

Newsletter TV 1860 Gunzenhausen

März 2022



Aus dem Inhalt

- Neue Mitarbeiterinnen in der Geschäftsstelle
- Abteilung Einrad: Bewerbung für die Weltmeisterschaft
- Bauchtanz-Kurs
- Erste-Hilfe-Kurs für Übungsleiter
- Heizomat-Hetzner-Challenge auch 2022

Neue Mitarbeiterinnen in der Geschäftsstelle

Der TV hat zwei neue Mitarbeiterinnen in der Geschäftsstelle. Sandra Kretzer und Bianka Mäschke gehen eigentlich selbstständigen Tätigkeiten nach und bringen sich stundenweise beziehungsweise in Teilzeit im Verein ein.

Die 47-jährige Bianka Mäschke (*Foto rechts*) aus Pleinfeld arbeitet – neben ihrem Aufgabenbereich in der Geschäftsstelle – auch im Fitnessstudio Keep it fit und als Übungsleiterin im Bereich Rehasport. Im Bereich Rehasport ist die zweifache Mutter auch an anderen Standorten tätig.

„Während meiner Dienstzeit am Vormittag stehe ich gerne im Studio zur Verfügung, mit meinem orthopädischen Hintergrundwissen kann ich gerne Fragen beantworten, beraten und spezielle Übungen vorschlagen“, sagt Bianka Mäschke, die auch weitere Angebote für TV-Mitglieder in Planung hat. Diesbezüglich will sie aber die weitere Entwicklung der Corona-Pandemie abwarten.



Die 50-jährige Sandra Kretzer (*Foto links unten*) stammt eigentlich aus Nürnberg, ist aber schon vor über 20 Jahren nach Gunzenhausen gezogen. Die Mutter einer erwachsenen Tochter ist selbst unter anderem im Kraftsport aktiv. „Ich habe auch viele andere Sportarten ausprobiert, im Kraftsport bin ich hängen geblieben“, sagt die lizenzierte Fitnesstrainerin, die aber noch einen weiteren Schwerpunkt hat.

An der Heilpraktikerschule in Nürnberg hat sie sich zur Ernährungsberaterin ausbilden lassen und ist seitdem freiberuflich auch in der ganzheitlichen Ernährungsberatung tätig. In Zusammenarbeit mit einer auf Psychotherapie spezialisierten Heilpraktikerin übrigens. Ihr Ansatz: Wo kommt ein Übergewicht oder ein Untergewicht her? Welche Auswirkungen hat die Einnahme von Medikamenten? Und sie gibt Ratschläge zur Ernährungsumstellung, „das ist oft ganz einfach“.



Auch mit Kindern arbeitet Sandra Kretzer gerne zusammen. Zum einen im Mutter-Kind-Heim der AWO Seenlandklinik Lindenhof in Gunzenhausen, wo sie Kurse wie „Bewegung im Wald mit Mutter und Kind“ leitet und ebenfalls in der Ernährungsberatung tätig ist. Wie auch an der Stephani-Schule, an der sie Kinderkochkurse anbietet und den Kindern ein bewusstes Essen vermitteln will.

„70 Prozent Ernährung, 30 Prozent Sport“, so umschreibt Sandra Kretzer ihren Tätigkeitsbereich. Wer Interesse am Thema ganzheitliche Ernährungsberatung hat, kann sich gerne an Sandra Kretzer wenden, per mail an kretzersandra@gmail.com oder telefonisch unter 0179/2354060. Ein Erst- bzw.- Kennenlerngespräch ist kostenlos. TV-Mitglieder, die sich in der Folge für eine Ernährungsberatung anmelden, erhalten von Sandra Kretzer einen Altmühlfranken-Gutschein über zehn Euro.

Rehasport

Unsere Zeiten
im TV Sportheim und in der Hetznerhalle



Montag :	09.15 - 10.00 Uhr Ortho im TV / OG	mit Karin Maximowicz
	10.00 - 11.00 Uhr Lunge/Herz im TV / EG	mit Karin Maximowicz
	13.00 - 14.00 Uhr Faszientraining im TV / OG	mit Bianka Mäsche
Dienstag :	08.00 - 08.45 Uhr Ortho im TV / OG	mit Karin Maximowicz
	09.15 - 10.00 Uhr Ortho im TV / OG	mit Karin Maximowicz
	10.30 - 11.30 Uhr Ortho / Hetznerhalle	mit Bruni Stingl
	17.00 - 17.45 Uhr Ortho im TV / OG	Bianka Mäsche
	18.15 - 19.00 Uhr Ortho im TV / OG	Bianka Mäsche
Mittwoch :	08.00 - 08.45 Uhr Ortho im TV / OG	Ingrid Walk
	08.30 - 09.30 Uhr Trittfest /Hetznerhalle	mit Bruni Stingl
	10.00 - 11.00 Uhr Trittfest /Hetznerhalle	mit Bruni Stingl
	17.00 - 17.45 Uhr Ortho im TV / OG	mit Karin Maximowicz
	18.15 - 19.00 Uhr Ortho im TV / OG	mit Karin Maximowicz
Donnerstag :	08.00 - 08.45 Uhr Ortho im TV / OG	mit Karin Maximowicz
	09.15 - 10.00 Uhr Ortho im TV / OG	mit Karin Maximowicz

Gesundheitssport



Montag :	Senioren	10.00 - 11.00 Uhr mit Anni Kral
Dienstag :	Senioren	16.30 - 18.00 Uhr mit Anni Kral
	Schwimmen	19.30 - 20.30 Uhr mit Bruni
Mittwoch :	Pilates	19.15 - 20.15 Uhr mit Margit Zeißner
Donnerstag :	Gymnastik 55+	18.15 - 19.15 Uhr mit Inge Karl
Freitag :	Pilates	09.00 - 10.00 Uhr Paula Müller

Information und Anmeldung

über die Geschäftsstelle:

TV 1860 Gunzenhausen e.V.
Otto-Dietrich-Str. 3, Gunzenhausen
Tel.: 09831-8210 Fax: 09831-610450
E- Mail: info@tv1860-gunzenhausen.de
Homepage: www.tv1860-gunzenhausen.de

Aufgrund begrenzter Teilnehmerzahl bitten wir um Anmeldung in der Geschäftsstelle.

Abteilung Einrad: Bewerbung für die Weltmeisterschaft

Dass die Pandemie auch unerwartete Vorteile bringen kann, dürfen aktuell fünf junge Sportler der Einradabteilung erleben. Sofie Hofer, Smilla Engelhardt, Milena Trautner sowie Felicia und Mira Hüttinger haben eine einmalig gute Chance, vielleicht an der Einradweltmeisterschaft im Sommer mit einer Kleingruppenkür an den Start gehen zu dürfen.

Anfang August findet in Grenoble (Frankreich) mit der „Unicon 20“ die Einrad-Weltmeisterschaft in den verschiedensten Disziplinen von Einradhockey über Speedtrail und Bahnrennen bis hin zum Hallen-Freestyle statt. Einen Startplatz für eine Kürklasse im Freestyle zu ergattern ist alles andere als einfach, da die Leistungsdichte in Deutschland hoch ist und trotz der Pandemie sehr viele Einradfahrer zur Qualifikationsveranstaltung Mitte März nach Willstätt in Baden-Württemberg anreisen werden. Auch Clara Schmidt und Sofia Olympos vom TV 1860 Gunzenhausen werden dort mit ihren Einzelküren antreten, um sich in der Altersklasse U17 um einen Startplatz zu bewerben. Wie stark die Konkurrenz sein wird, ist durch die lange Wettkampfpause momentan schwer einschätzbar, aber es wird sicherlich notwendig sein, dass beide nach einer zeitlich knappen Vorbereitungsphase die volle Leistung abrufen, um eine Chance zu haben.



*oben von links nach rechts: Sofie Hofer, Felicia Hüttinger, Smilla Engelhardt
unten von links nach rechts: Mira Hüttinger, Milena Trautner*

In den U15-Klassen sieht die Situation etwas anders aus. Schon immer waren die Klassen mit den jüngeren Fahrern nicht ganz so voll besetzt wie bei den älteren, aber nun zeigt sich zusätzlich der durch Corona bedingte extreme Nachwuchsschwund. Dadurch ergibt sich für die besten U15-Mädchen aus Gunzenhausen eine tolle Situation: In dieser Klasse ist es nach einer deutschlandweiten Vereinsabfrage nicht

notwendig, an der Qualifikationsveranstaltung teilzunehmen, da die Startplätze für alle interessierten Kleingruppenküren in der Juniorklasse ausreichen. Trotzdem muss die neu gebildete Gruppe jetzt Vollgas geben, um innerhalb weniger Wochen eine geeignete Kür einzustudieren und bereits auf ein möglichst hohes Level zu bringen, denn natürlich wird für einen internationalen Wettkampf ein technischer und künstlerischer Mindeststandard erwartet, den es mit einem Video der Wettkampfkür bis zum 1. März. nachzuweisen gilt. Erst dann wird sich herausstellen, ob das Team von Trainerin Maria Lenk den Startplatz wirklich zugesprochen bekommt. Damit das überhaupt in der kurzen Zeit gelingen kann, greift die Gruppe mit „Step in time“ in den Grundzügen eine bereits erfolgreich erprobte Kür auf.

In der Juniorklasse der Paarküren ist die Situation vergleichbar. Felicia und Mira Hüttinger, die über die letzten zwei Jahre trotz aller Trainingspausen immer wieder kontinuierlich an ihrer ersten Paarkür gearbeitet haben, werden sich auch in dieser Disziplin mit einem Video bewerben, um sich nach Möglichkeit den vorhandenen Startplatz zu sichern.

Um erfolgreich zu sein, braucht es besonders in diesen Wochen natürlich auch ausreichend Glück. Zu viele Infektions- und Quarantänefälle unter Qualifikations-Teilnehmern könnten der Mannschaft schnell einen Strich durch die Rechnung machen. Bisher besteht aber genügend Grund, optimistisch auf das große Ziel hinzuarbeiten.

Sport in Bayern im Rahmen der Corona-Pandemie	
Sportbetrieb	<ul style="list-style-type: none"> • 3G-Regelung (Geimpft oder Genesen oder Getestet) für den Trainings- und Wettkampfbetrieb (Indoor und Outdoor) • Max. 50% Kapazitätsauslastung von Hallen, Gymnastikräumen, etc. • Nutzung von Umkleiden und Duschen erlaubt • Vollumfängliche FFP2-Maskenpflicht (außer bei der Sportausübung)
Zuschauer	<ul style="list-style-type: none"> • 2G-Regelung (Geimpft oder Genesen) für den Zuschauerbetrieb (Indoor und Outdoor) • Inklusive Ausnahmeregelungen für Kinder, Schülerinnen und Schüler sowie Personen, die sich aus medizinischen Gründen nicht impfen lassen können • Max. 50% Kapazitätsauslastung (absolutes Maximum 25.000 Zuschauer) • Vollumfängliche FFP2-Maskenpflicht
Weiteres	<ul style="list-style-type: none"> • Vereinsversammlungen (z.B. Mitgliederversammlung) sind unter Einhaltung der 2G-Regelung möglich • Vereinsgaststätten können unter Einhaltung der 2G-Regelung geöffnet bleiben • Regelungen gelten inzidenzunabhängig (u.a. keine Hotspot-Lockdowns)

Gültig seit Mitte Februar

Bauchtanz

Basiskurs + Choreographie

Der TV1860 Gunzenhausen bietet einen
Aufbau- Kurs (10 Mal) im Bauchtanz
mit Brigitte Stark an.

Der Kurs ist für Anfänger mit Grundkenntnissen geeignet,
bereits erarbeitete Choreographien werden wiederholt
und Basiselemente gefestigt

Start ab Dienstag, den 01.03.2022
jeweils von 19.00-20.15 Uhr
im TV- Sportheim im OG

60.- € für TV- Mitglieder/ 80.- € für Nichtmitglieder

Anmeldungen für diesen Kurs bitte über die
Geschäftsstelle des TV 1860 Gunzenhausen e.V.

Telefon: 09831/8210 Fax: 09831/610450

E-mail Adresse: info@tv1860-gunzenhausen.de



TV 1860
Gunzenhausen

1 2

Im Notfall schnell und sicher reagieren können

Liebe Übungsleiter, liebe Übungsleiterinnen,

wann war dein letzter Erste-Hilfe-Kurs?

Sportliche Aktivitäten, ob innerhalb eines Vereins, als Betreuer, Trainer oder Übungsleiter erfreuen sich großer Beliebtheit. Beim Radfahren, Joggen oder Handball passieren unerwartet mal Unfälle, hierbei ist schnelle Reaktion gefragt.

Unser Übungsleiter und Berufssanitäter Andreas Heimerl wird ca. drei Stunden auf die wichtigsten Themen zur Erste Hilfe eingehen (sowohl in Theorie als auch in der Praxis) und beantwortet Fragen:

- wo befindet sich bei uns der Defibrillator und wie bedient man diesen?
- was ist der Unterschied zwischen Sonnenstich und Hitzschlag?
- Versorgung von offenen Wunden
- stabile Seitenlage

Zu dieser Veranstaltung laden wir Dich ganz herzlich ein:

Am Samstag., 12. März 2022 von 13 bis 16 Uhr im TV-Heim / EG im Gymnastik-Raum.

Anmeldungen nehmen wir per E-Mail oder in der Geschäftsstelle entgegen.

Diese Weiterbildung ist kostenlos und kann im Notfall Leben retten!

Heizomat-Hetzner-Challenge startet in die zweite Runde

„Wenn die Sponsoren wieder dabei sind auf jeden Fall!“. Das war die einstimmige Rückmeldung aller teilnehmenden Vereine, als bei der Spendenübergabe der Heizomat-Hetzner-Challenge im vergangenen Jahr die Frage nach einer Wiederholung gestellt wurde.

Über 90 000 gelaufene Kilometer und 25 000 € Spenden für die acht teilnehmenden Sportvereine waren die beeindruckende Bilanz im März 2021. Ein guter Teil der Spenden wiederum wurde von den Vereinen an wohltätige Einrichtungen und Kindergärten weitergespendet.

Nachdem bei einer gemeinsamen Besprechung die beiden Namensgeber – Heizomat und Hetzner Online - und alle weiteren Firmen (Degenhart Eisenhandel, Huber und Riedel, Bäckerei Herzog, Verpa Folie GmbH, RF Plast GmbH) auch für das Jahr 2022 ihre Unterstützung zugesagt haben und mit der Raiffeisenbank Weißenburg-Gunzenhausen und Frey Erdbau sogar noch zwei weitere Sponsoren dazugekommen sind, steht fest, dass es eine Neuauflage der Challenge geben wird.

Vom 30. März bis 20. April haben die acht Vereine aus Gunzenhausen, Unterwurbach, Aha, Gnotzheim, Frickenfelden, Heidenheim und Cronheim drei Wochen Zeit, ihre Mitglieder so gut wie möglich zum Laufen zu animieren und so viele Kilometer wie möglich zu laufen.

(Text: Stadtmarketing Gunzenhausen e. V. und ingunzenhausen.de)

Haupt-Sponsoren:
je 10.000,- €

 **HETZNER**



Challenge 2022



Co-Sponsoren:
je 1.000,- €

DEGENHART
EISENHANDEL GmbH & Co. KG

Huber & Riedel
Baustoffe

Kompetenz und Nähe im Landkreis!



Raiffeisenbank
Weißenburg-Gunzenhausen eG

Verpalin
Die Folie. The Film. Folia.



FREY
ERDBAU
FUHRUNTERNEHMEN

RF PLAST



Herzog
Bäckerei • Konditorei • Café

Laufen für den guten Zweck für Groß & Klein, für Jung & Alt!

Vom **30. März bis 20. April** findet die
HEIZOMAT-HETZNER Challenge 2022 statt.

Gesammelte Spendensumme: **27.000,- €**,
diese kommt komplett den Vereinen zu Gute!

Teilnehmende Vereine:



SV Unterwurbach



FC Frickenfelden



1.FC Gunzenhausen



SV Cronheim



TSV Heidenheim



TV Gunzenhausen



1. FC Aha



DJK Gnotzheim

Regeln / Ablauf:

Die teilnehmenden Vereine können vom 30. März bis einschließlich 20. April mit ihren Mitgliedern durch Joggen oder Walken Kilometer sammeln. Die Erfassung erfolgt hierbei über entsprechende Trackingapps und wird tagesaktuell durch die Vorstände des jeweiligen Vereins an die Veranstalter übermittelt, hierbei müssen das **Datum**, **Laufzeit**, **Laufgeschwindigkeit** und **Laufstrecke** ersichtlich sein. Es zählen hierbei nur Einheiten **im Freien** und ab einer Strecke von **mindestens 3 Kilometern**.

Spendenverteilung:

Um die Vereinsgröße der einzelnen Vereine zu kompensieren, wird bei der Verteilung der Spenden die Größe der Vereine berücksichtigt, sodass die Spenden fair verteilt werden. Bei der Verteilung **zählt jeder gelaufene Kilometer**, diese werden in Punkte umgerechnet und entsprechen einem Teil der gesamten Spendensumme. Jeder Verein hat sich zudem bereit erklärt, einen Teil der gesammelten Spende wiederum für einen guten Zweck zu spenden.



ÜBUNGSLEITERKONGRESS
21./22. MAI 2022
SPORTSCHULE OBERHACHING



**BEWEGUNGS- und
MEDIENKOMPETENZ**
von **KINDERN**
und **JUGENDLICHEN**
stärken



Fortbildung auf höchstem Niveau
zur Übungsleiterlizenzverlängerung
mit viel Sportpraxis - verbunden mit
digitalen Medien.



bsj-obb.de

[#ErlebeDeinenSport](https://www.instagram.com/ErlebeDeinenSport)

Kontakt zum TV 1860 Gunzenhausen

TV Gunzenhausen, Otto-Dietrich Straße 3, 91710 Gunzenhausen

Telefon: 09831/8210, Fax: 09831/610450, E-Mail: info@tv1860-gunzenhausen.de

Öffnungszeiten Geschäftsstelle: Montag und Freitag von 9 bis 12 Uhr sowie Mittwoch von 15 bis 18 Uhr.

Aktuelle Meldungen, Termine und die zahlreichen Kursangebote unter www.tv1860-gunzenhausen.de, auf der Facebook-Seite des TV 1860 Gunzenhausen oder auf den einzelnen Internetseiten der einzelnen Abteilungen.