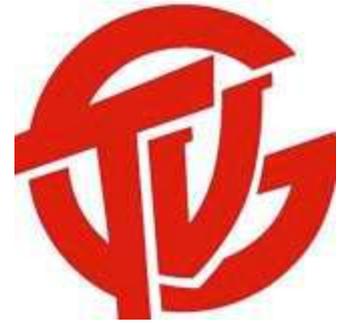


Mitgliederbrief

TV 1860 Gunzenhausen

März 2024



Aus dem Inhalt

- Irina Kunz im Kurz-Porträt
- Fortbildungen in der Schwimm-Abteilung
- Faschingsschwimmen im Juramara
- Auffrischkurs zur Ersten Hilfe
- Anmeldung für den Altmühlseelauf 2024 möglich
- Kursangebot Ausgleichsgymnastik

Irina Kunz im Kurz-Porträt

Geboren: am 7. Februar 1967 in Sibirien, Russland.

Wohnort: seit September 2000 in Deutschland, seit Dezember 2004 in Gunzenhausen.

Familienstand: verheiratet seit 38 Jahren mit Vitali, zwei Söhne (beide Trainer im Keep it fit Studio im TV1860), drei Enkelkinder.



Beruf: Verkäuferin, in Russland in Schuh- und Textilgeschäften.

Hobbys: Stricken (über ein paar gestrickte Socken oder Mützen durften sich auch schon TV-Mitglieder freuen), Spaziergehen mit Vitali.

Im TV Gunzenhausen seit: 1. Januar 2019.

Abteilung(en): Sport Studio „Keep it fit“.

Meine bisherigen Tätigkeiten im Verein: Putzfee im Sport-Studio – ich Sorge dafür, dass nicht nur die Geräte sauber sind!

Meine Ziele: Gesund bleiben!

Schwimmen I: Trainerteam und Abteilungsleitung bilden sich fort

Auch wenn einige Neuzugänge im Trainerteam und der Großteil der Abteilungsleitung schon Erfahrungen im Schwimmsport haben, so bedarf es trotzdem einiger Fortbildungen. Manchmal muss auch altes Wissen wiederaufgefrischt werden, denn es ist Voraussetzung für weitere Fortbildungen.



Los ging es bereits im November mit dem Praxisteil für den Rettungsschwimmer in Bronze. Ein großes Dankeschön an dieser Stelle an die Wasserwacht, insbesondere an Christoph Haller und Anne Betz.

Sie haben uns während der eigentlichen, abendlichen Trainingszeit der Wasserwacht im Schwimmbad/Juramare die Praxis erklärt und die einzelnen Leistungen am Ende abgenommen. Dazu zählten verschiedene Sprünge, Streckentauchen, Schwimmen in Kleidung, Transportschwimmen, unterschiedliche Schlepp- und auch Befreiungsgriffe und noch einige andere wichtige Grundlagen.

Den Theorieteil absolvierten wir nun im Februar. Hier ging es um die Gefahren im und am Wasser. Vor allem auch im Winter, wenn die Gewässer sich zu Eisflächen verwandeln. Wir wissen nun welche Hilfe wir leisten können, bei Bade-, Boots-, Eis- und Ertrinkungsunfällen. Was wir auf keinen Fall tun sollten und welche vielfältigen Aufgaben der Wasserwacht zukommen.

Am Ende bestanden auch alle die schriftliche Prüfung.

Schwimmen II: Hellau im Becken

Die fünfte Jahreszeit fand auch dieses Jahr wieder Einzug im Juramare Gunzenhausen. Am Montag vor dem Unsinnigen Donnerstag verwandelten die Schwimmer und Schwimmerinnen des TV 1860 Gunzenhausen das Becken des Juramares in ein Meer aus Kostümen.



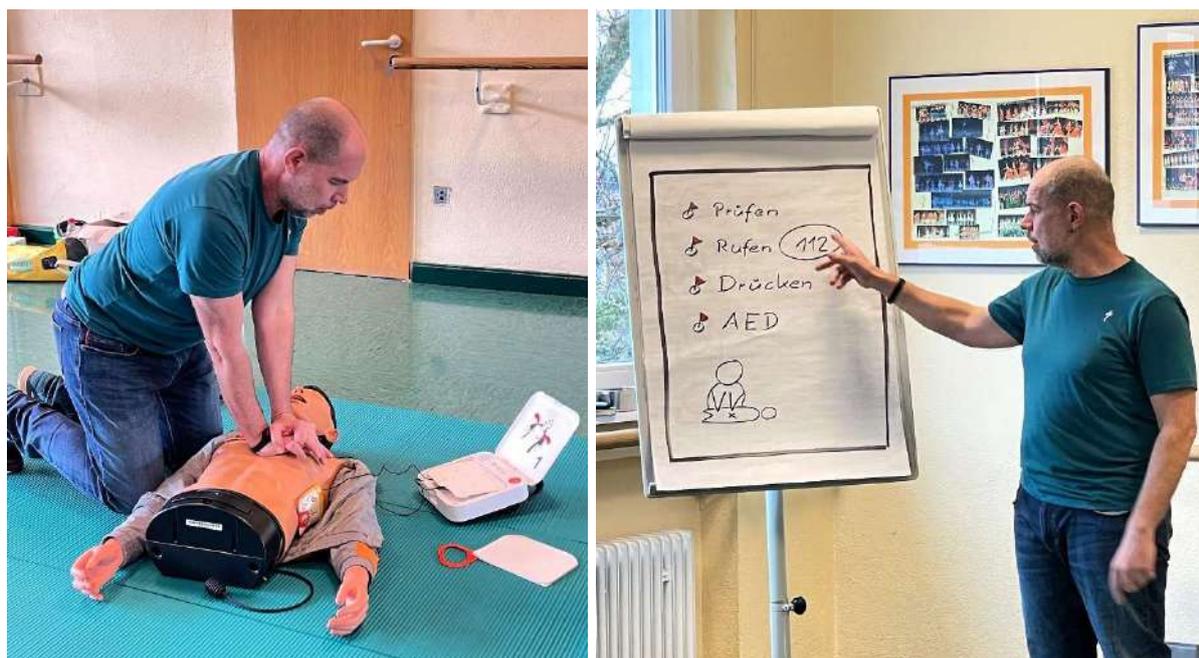
In schwimmgeeigneter Kleidung brachten Taucher, Meerjungfrau, Piraten, Fußballer, Bauchtänzerinnen und viele weitere bunte Gestalten das Wasser zum Kochen. Unter der Leitung von Florian Schmidleitner motivierte das Trainerteam die fasnachtsbegeisterten Kinder zu aller Hand Spaß und Bewegung.

Nach der spritzigen und turbulenten Aquagymnastik und der traditionellen Polonaise durch das Becken, waren alle aufgeheizt für kleine Staffel- und Wasserspiele. Abgerundet wurde das bunte Treiben durch närrischen Wasserball und fröhliches Rutschen.

Die Kinder und das Trainerteam genossen das etwas andere „Schwimmtraining“ und freuen sich auf weiter schöne gemeinsame Veranstaltungen.



Erste-Hilfe-Auffrischkurs



An einem Samstagvormittag Ende Februar hat bei uns im TV-Heim im Ballett-Saal ein Auffrischkurs zum Thema Erste Hilfe stattgefunden. Dabei wurde den Teilnehmern ein sicheres Handeln im Notfall übermittelt. Und vor allem wurden die Ängste genommen, etwas falsch zu machen – denn nicht zu helfen, ist der größte Fehler!

Wir bedanken uns an dieser Stelle bei unserem Übungsleiter und Berufssanitäter Andreas Heimerl für seinen Einsatz.

Für alle, die diesmal verhindert waren und Interesse hätten, möchten wir jetzt schon ankündigen, dass wir im kommenden Jahr versuchen werden, erneut einen Auffrischkurs zur Ersten Hilfe stattfinden zu lassen.

Altmühlseelauf 2024

Unsere Nachbarn vom SV Unterwurbach laden auch dieses Jahr wieder zu ihrem Heizomat-Altmühlseelauf, Termin ist der Samstag, 20. Juli.

Um 16 Uhr starten die Bambinis (400 m) auf dem Sportgelände in Unterwurbach, es folgen die Schülerläufe (2 km), der Jedermannslauf (7,4 km) und abschließend ab 18 Uhr der Halbmarathon mit integriertem Staffellauf.

Weitere Infos und die Anmeldemöglichkeiten – Anmeldung ist bereits möglich – findet ihr unter www.altmuehlseelauf.de



igb
INITIATIVE - GESUNDE BETRIEB

KEEP.FIT
SPORTSTUDIO

Lust auf Gesundheit, die Sie begeistert?

Mit der i-gb Card kostenlos/ermäßigt aktiv werden - AUCH HIER!

Vom Arbeitgeber finanziert • Flexibel & vielfältig nutzbar
Neugierig? Fragen Sie hier vor Ort nach oder schauen Sie auf www.i-gb.de.

Wir sind Kooperationspartner der i-gb!

Doch was genau ist die i-gb?

Die „Initiative gesunder Betrieb“ arbeitet mit Gesundheitsanbietern und Arbeitgebern zusammen, um Arbeitnehmer zu animieren und dabei zu unterstützen, etwas für ihre Gesundheit und Fitness zu tun.

Ist euer Arbeitgeber Mitglied bei der i-gb, erhaltet ihr eine entsprechende Karte, mit der ihr bei uns **pro Besuch (bis zu 5x im Monat) 4,- €**, also insgesamt **bis zu 20,- € eures Studiobeitrags**, sparen könnt.

Fragt also gerne bei eurem Arbeitgeber nach, ob er Mitglied bei der i-gb ist, lasst euch die entsprechende Karte ausstellen und zeigt sie bei eurem Studiobesuch am Empfang kurz vor. Den Rest erledigen wir!

Euer Arbeitgeber ist noch kein i-gb Mitglied?

Im Studio - Empfangsbereich findet ihr Flyer, mit denen ihr euren Arbeitgeber auf die Initiative aufmerksam machen könnt. Gerne mitnehmen!

Ausgleichsgymnastik- Präventives Ganzkörpertraining

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

Ab Dienstag, den 09.04.2024
von 9:00 bis 10:00 Uhr
im TV-Sportheim Gymnastiksaal EG.

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

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



TV 1860
Gunzenhausen

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.