

Newsletter

TV 1860 Gunzenhausen

Oktober 2023



Aus dem Inhalt

- Der neue TV-Vorsitzende im Kurz-Porträt
- Impressionen von der Gunzenhäuser Kirchweih 2023
- Neue und bewährte Kursangebote
- Leichtathleten in Röthenbach und am Brombachsee
- Neue Abteilungsleitung Schwimmen
- Multivisionsvortrag mit Bergsteiger Thomas Huber

Der neue TV-Vorsitzende Manuel Blenk im Kurz-Porträt

Geboren: am 29.11.1993 in Gunzenhausen

Wohnort: Gunzenhausen

Familienstand: ledig

Beruf: Verwaltungsfachwirt (Bachelor Professional in Administration) als Sachbearbeiter Leistung im Jobcenter SGB II Weißenburg-Gunzenhausen

Hobbys: Ehrenämter, Freunde und Bekannte, Geselligkeit und Handball (z.Z. nicht aktiv)

im TV Gunzenhausen seit: 20.01.2011



Abteilungen: Handball (& Keep it fit/Studio)

Meine bisherigen Tätigkeiten im Verein: Alle in der Abteilung Handball: Jugendtrainer, Schiedsrichter, in der Vorstandschaft (ca. zehn Jahre) unter anderem zuletzt als Schriftführer.

Meine kurzfristigen Ziele als TV-Vorsitzender:

Ordnung der Vereinsstrukturen (finanziell sowie in der Geschäftsstelle/-führung, Fitnessstudio, Kursangebote, Abteilungsleitungen und Abteilungen und unserer Liegenschaften)

Meine langfristigen Ziele als TV-Vorsitzender:

Kontraktmanagement und enge Zusammenarbeit mit Vorstandschaft, Geschäftsstelle sowie Patrick Igert als Geschäftsführer/Leiter der Verwaltung und des Personals (Beschäftigte sowie Ehrenamtliche).

Weitere Ordnung der Vereinsstrukturen (siehe oben)

Gesundes Mitgliederwachstum; optimaler Austausch mit Mitgliedern und Abteilungen mit einer professionellen Geschäftsstelle und Geschäftsführer vom TV für die Mitglieder, und auch durch die Mitglieder für die Mitglieder; sich wiederholender Austausch mit Abteilungen, Vorstand und Personal.

Professionalisierung und engere Vernetzung im Gesamtkonstrukt unter optimaler Nutzung von Ressourcen (monetär, Arbeits-/Lebenszeit der Mitarbeiter, des Vorstands und der Ehrenamtlichen Übungsleiter).

Rehasport

Rehasport



im TV-Sportheim und in der Hetznerhalle:

Montag :	08.00 - 08.45 Uhr Ortho im TV / OG 09.00 - 09.45 Uhr Ortho im TV / OG 10.00 - 11.00 Uhr Lunge/Herz im TV / EG	mit Karin Maximowitz mit Karin Maximowitz mit Karin Maximowitz
Dienstag :	08.00 - 08.45 Uhr Ortho im TV / OG 09.00 - 09.45 Uhr Ortho im TV / OG 10.30 - 11.30 Uhr Ortho / Hetznerhalle 17.00 - 17.45 Uhr Ortho im TV / OG 18.00 - 18.45 Uhr Ortho (Faszien)	mit Karin Maximowitz mit Karin Maximowitz mit Bruni Stingl Bianka Mäschenke Bianka Mäschenke
Mittwoch :	08.00 - 08.45 Uhr Ortho im TV / OG 09.00 - 09.45 Uhr *** Kurs findet derzeit nicht statt *** 08.30 - 09.30 Uhr Trittfest / Hetznerhalle 10.00 - 11.00 Uhr Trittfest / Hetznerhalle 17.00 - 17.45 Uhr Ortho im TV / OG 18.00 - 18.45 Uhr *** Kurs findet derzeit nicht statt ***	Ingrid Walk mit Bruni Stingl mit Bruni Stingl mit Karin Maximowitz
Donnerstag :	08.00 - 08.45 Uhr Ortho im TV / OG 09.00 - 09.45 Uhr Ortho im TV / OG	mit Karin Maximowitz mit Karin Maximowitz

In unseren Rehasportgruppen sind noch Plätze frei

Impressionen von der Gunzenhäuser Kirchweih 2023





Eltern-Kind-Turnen

Bist Du eine engagierte Mama oder Papa und möchtest gerne eine Eltern-Kind-Gruppe übernehmen? Dann bist Du genau richtig bei uns! Wir suchen für weitere Eltern-Kind-Gruppen Übungsleiter und Übungsleiterinnen.

Interessiert, beziehungsweise kennst Du jemanden?? Kontakt TV 1860 Gunzenhausen: 09831/8210 oder per Mail info@tv1860-gunzenhausen.de

Aufgrund der hohen Nachfrage und langen Warteliste können wir aktuell leider keine weiteren Kinder mehr für das Eltern-Kind-Turnen (1 bis 6 Jahre) aufnehmen.

Bitte langsam!

Liebe Mitglieder,

da vor unserem TV-Sportheim immer wieder Kinder nach dem Training auf die Straße rennen, bitten wir Euch, mit Euren Autos in der Straße langsam zu fahren und Rücksicht auf die Anwohner und Sportler zu nehmen. Vielen Dank!



Ski- und Fitnessgymnastik: Das Original

Am Mittwoch, 11. Oktober, beginnt wieder die Ski- und Fitnessgymnastik des TV Gunzenhausen. Der Kurs richtet sich an alle, die drohendem Bewegungsmangel in der kalten Jahreszeit wirksam vorbeugen möchten. Geboten wird eine bewährte Mischung aus Aufwärm-, Kräftigungs- und Dehnübungen, die nicht nur auf die Bedürfnisse von Wintersportlern zugeschnitten ist. Das trotz Schweiß der Spaß dabei nicht zu kurz kommt, versteht sich von selbst!

Die Ski- und Fitnessgymnastik beginnt um 19 Uhr in der SMG-Dreifachhalle. Das Angebot ist für TV-Mitglieder kostenlos, „Schnuppergäste“ sind herzlich willkommen.

Ansprechpartner: Kerstin und Frank Müller, Tel. 09831/5790090

Einradfahren ausprobieren

Die Einradabteilung bietet ab sofort bis zu den Herbstferien eine Übe- und Ausprobiermöglichkeit für Erwachsene (und evtl. ältere Jugendliche) an. Termin ist immer Dienstags von 20.30 bis 21.30 Uhr in der Einfachturnhalle des Simon-Marius-Gymnasiums. Eine Anmeldung ist nicht notwendig, d.h. Interessenten dürfen einfach spontan vorbeikommen! Einige Leihräder stehen zur Verfügung. Dieses Angebot ist für TV-Mitglieder kostenfrei. Auch Nicht-TV-Mitglieder dürfen sehr gerne zweimal im „Schnupper“-Modus kommen. Kontaktieren Sie bei Fragen bitte die Abteilungsleitung Maria Lenk (09831-6868468).



**Pilates- Präventives
Ganzkörpertraining**

Der TV1860 Gunzenhausen würde
ab 12.10.23 einen Pilates-Kurs (6 mal)
für Anfänger mit unserer
Trainerin Paula Müller anbieten.

Donnerstags, von 17.30 – 18.30 Uhr
im TV-Sportheim OG.

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

Voranmeldung in der Geschäftsstelle:
Tel.: 09831-8210 oder
Email: info@tv1860-gunzenhausen.de



**TV 1860
Gunzenhausen**

Leichtathleten in Röthenbach und am Brombachsee

Das traditionelle Leichtathletiksportfest der LG Röthenbach am 10. September erhielt als „Nordbayerische Leichtathletikmeisterschaften für Senioren“ eine schöne Aufwertung. Mit dem bewährten Duo Matthias Konopka und Helmut Schwab waren auch diesmal wieder zwei TV-Athleten in der AK M65 am Start.

Die clevere altersübergreifende Laufeinteilung hat sich voll bewährt. Im Klartext heißt das: die Laufeinteilung erfolgte nach den gemeldeten Zeiten in diesem Jahr.



Helmut Schwab (*links im Bild*) gewann die 200 Meter in Saisonbestzeit von 29,71 Sekunden, Matthias Konopka entschied die 100 Meter in 14,30 Sekunden und die 400 Meter in 69,26 Sekunden für sich.

Für Matthias stehen in diesen Tagen noch die „EM-Masters“ in Pescara/Italien auf der Agenda. Da drücken wir ihm natürlich die Daumen. Gleichzeitig hoffen wir, dass es mit Friedrich Schübel im nächsten Jahr gesundheitlich wieder aufwärts geht.



Beim Seenlandmarathon am Brombachsee am 17. September waren mit Maximilian Stechhammer (*Bild*) und Markus Holz zwei Athleten des TV über die Halbmarathondistanz am Start. In der Zeit von 1:21,57 Stunden lief Maximilian Stechhammer in der Gesamtwertung auf einen hervorragenden 6. Platz (Altersklassenwertung M35 Platz 2).

Markus Holz benötigte 1:40,21 Stunden und erreichte damit Platz 70 in der Gesamtwertung und in der der Altersklassenwertung M45 Platz sechs. Leider waren die Bedingungen nicht optimal. Zu warme Temperaturen ließen keine besseren Zeiten zu.

Abteilung **Boxen**

- Dienstag:** 18.00-19.00 Uhr Kindertraining
19.00-21.00 Uhr Fitnessboxen
- Mittwoch:** 18.00-21.00 Uhr Boxtraining
- Donnerstag:** 18.00-19.00 Uhr Kindertraining
19.00-21.00 Uhr Fitnessboxen
- Freitag:** 18.00-21.00 Uhr Boxtraining



Anmeldung beim Ralf Markert
Mob. 0160 98022432

Anmeldung in der Geschäftsstelle
Tel.: 09831-8210

Email: info@tv1860-gunzenhausen.de



TV 1860
Gunzenhausen

1 2

Neue Leitung der Schwimm-Abteilung

Wir freuen uns über die neu gegründete Abteilungsleitung der Sparte „Schwimmen“. Diese besteht ab sofort aus der 1. Vorsitzenden Steffi Braun, der 2. Vorsitzenden Anja Rottenberger, Kassiererinnen Jette Schönwald und Schriftführerin Elke Kopper.

Einige von ihnen sind schon als Kinder und Jugendliche bei Wettkämpfen unter der ehemaligen Trainerin Ursula Genz geschwommen und langjährige Mitglieder des TV. Sie haben viele Ideen, wie sie das Zusammengehörigkeitsgefühl der Sparte Schwimmen fördern können und würden auch gerne wieder an Schwimmwettkämpfen mit den Kindern und Jugendlichen teilnehmen.



von links: Anja Rottenberger, Jette Schönwald, Steffi Braun und Elke Kopper.

Aktuell sind sie auf der Suche nach Sponsoren für ein Vereins-T-Shirt für die Schwimmer sowie Firmen, die die Sparte Schwimmen durch Spenden/Sponsoring unterstützen. Die Abteilungsleitung möchte sich dafür einsetzen, dass für die Sparte Schwimmen kein zusätzlicher Spartenbeitrag eingeführt werden muss, so dass die Teilnahme am Schwimmen für die Kinder und Familien keine zusätzliche finanzielle Belastung ist.

Gerne können sie sich bei weiteren Fragen oder Ideen zur Unterstützung jederzeit an die Abteilungsleitung wenden.

TV-Function

im TV1860 Gunzenhausen

- **Zirkeltraining**
- **Für mehr Kraft in Beruf, Alltag und Training**
- **Qualität der Ausführung vor Quantität**

mit **Eurem Trainer Stefan Hildebrand**

Einstieg jederzeit möglich, keine Vorkenntnisse erforderlich

Jeden Freitag

TVCore von 17.45 bis 18.15 Uhr

TVPower von 18.15 bis 18.45 Uhr

im TV-Sportheim OG, Otto-Dietrich-Straße 3

Teilnahmegebühr:

10er Karte -> für 10 mal 30 Minuten,
du bezahlst nur, wenn du auch teilnimmst

35,00 € für TV-Mitglieder

55,00 € für Nichtmitglieder

Anmeldung unter: stefan.hildetv@gmx.de



TV 1860
Gunzenhausen

TV Core: Forme deine Rumpfmuskeln. Zirkeltraining im Fokus deiner starken Mitte. Übungen mit dem eigenen Körpergewicht und funktionellen Kleingeräten. 30 Minuten straffen, formen, festigen.

TV Power: HIIT Zirkeltraining mit dem eigenen Körpergewicht und funktionellen Kleingeräten. 30 Minuten Herz-Kreislauftraining mit höchstem Kalorienverbrauch. Einfach zum Auspowern.

Beide Kurse sind sowohl für Anfänger und Anfängerinnen als auch für fortgeschrittene Sportler und Sportlerinnen geeignet.

Akrobatik: Neue Geräte für die Bewegungskünste

Dank einer Spende der Bürgerstiftung des Landkreises Weißenburg-Gunzenhausen über 500 Euro konnte neben einigen Jongliertellern und Tücher-Pois die erste Laufkugel angeschafft werden. Es handelt sich dabei um Geräte, die einen guten Einstieg in die Zirkuswelt ermöglichen.



Wer das und anderes selbst ausprobieren möchte, ist herzlich zum „Herbstzirkus“ eingeladen. Diese freie Übe- und Ausprobiermöglichkeit in den Herbstferien steht Interessenten jeden Alters (Kinder ab ca. sechs Jahren, Jugendliche, junge und ältere Erwachsene) gegen eine Spende von fünf Euro offen. Eine Anmeldung ist nicht nötig. Termin: Donnerstag, 2. November von 9 bis 12 Uhr in der Einfachturnhalle des Simon-Marius-Gymnasiums.

Step Aerobic & Bodyforming am Mittwoch startet wieder!

Nach längerer Pause startet am Mittwoch, 4. Oktober, wieder um 19:30 Uhr Step Aerobic & Bodyforming mit Steffi Schubert. Bei Fragen und Interesse einfach an Steffi wenden (Tel: 09831/8843322). Montags um 19:30 Uhr wird Step Aerobic & Bodyforming weiterhin von Paula Müller geleitet.

BIOKINEMATIK

mit Bianka

WANN ?

am Dienstag um 18:00 – 18:45 Uhr, ab 10. Okt. '23

WO ?

im TV Heim im OG, Kurs findet ab mind. 4 TN statt

KOSTEN ?

Kassenleistung für Patientemit VO vom Arzt

TV-MG : € 2,- á ÜE

NICHT TV-MG : € 8,- á ÜE



„ der 6 Sinnesorgan “ die FASZIE

- ✓ Stressreduktion
- ✓ für LeistungssportlerInnen
- ✓ bei chronischen Schmerzen
- ✓ Wiederherstellung von Beweglichkeit
- ✓ bei Verkürzungen des Bindegewebes
- ✓ bei Muskelverklebungen & Verhärtungen

ANMELDUNG :

Tel.: 09831 610532

Email: b.maeschke@tv1860-gunzenhausen.de



TV 1860
Gunzenhausen

Du leidest unter Dysbalancen, chronischen oder dauerhaften Schmerzen, Du fühlst Dich unbeweglich? Dann bist Du in unserem Kurs richtig. Wir sind eine Gruppe mittleren Alters, mit viel Freude an Bewegung erleben die Teilnehmer ein abwechslungsreiches und vielseitiges Kursangebot.

Unser Kooperationspartner DAV informiert

Neuer Multivisionsvortrag: In den Bergen ist Freiheit

Über Auf und Ab, Erfolg und Scheitern, Leidenschaft, Mut und Zweifel ... eine wilde, philosophische und rockige Reise in die gebirgige Welt des Thomas Huber.

DER NEUE MULTIVISIONSVORTRAG VON

THOMAS HUBER

27. Freitag
20 Uhr

10. 23
Stadthalle
Gunzenhausen

TICKETS: www.dav-gunzenhausen/huber

DAV
Deutscher Alpenverein
Sektion Gunzenhausen

IN DEN *Bergen*
IST FREIHEIT

Dank an unsere Sponsoren!

Gunzenhausen
Verpa
KEB
HETZNER

Thomas Huber, 51 und der ältere Teil der Huberbuam, ist verheiratet, Familienvater von drei Kindern, und ein leidenschaftlicher Bergsteiger. Er ist fest verwurzelt mit seiner Heimat. In der paradiesischen Schönheit der Berchtesgadener Berge versucht sich Thomas an Stoneage, einer spektakulären Erstbegehung am Untersberg.

Glücklich hier leben zu dürfen, erzählt er von seinem Leben „Dahoam“, zwischen Familie, Tradition und dem Stonerock seiner Band „Plastic Surgery Disaster“. Hier sammelt er die Energie für seine steilen Abenteuer in den Bergen der Welt. Von den Alpen bis in den Himalaya sucht er nach Neuland, scheinbar unmöglich lösbare alpinistische Aufgaben, und findet in seinem Tun in dieser lebensfeindlichen Umgebung einen lebensbejahenden Ansatz:

„Diese Unmöglichkeit macht dich neugierig, sie ist inspirierend und gleichzeitig fordert sie dich! Die Unmöglichkeit anzugehen, braucht viel Lebensmut und Selbstvertrauen!“

Diese mutige Einstellung zeigt Thomas mit seinen bildgewaltigen Expeditionen:

An der Nordwand des Siebentausenders Latok 1 in Pakistan muss Thomas die harte Realität des Scheiterns mehrmals annehmen. Thomas reflektiert sich aus seinen Rückschlägen, lernt aus seinen Fehlern und schaut in die Zukunft.

Mit diesem positiven Fokus durchstieg er mit einem Schweizer Team 2017 eine 1500 Meter hohe Granitwand im indischen Kaschmir. Dieser Erfolg am Cerro Kishtwar forderte sein ganzes Können, eine mutige Gemeinschaft und ist ein Beweis dafür, dass die Unmöglichkeit nur im eigenen Denken zu finden ist. Wenn man seinen Erfahrungen vertraut, Mut beweist und sich von seiner Intuition leiten lässt, verliert diese Unmöglichkeit an Bedeutung.

Dieses Jahr startet Thomas erneut eine Expedition zum Latok 1 im Karakorum. Nicht aufzugeben, mit einer positiven Energie alle Herausforderungen anzunehmen - das ist der wahrhaftige Erfolg!

„Die unmittelbare Zukunft gibt eine Antwort und IN DEN BERGEN IST FREIHEIT erzählt diese wilde Geschichte!

www.dav-gunzenhausen.de/huber

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.