur 270 g pro Stück können wir mit ihnen die Tiefenmuskulatur des Rumpfes und die auch die Muskulatur der Arme ganz gezielt ansprechen und haben zudem mit ihnen ein weiteres Instrument um den Grad der Anstrengung dem individuellen Stand und Bedürfnis anzupassen.

Nachdem bis zu den Weihnachtsferien der Zustand des Schulturnhallenbodens erneut schlicht kriminell war, hat sich dies nach der Anpassung des Pflegeplanes erheblich verbessert. Nochmals Danke an diejenigen, die diese Anpassung endlich möglich gemacht haben! **Ein besonders inniger Dank geht an dieser Stelle auch an Herrn Burk, der sich anhaltend um die Umsetzung und Optimierung bemüht und unser Feedback dazu einholt.**

Katharina Brenner  
08.04.2018

