

Newsletter

TV 1860 Gunzenhausen

August 2023



Aus dem Inhalt

- Aktive Senioren im TV 1860
- „Ab zu uns in den Sportverein“
- TV-Leichtathleten bei der Bayerischen und am Altmühlsee
- Diakoneo-Sportler bei den Special Olympics in Berlin
- Bewegungsgruppe „Happy Feet“ ist gut angelaufen
- „Skill-Level“-Prüfung im Einradfahren in Gunzenhausen

Seniorensport im TV 1860 Gunzenhausen

Nichts ist unmöglich - alles geht, selbst an den heißen Tagen im Sommer! Die Teilnehmer der unterschiedlichsten Turn- und Gymnastikgruppen im Seniorensport lassen keine Gelegenheit verstreichen, um sich zur Gymnastik zu treffen.



Die Trittfest-Gymnastikgruppe mit Bruni Stingl belohnte sich nach ihrer Gymnastikstunde an einem der heißesten Tage im Juli mit einer Runde Eis – überraschend gestiftet von einer der Teilnehmerinnen. Trotz der relativ hohen Temperaturen trainierten die Sportgruppen von Inge Karl Fit 55+ und die Reha-Gymnastikgruppen von Karin, Ingrid, Bianka und Bruni sowohl in der Hetznerhalle wie auch im Obergeschoss des TV-Sportheims fleißig weiter.

Die Seniorengruppe von Anni Kral zeigte mit viel Freude, wie schwungvoll sie auf dem Trampolin ist. Mit viel Spaß – und ehrlicherweise auch mit der Hilfe aus Katjas Jumping-Gruppe – schwingen sie auf den Trampolinen. Einer Wiederholung sind sie nicht abgeneigt! Vielleicht der Start einer neuen Jumping Idee...?



Genauso fröhlich und abwechslungsreich ist das gesamte Sportprogramm im TV1860, übrigens nicht nur für Senioren - für jedes Alter und jegliche Konstitution bietet der TV1860 ein vielfältiges und abwechslungsreiches Sportprogramm.

Dazu bietet sich gerade jetzt ein besonderes Angebot für Neueinsteiger in den TV 1860 Gunzenhausen an. Für eine Neumitgliedschaft kann man sich im Internet beim DOSB über das Stichwort „Sport nur besser“ einen Vereinsscheck über 40 Euro herunterladen. Wenn man bis Ende August eine Mitgliedschaft in einem Verein abschließt und dazu den Gutschein des DOSB mit abgibt, werden einem 40 Euro wieder gutgeschrieben.

#SPORTNURBESSER

EINE AKTION DES DOSB (DEUTSCHER OLYMP. SPORTBUND E.V.)

AB ZU UNS IN DEN SPORTVEREIN!



TV1860 Gunzenhausen e.V.
www.tv1860-gunzenhausen.de

Wenn du schnell bist und noch keinem Sportverein angehörst, kannst du dir hier einen Sportvereinscheck im Wert von 40,- € für den Mitgliedsbeitrag sichern.

Das Downloadportal ist hierfür im Zeitraum vom 24. Januar 2023 bis zum 31. August 2023 geöffnet. Damit möglichst viele Menschen das Angebot nutzen können, ist die Anzahl pro Person auf einen Sportvereinscheck begrenzt.

Es gibt noch ca. 9.000 Vereinsgutscheine à 40,- € für einen Vereinsbeitritt! Unter dem Stichwort „Sport nur besser“ gelangt ihr auf die Seite [Startseite - DOSB \(sportnurbesser.de\)](http://Startseite - DOSB (sportnurbesser.de))

So geht's:

- Formular ausfüllen und per E-Mail den Link zu einem Sportvereinscheck erhalten.
- Den Sportvereinscheck digital oder ausgedruckt beim Sportverein einlösen.
- Dann ab damit zum Verein deiner Wahl. (Lass dir dabei nicht zu viel Zeit – dein Sportvereinscheck muss nach vier Wochen beim Verein eingereicht werden).
- Letzte Möglichkeit, einen Sportvereinscheck einzulösen ist der 31. Oktober 2023.

Los geht's!

Ausgleichsgymnastik- Präventives Ganzkörpertraining



Der TV1860 Gunzenhausen bietet einen Kurs
Ausgleichsgymnastik (10 Mal)
mit Constanze von Esebeck an.

Einstieg jederzeit möglich!

Ab Dienstag, 19.09.2023 um 9.00 Uhr
im TV-Sportheim im EG.

Kosten: 50.- € für TV-Mitglieder
60.- € für Nichtmitglieder

Anmeldung und Information bei Trainerin:
Constanze von Esebeck 09836-427



TV 1860
Gunzenhausen

1 2

TV-Leichtathleten bei der Bayerischen und am Altmühlsee

Die Olympische „Kernsportart Leichtathletik“ kennt jeder, jeder hat sie schon mal gemacht (BJS) – aber wer macht sie noch, bzw. wer interessiert sich noch für sie? Auch die Printmedien tun sich mit einer Berichterstattung schwer. Die aktuelle Berichterstattung ist schleppend bis gar nicht vorhanden.

Auch der TV tut sich mit dem „Produkt Leichtathletik“ zusehends schwer. Die Kleinsten haben in den beiden Gruppen von Susi und Sibylle viel Spaß (*von ihrem Sportfest am 17. Juli am TV-Platz erfolgt ein gesonderter Bericht im nächsten Newsletter*). Bei den Schülern, Jugendlichen und in der Aktivenklasse tut sich sehr wenig bis nichts.

Einziges Lichtblick sind die Senioren. Sie suchten am 8. Juli in Bamberg ihre Titelträger auf Landesebene in den Bewerbungen Lauf/Sprint/Sprung. Mit am Start auch einige Senioren des TV.

Erfreulich, dass sich mit Markus Holz (AK M45, *rechts im Bild*) und Alexander Schober (AK M55) zwei „Neulinge“ auf der 1500-Meter-Strecke der Konkurrenz stellten – und das mit Erfolg. Markus Holz lief in 5:18,10 Minuten in seiner Altersklasse auf einen hervorragenden 3. Platz und damit aufs Podium. Alexander Schober belegte in seiner Altersklasse in 5:35,01 Minuten einen starken vierten Platz. Für beide war es das erste Meisterschaftsrennen.



Dagegen ist Helmut Schwab (*links im Bild bei der Siegerehrung*) in seiner Altersklasse M65 schon ein „alter Hase“. Über die 200 Meter lief er in 30,12 Sekunden auf Platz zwei und auf der Stadionrunde über 400 Meter reichten 73,73 Sekunden ebenfalls zur Bayerischen Vizemeisterschaft. Für die Deutschen Titelkämpfe hatte er sich bereits im Vorfeld qualifiziert.

In der 4x100-Meter-Staffel ist die „StG Team Franken“ amtierender Deutscher Meister in der AK M60. Auch die Titelverteidiger haben kein automatisches Startrecht, sondern müssen sich für die Deutsche Meisterschaft am 12./13. August in Mönchengladbach qualifizieren.

Mit Matthias Konopka, Helmut Schwab (beide TV Gunzenhausen), Ralf Petri (TG Schweinfurt) und Karl Dorschner (TV Coburg) wurde das Ziel deutlich erreicht. Der Titel in der Zeit von 55,29 Sekunden wurde in Bamberg perfekt gemacht.



Die „StG Team Franken“ in Bamberg, von links: Ralf Petri, Helmut Schwab, Karl Dorschner, Matthias Konopka.

Der SV Unterwurbach richtete am 22. Juli in bewährter Manier seinen „Altmühlseelauf“ aus. Auch einige TV-Senioren trugen sich in die Ergebnislisten ein. Maximilian Stechhammer belegte in seiner AK M35 in 1:23,30 Stunden Platz sechs. (ausführlicher Bericht war im „Altmühlboten“).

Weitere Ergebnisse:

Markus Holz, AK M45, 4. Platz in 1:34,01 Stunden.

Christian Sichermann, AK M30, 4. Platz in 1:26,36 Stunden.

Roland Lebender, AK M60, 7. Platz in 1:50,12 Stunden.



WWW.DEIN-BECKENBODEN.DE

DEIN Beckenboden

KURSE & THERAPIE



10x ab Di, 19.09.2023, 19:30-21:00 Uhr
(19.09./26.09./10.10./17.10./24.10./07.11./14.11./21.11./28.11./05.12.)

BECKENBODENKURS - EINSTEIGER

Löhe KIFaz

10x ab Do, 21.09.2023, 9:00-10:30 Uhr
(21.09./28.09./05.10./12.10./19.10./26.10./09.11./16.11./23.11./30.11.)

BECKENBODENKURS - EINSTEIGER

TV-Heim



Info & Anmeldung

Nicole Schnürle

Physiotherapeutin
Beckenboden- & Kontinenztherapeutin

Mobil: 01522 2156222
info@dein-beckenboden.de

WAS BRAUCHT MEIN
BECKENBODEN WIRKLICH?
WAS KANN ICH FÜR MEINEN
BECKENBODEN TUN?

Sie haben Fragen zum Thema
Beckenboden und Kontinenz?

Gerne gebe ich Ihnen in meinen
Kursen und Einzeltherapien
hilfreiche Impulse und
begleite Sie auf Ihrem Weg.

Alle wichtigen Informationen
sowie aktuelle Kurstermine
finden Sie auf meiner
Homepage:
www.dein-beckenboden.de

Nicole Schnürle
Physiotherapeutin
Beckenboden- &
Kontinenztherapeutin
Mobil: 01522 2156222
info@dein-beckenboden.de

DEIN
Beckenboden
KURSE & THERAPIE

WISSEN
WAHRNEHMUNG
ÜBUNG

12

 **TV 1860**
Gunzenhausen

Anmeldungen und nähere Informationen

unter 01522/2156222 oder info@dein-beckenboden.de

Die „POGGEN“ zu Gast bei den Special Olympics in Berlin

Vom 17. bis zum 25. Juni fanden in Berlin die Special Olympics-Weltspiele statt – die weltweit größte inklusive Sportveranstaltung. Alle vier Jahre wird ein Land zum Gastgeber für etwa 180 Nationen, die in 25 verschiedenen Sportarten gegeneinander antreten. Auch die Sportart Boccia ist mit vertreten, weshalb einige Sportler aus dem Sportteam der „POGGEN“ (Polsingen, Gunzenhausen und Oettingen) von Diakoneo – Kooperationspartner unseres TV Gunzenhausen und zum Training regelmäßig auf unseren Boccia-Bahnen zu Gast – bereits bei Weltspielen in Athen oder Los Angeles mit dabei waren.



Für dieses Jahr hat Lisa Heydecker, Sportbeauftragte bei Diakoneo, eine Fahrt zu den Special Olympics für Sportler bzw. Sportinteressierte organisiert. Mit insgesamt 39 Personen ging es für eine knappe Woche mit dem Bus nach Berlin.

Nach dem Einchecken im Hotel fuhren alle am Abend ins Olympiastadion, um dort die Eröffnungsfeier anzusehen. Ein Riesenspektakel mit Feuerwerk, einer Rede des Bundespräsidenten, verschiedenen Live-Shows und insgesamt rund 50 000 Besuchern. Für die darauffolgenden Tage waren einige Programmpunkte geplant: Eine Schifffahrt an der Spree, ein Besuch im Berliner Zoo, eine Führung durch den Bundestag, die Besichtigung des Fernsehturms von oben und der Besuch beim Special Olympics-Festival am Alexanderplatz. Auch bei verschiedenen Wettkämpfen wurde zugesehen, zum Beispiel beim Boccia, Basketball oder Gewichtheben.

Besonders schön war es für alle, die Athleten aus Kambodscha anzufeuern, die in der vorherigen Woche im Rahmen des „HostTown-Programms“ zu Gast in Oettingen waren. Im wahrsten Sinne des Wortes war es eine sehr sportliche Woche, die alle in vollsten Zügen genossen haben.

Text und Fotos: Anna Lutz (Betreuerin der Diakoneo Boccia-Gruppe)



TV 1860 Gunzenhausen e. V.

**Liebe Mitglieder des TV 1860 Gunzenhausen e.V.
und des Keep it Fit Sportstudios,**



**ab 1. August 2023 entsprechen die Öffnungszeiten des
Sportplatzes und des Outdoorgyms jenen des
Fitnessstudios.**

**Montag bis Freitag 08.00 Uhr bis 22.00 Uhr
Samstag, Sonn- und Feiertag 10.00 Uhr bis 16.00 Uhr**

**Außerhalb der Öffnungszeiten ist das Eingangstor bitte
zu versperren.**

Rehasport



im TV Sportheim und in der Hetznerhalle:

Montag :	08.00 - 08.45 Uhr Ortho im TV / OG	mit Karin Maximowitz
	09.00 - 09.45 Uhr Ortho im TV / OG	mit Karin Maximowitz
	10.00 - 11.00 Uhr Lunge/Herz im TV / EG	mit Karin Maximowitz
Dienstag :	08.00 - 08.45 Uhr Ortho im TV / OG	mit Karin Maximowitz
	09.00 - 09.45 Uhr Ortho im TV / OG	mit Karin Maximowitz
	10.30 - 11.30 Uhr Ortho / Hetznerhalle	mit Bruni Stingl
	17.00 - 17.45 Uhr Ortho im TV / OG	Bianka Mäschke
	18.00 - 18.45 Uhr Ortho (Faszien) *** Kurs findet derzeit nicht statt ***	
Mittwoch :	08.00 - 08.45 Uhr Ortho im TV / OG	Ingrid Walk
	09.00 - 09.45 Uhr *** Kurs findet derzeit nicht statt ***	statt ***
	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 Maximowitz
	18.00 - 18.45 Uhr *** Kurs findet derzeit nicht statt ***	statt ***
Donnerstag :	08.00 - 08.45 Uhr Ortho im TV / OG	mit Karin Maximowitz
	09.00 - 09.45 Uhr Ortho im TV / OG	mit Karin Maximowitz

*Faszientraining mit Bianka am Dienstag um 18 Uhr geht in die Sommerpause.
Vorgesehen ist es, nach den Sommerferien im September wieder durchzustarten.
Weitere Informationen folgen noch. Auch der Kurs mit Ingrid am Mittwoch um 9 Uhr
findet seit dem 26. Juli nicht mehr statt.*

Für Kinder ist Bewegung und Tanz besonders wichtig!
Es fördert das musikalische Gehör und das Rhythmusgefühl,
sowie die Koordination des Körpers und die Fein- und
Grobmotorik.

Wir laden die Kleinsten ein ihre Freude daran mit uns zu teilen!
Mit viel Musik, Spaß, Spiel und Entspannung!

Bitte bequeme Sachen, sowie ausreichend trinken für
die Kleinen und für die Eltern mitbringen!

Jeden Dienstag um
15:30 Uhr - 16:30 Uhr
im TV/Sportheim 1 OG



Bewegungsgruppe Happy Feet

Preise:

Mitglieder TV:
Je 5er Karte 15€
Je 10er Karte 30€

Nichtmitglieder:
Je 5er Karte 25€
Je 10er Karte 50€

Kleinkinder im
Alter 1 - 3 Jahre

Pro Teilnehmer ist eine
Schnupperstunde möglich!

Anmeldung unter
0152 533 054 36
Wir freuen uns auf euch!
Eure Anja und Anna

Unsere Bewegungsgruppe „Happy Feet“ ist super angelaufen. Nach vierwöchiger Sommerpause freuen sich unsere Übungsleiterinnen Anja und Anna ab dem 5. September auf regen Zuwachs.

Erfolgreiche „Skill-Level“-Prüfung im Einradfahren

Am Sonntag, 9. Juli, veranstaltete der Bayerische Radsportverband beim TV 1860 Gunzenhausen bereits zum zweiten Mal in Folge eine „Skill-Level“-Prüfung im Einradfahren. Bei dieser Prüfung können Einradfahrer/innen anhand weltweit gültiger Könnernstufen ihr Erlerntes zeigen. Es gilt in den einzelnen Levels unterschiedliche Einradtricks fehlerfrei vor dem Prüferteam vorzuführen.

So sind zum Beispiel Hindernisbalken oder Rampe zu überqueren, verschiedene Aufstiege zu zeigen oder gar im Wheel-Walk auf dem Rad zu laufen. Alle Sportler und Sportlerinnen beginnen bei Level 1 und können das nächste Level erst erreichen, wenn die Vorhergehenden erfolgreich bestanden wurden.

Die Jungs und Mädels der Einradgruppe des TV 1860 Gunzenhausen hatten sich unter der Regie der Trainer Eva Lehner und Maria Lenk in den Wochen zuvor fleißig auf die Skill-Level-Prüfung vorbereitet, so dass insgesamt 19 Sportler in verschiedenen Levels antreten konnten. Das Training hat sich gelohnt, denn der Großteil der Teilnehmer bewältigte die angetretenen Stufen. Auch die Anfänger wagten sich bereits erfolgreich an die ersten Level heran.



So konnten folgende Level erfolgreich bestanden werden:

Level 1: Hanna Scholz, Isabella Schmidt, Jonah Menhorn, Jonas Begerow.

Level 2: Soey und Vivienne Mayer, Sophia Scherb, Benjamin Wenk.

Level 3: Caroline Riedel, Klara Dollhopf.

Level 4: Milena Ditz, Raffael Körber, Sophie Reichardt, Neele Hofer, Johanna Schober, Flora Buechler.

Level 5: Marleen Riedel.

Gut besuchter Anfängerkurs der Einrad-Abteilung

Mit insgesamt 24 Anmeldungen hat die Abteilung Einrad in den vergangenen Wochen ihren bisher teilnehmerstärksten Anfängerkurs durchgeführt.

An insgesamt sieben Terminen wurde mit Hilfe von vier Trainern in der Einfachturnhalle des Gymnasiums fleißig geübt, das Gleichgewicht auf dem für die meisten völlig neuen Sportgerät zu halten, was eine gute Platzeinteilung in der Halle erforderte, damit jeder im großen „Gewusel“ genügend freie Fahrt hatte. Neben dem freien Fahren gehörte auch bereits Hüpfen, Pendeln und die Technik des freien Aufstiegs zum wöchentlichen Übungsprogramm.

Die Altersspanne der Teilnehmer reichte von fünf bis 47 Jahren. Insgesamt sechs Erwachsene, größtenteils Eltern von bereits aktiven Kindern- und Jugendlichen der Einradabteilung, nahmen die Herausforderung an, das Einradfahren selbst auszuprobieren, fuhren schon bald nebeneinander an der Hand quer durch die Halle und wollen auch zukünftig im freien Training der Abteilung weiterüben.

Aber auch die Fortschritte der anderen Teilnehmer waren Woche für Woche sichtbar und so werden im neuen Schuljahr ca. zehn Kinder des Kurses zwischen fünf und elf in das regelmäßige Gruppentraining der Abteilung hineinschnuppern. Auch männlicher Nachwuchs ist erfreulicherweise wieder dabei, so dass die Jungs inzwischen ein unübersehbares Grüppchen in der Abteilung bilden.

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 Internetseiten der Abteilungen.