

# BLICK

Bewegung | Begegnung | Belebung

Turn- und Sportgemeinde TSG Söflingen

Nr.: 179 - Dezember 2016 -4







# Auf einen BLICK

- 3 Es kommt zu Wort
- 5 Jahresfeier
- 6 Fitness-Studio
- 9 Handball
- 10 Ski und Snowboard
- 12 Basketball
- 14 Tanzsport
- 15 Fußball
- 16 Rhythmische Sportgymnastik
- 18 Workshops
- 19 Rehasport
- 23 Lauftreff
- 25 Geschäftsstelle

- 26 Kampfkunst
- 28 Tanzakademie
- 30 Volleyball
- 32 Behindertensport
- 33 Running
- 34 Turnen Telesport
- 36 Tennis
- 39 Matinee der Bewegung
- 40 Kindersportschule
- 43 Kindergarten mini-pharmer
- 45 Kindergarten Bärenstark
- 46 Geburtstagsliste
- 47 Impressum

# Es kommt zu Wort

### Walter Feucht

Liebe Mitglieder und Freunde der TSG Söflingen,

in Zeiten politischer Überraschungen, Unabwägbarkeiten und Untergangszenarien, die uns täglich durch die Medien, aber auch durch die Politik um die Ohren geworfen werden, ist es doch erfrischend und beruhigend, dass die TSG Söflingen felsenfest wie ein Gallisches Dorf an der Harthauser Straße steht. Die TSG ist ein Hort der Verlässlich - und Zuverlässigkeit, in dem sie sich wohlfühlen dürfen und für ein paar Stunden die Welt und den Alltag vergessen können. So wird das auch im Neuen Jahr 2017 sein.

Herzlichen Dank möchte ich allen sagen, die zum erfolgreichen Gelingen der TSG Söflingen in 2016 beigetragen haben. Mein besonderer Dank gebührt den ehrenamtlichen Mitarbeitern, der hauptamtlichen Geschäftsführung und im Besonderen unseren zahlreichen Sponsoren. Sie alle zusammen machen und machten einen glänzenden Job. Danke auch an meine beiden Vorstandskollegen Uli Gebhard und Martin Roschmann, die richtige Perlen und Profis sind und ihr Fachgebiet bestens verstehen. Chapeau!

Wir haben für sie interessante, traditionelle, aber auch sehr trendige Programme für 2017 ausgearbeitet. Stillstand gibt es in der TSG nicht. Sympathische Übungsleiter, sowie bestens ausgebildete Spezialisten, z. B. in den vielen Bereichen des Gesundheitssports, garantieren ihnen ein Wohlfühlerlebnis der Sonderklasse.

Unser Grundsatz in der TSG bleibt: Wir arbeiten mit Herzblut, aber professionell und mit hoher Qualität! Wir mögen Menschen!

Zunächst werden wir einen tollen Vereinsball feiern. Haben sie schon ihre Plätze gesichert? Wenn nicht, müssen sie sich beeilen, denn es wird auch 2017 ein internationales Programm der Extraklasse geben, das verspreche ich ihnen.

Holen Sie das kleine Dunkle aus dem Schrank, kommen sie sportlich-elegant, denn Jeans und T-Shirt tragen sie jeden Tag.

Ich wünsche Ihnen ein friedvolles neues Jahr 2017, Bleiben sie gesund!

Walter Feucht

Walles of

Vorsitzender der TSG Söflingen





# JOGGING® Brot&Brötchen

Dit Banan



# ICH BIN JOGGER AUS LEIDENSCHAFT

WEIL BANANEN NICHT NUR AUF BÄUMEN WACHSEN!

# Jahresfeier am 14. Januar



### MICHAEL -

A Tribute to the King of Pop: The Legacy Concert"

Wie ein Live-Auftritt von Michael Jackson ausgesehen hat, lässt sich in der Show "MICHAEL - A Tribute to the King of Pop: The Legacy Concert" erleben, die das Phänomen Michael Jackson auferstehen lässt. In der Tribute-Show, einer musikalischen Hommage an die 2009 verstorbene Musiklegende, verkörpert der US-Amerikaner William Hall den King of Pop mit einer verblüffenden Authentizität. Niemand ist weltweit so nah am Original wie er und wenn Hall Nr.1-Hits wie "Billie Jean", "Thriller", "Beat it" oder "You are not alone" singt, ist Gänsehaut garantiert. Die Show bringt den Megastar auch den Menschen nahe, die nie die Chance hatten das Idol live zu erleben. Im Gegensatz zu einer Vielzahl von Jackson-Darstellern vereint William Hall als Einziger das Aussehen, Stimme, Mimik und charakteristische Gesten des King of Pop.

Duo Azarov - Lassen Sie sich von der Magie dieser außergewöhnlichen Darbietung verzaubern! Erleben Sie die faszinierend schnellen Wechsel atemberaubender Outfits. Die vielen Kostümwechsel sind nur einen Wimpernschlag voneinander entfernt und geschehen vor Ihren Augen und doch im Verborgenen. Dieser actiongeladene "Quick Change Act" vereint ausgefeilte Präzision und tänzerische Leichtigkeit, wie man es nur selten zu sehen bekommt. Genießen Sie dieses unvergessliche Erlebnis."

Dmitry wurde beim gemeinsamen Casting vom Cirque du Soleil und Pomp Duck and Circumstance entdeckt. Annut und perfekte Körperbeherrschung bringen die Zuschauer bei der Handstand- Performance zum Staunen. Sein Auftritt wird zu einem Erlebnis, welches sich in die Erinnerung des Zuschauers für lange Zeit einbettet.

### EZ-PIECES, die Coverband aus München.

Wundervolle Titelinterpretationen von Tanzklassikern, Evergreens, Standards, eine breitgefächerte Auswahl an Superhits und Partykracher der vergangenen Jahre und Jahrzehnte, und die besten aktuellen Chartbreaker finden sich im umfangreichen Repertoire von EZ-PIECES.

# Einladung **Jahresfeier**

mit der Sportlerehrung der Erwachsenen

Liebe Mitglieder und Freunde der TSG Söflingen, wir möchten Sie recht herzlich am Samstag 14. Januar 2017 um 19.30 Uhr in die Theodor-Pfizer-Halle einladen.

Freuen Sie sich auf ein kurzweiliges und buntes Programm.

Für Ihr leibliches Wohl ist gesorgt.

Die Eintrittskarten gibt es zu 10,- € auf der Geschäftstelle zu erwerben.

Wir freuen uns auf Ihr Kommen.



# Fitness-Studio

Für alle, die unsere **Fitness Studio** Sportkurse und das and unbegrenzte Sportkarse Fitness-Studio Nur 40,- € für TSG - Mitglieder kennenlernen und 55,- € für Nichtmitglieder möchten, haben wir inkl, einer hochwertigen Trinkflasche folgendes \*Dieses Angebotgilt nur für Teilnehmer, die noch leinen Kombiangebot: laufenden Vertrag/Zehnerkarte in unserem Fitnessvom 1.- 30. Dezember 2016 Studio bzw. im Sportkursbereich haben, Anmeldung und Informationen erhalten Sie beim Checkeln.







Seit der Gründung 1847 in Söflingen sind wir als modernes, familiengeführtes Unternehmen hier verwurzelt und mit der Region verbunden.

Mit dem Wissen um unsere Herkunft, leben wir familiäre Werte, Verantwortungsbewusstsein und höchsten Qualitätsanspruch – und das schon seit rund 170 Jahren.

Dabei setzen wir auf langfristige Partnerschaften und stellen uns selbstbewusst der Zukunft.

Erfahren Sie mehr unter: www.schwenk.de

SCHWENK Zoment KG

Hindenburgring 15 | 89077 Ulm | Tel: 0731 9341-0 | E-Mail: info@ochwenk.de



# DEUTS CHES TURNEST

BERLIN 03.-10. JUNI 2017



Unser Partner:





Gefördert durch:





entgrund eines Beschlusses des Deutschen Bundestuck

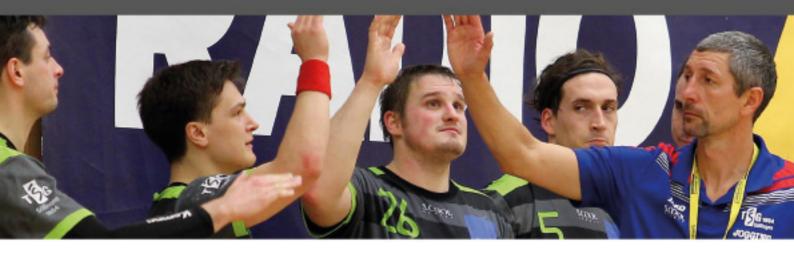


Alle Infos auf www.turnfest.de

10+1 Aktion Wintergrillen 10% auf Zinkbad im Massage Besuch beim Kauf einer 10er Karte gibt es einen 11ten Besuch geschenkt Solevitalbecken in der Sauna unsere 20 Minuten vom Massage for our 15.6 u. a. mit Glühlachs und Fauerkaffee ab 18 Uhr Nikolaus Bademode 36°C warmes Gesundheltsbad von 9-21.30 Uhr um 15 Uhr 11+1 Aktion Wohlfühlsauna 10+1 Aktion Losaktion 10% auf Adventsauna activcard weihnachtliche Aufgüsse nach Shopping Wohlfühlaufgüsse nach beim Kauf einer 10er im Bistro unsere beim Abschluss ein Karta gibt es einen 11ten Besuch geschankt jeder Einkauf Im Bistro erhält ein Los Bademode Freier Eintritt für Kinder bis 13 Jahre 10+1 Aktion 2 für 1 Aktion Massage 50 + 5 Aktion Adventssauna beim Kauf eines 0€ Wertgutscheins bein Kauf einer 10e athrachtliche 1 Tageskarte bezahle 20 Minuten In Bogil eines zahlenden Erwachsenen erhalten Sie 1 Kinderkarte Karte gibt es einen 1 tten Besuch geschenkt Massage für nur 15€ Freier Eintritt für Kinder bis 13 Jahre **Lapland Sauna** 11+1 Aktion Losaktion 50+5 Aktion Gutschein-1 Saunabler gratts (Im Lapland Aufgus um 13 | 14 | 15 Uhr) activcard beim Kauf eines 50 € Wertgutscheir gibt es 5 € geschenkt im Bistro verkauf im Abschluss ein in Bogi, eines zahlenden de Erwachsenen erkalten Sie 1 Kinderkarte jeder Einkauf Im Bistro erhält 9-12 Uhr (0) ein Los



# Handball



### 1. Mannschaft

Platz	Mannschaft	Sp.	S	U	М	Tore	Pkt
1	SV Salamander Kornwestheim	11	9	1	1	305:260	19:3
2	SG H2Ku Herrenberg	11	7	1	3	324:293	15:7
3	TSB Schwäbisch Gmund	11	7	1	3	336:304	15:7
4	TSV Neuhausen/F. 1898	11	5	4	2	328:305	14:8
5	TSV 1899 Blaustein	10	6	0	4	326:320	12:8
6	TSG Söflingen	11	6	0	5	301:294	12: 10
7	TSV Deizisau	11	5	1	5	299:305	11:11
8	TV Willstätt	11	5	1	5	320:320	11:11
9	TV Plochingen	12	5	1	6	364:350	11:13
10	SG Lauterstein	10	5	0	5	302:304	10:10
11	TV Sandweier	11	4	1	6	315:328	9:13
12	TSV 1866 Weinsberg	11	4	1	6	316:330	9:13
13	SG Heidelsheim/Helmsheim	11	4	1	6	303:332	9:13
14	HGW Hofweier	11	3	1	7	299:315	7:15
15	HSG Konstanz 2	10	3	0	7	272:293	6:14
16	SG Heddesheim	11	2	0	9	269:326	4:18

Diese Tabelle wurde nach dem direkten Vergleich berechnet.

Fehlt bei einer Mannschaft die Platzierungsziffer, so ist sie mit der/den vorderen Mannschaften auf dem gleichen Platz. Quelle: hvw-online.de, 22.11.2016

### Heimspiele

04.12.2016, 17.00 TSG- HSG Konstanz2 18.12.2016, 17.00 TSG- HGW Hofweiler 14.01.2017, 16.00 TSG-TV Willstätt 05.02.2017, 17.00 TSG- SV Kornwestheim 19.02.2017, 17.00 TSG- TSV Blaustein 12.03.2017, 17.00 TSG- TSB Schw. Gmund 26.03.2017, 17.00 TSG-TV Sandweier 30.04.2017, 17.00 TSG-SG Lauterstein



# Ski und Snowboard



Das Ski-und Snowhoardteam steht bereit, um mit Ihnen schöne und erfolgreiche Wintersporttage zu erleben.

Die Wintersporthörse von der TSG Skiund Boardschule war bereits am 9, Oktober, Wenn dieser Aufruf kommt, dann ist bei den Wintersportfamilien höchste Eile geboten. Ist bei den Kindern alles durchgecheckt, passen Vati die Skischuhe noch, sind die Klamotten up to date, sollten es bei den Skiern vielleicht doch etwas Längere sein oder hat sich Mutti doch entschieden mit einem neueren aktuelleren Ladyski.

Wenn's dieses Jahr zu knapp war, aufgeschoben ist nicht aufgehoben, die nächste Wintersportbörse ist erst wieder am 8. Oktober 2017 in der Theodor-Pfizer-Halle.

# Seit über 100 Jahren:

Strom aus regionaler Wasserkraft.





SWU NaturStrom besteht zu 100% aus regenerativer Energie. Das schont die Umwelt und ist nachhaltig. Ein hoher Anteil wird durch regionale Wasserbraft erzeugt. Dafür betreiben wir sieben Wasserbraftwerke an Donau und iller und decken damit rund zehn Prozent des gesamten Strombedarfsunserer Kunden. Das Donaukraftwerk Böfinger Halde produziert mit ca. 51 Mio. kWh den größten Beitrag. Zusammen für eine bessere Umwelt.



Nicht lange fackeln und noch die letzten Restplätze für den Weihnachtskurs und den Familienkurs im Januar sichern. Schön wäre es auch wieder mit genügend Schnee an unserem Haushang, um unseren Bambinis die ersten Schwünge in unmittelbarer Nähe zu vermitteln. Einfach unter 38 17 34 anmelden und wenn es die Schneelage zulässt, werden Sie telefonisch benachrichtigt.

Mit dem **Skiopening** vom 2.- 4. Dezember ist die erste Gruppe der TSG bereits unterwegs. In Carezza-Obereggen (Südtirol) sind bestens präparierten Pisten und gemütliche Hütten zum Einkehren vorhanden.

Unser Klassiker, die **Skisafari**, ist in diesem Jahr in Saalbach-Hinterglemm. Wie beliebt diese Ausfahrt ist, haben wir schon bei unserer Wintersportbörse erfahren dürfen. So ist nun eine Warteliste für die Interessenten angelegt.

Wer dem Ansturm auf den Pisten am Wochenende ausweichen möchte, ist bei unseren Best Agers Ausfahrten mittwochs bestens bedient. Es werden kleinere Skigebiete wie Laterns, Gargellen, Klösterle, Gunzesried-Ofterschwang angefahren, die an Qualität viel zu bieten haben. Der Abschluss ist der Klassiker Lenzerheide-Arosa. Mit einem Überraschungseffekt ist bei diesen Ausfahrten immer zu rech-

Wem der Wintersport nur am Wochenende möglich ist, der kann gerne bei der Ausfahrt am Samstag 18. Februar nach Klösterle mitfahren. Busabfahrt ist 07.00 Uhr und die Rückfahrt ist ca. 18.00 Uhr, um noch beim Apresski in der Kelobar dabei zu sein. Anmeldungen nimmt Tim Gulde unter tim.gulde@gmx.de entgegen.

Das Jugendwochenende für 13 – 17-Jährige musste auf den 17. - 19. März vorverlegt werden. In Damüls-Mellau, mitten im Bregenzerwald, warten 109 km schneesichere Pisten. Freies Fahren steht im Vordergrund, jedoch stehen für Rat und Tat die Ski- und Snowboardlehrer immer parat. Nicht lange fackeln und die Restplätze sichern bei Coco Hegenauer unter Jugendwochenende-TSG@gmx.de.

Haben Sie Lust auf Wintersport bekommen, dann informieren Sie sich bitte in unserem Heft, oder schreiben Sie uns eine E-Mail an skikurs@tsg-soeflingen.de oder an skiausfahrt@tsg-soeflingen.de.



# Basketball

### Die Zeichen stehen auf Attacke

Am 24.09. begann für die Herren 1 die neue Saison in der Oberliga Württemberg (ehemals Oberliga Ost) gleich mit einem Derby. Gegen den Aufsteiger BB Ulm 2 wollten die TSGler von Anfang an ihrer Favoritenrolle gerecht werden und sind gewillt diese Rolle auch in der Liga zu übernehmen.

In den vergangenen Jahren gehörte Söflingen immer mal wieder zu den Kandidaten, die genannt wurden, wenn es um die vorderen Plätze ging. Der dritte Platz der vergangenen Saison bestätigt die jährliche Steigerung.

Dafür wurde an einer schlagkräftig Truppe gebastelt. Mit Ed Williams (Spielertrainer) und Tim Steiner von den ScanPlus Baskets und Lars Berger vom Meister der Pro B, dem Team Ehingen Urspring haben die Söflinger gleich drei Spieler aus der Pro B verpflichten können.

"Für uns soll es dieses Jahr endlich nach oben gehen!" bringt es Abteilungsleiter Andreas Bobbe auf den Punkt. "Spieler wie Ed, Lars und Tim bei der TSG waren vor ein paar Jahren undenkbar. Dabei bleiben wir unserem Motto treu! Wie auch Berger und Steiner haben Grosse, Hranjec und Truong ihre Jugend bei der TSG verbracht um dann nach einigen Jahren in höherklassigen Mannschaften wieder zu ihren Wurzeln zurück zu kehren. Vor allem das stetige Wachstum unserer Abteilung und die dadurch verbundenen strukturellen Verbesserungen lassen diese Verpflichtungen zu."

Die Oberligasaison 2016/17 vor Augen und die Regionalliga Baden-Württemberg als Ziel. Die Ulmer Vorstädter sind bereit für eine hoffentlich erfolgreiche Spielzeit. Dieses Vorhaben musste Mitte November eine bittere 70:76 Niederlage gegen Zuffenhausen verkraften. Durch die erste Saisonniederlage vor rund 150 Zuschauern in der heimischen Theodor-Pfizer-Halle rutschte die TSG auf den dritten Tabellenplatz ab und Zuffenhausen sowie Böblingen konnten ihre weiße Westen behalten.



Backerei Konditorei Stalb GmbH & Co. KG Eiselauer Weg 6 | 89081 Ulm | Tel.: 0731 96689-0 | info@baeckerei-stalb.de www.baeckerei-stalb.de









hinten v.l.: Irfan Mecinovic, Tim Altenbeck, Florian Witschen, Heiko Pfleiderer, Michael Steinkellner, Tobias Kopp vome v.l.: Philip Hranjec, Mitja Dürring, Christian Grosse, Lars Berger, Tim Steiner und Stefan Truong, Trainer Ed Williams

# Heimspieltermine der Herren 1:

04.12.16 17:30 Böblingen 17.12.16 20:00 Konstanz 12.01.17 20:30 Ulm 29.01.17 17:30 Derendingen

12.02.17 17:30 Illertal

18.02.17 20:00 Tamm/Bietigheim

Infos zu allen weiteren Mannschaften unter: www.soeflingerbasketball.de

# ZEISS DRIVESAFE BRILLENGLAS

FÜR MEHR SICHERHEIT AUF DER STRASSE UND KLARE SICHT DAHEIM



### BESTE SICHT MIT DRIVESAFE BRILLENGLÄSERN







Um speziell auf die Bedürfnisse von Autofahrern eingehen zu können, hat Zeiss eine neue Produktlinie, die DriveSafe Brillengläser, entwickelt. Durch die Veredelung DriveSafe auf Fern- oder Gleitsichtgläsern fühlen sich Fahrer weniger geblendet und genießen scharfes Sehen in jeder Situation.



Verbesserte Sicht bei widrigen Lichtverhältnissen



Geringeres Blendungsempfinden bei Gegenverkehr



Optimierte Sicht auf Straße, Navi und Rückspiegel für schnelle, entspannte Blickwechsel



Und auch für den Altag geeignet

brillen willhelm

Um - Placengasse 11 - Fon (07 31) 6 47 40 Seffingen - Soblossergasse 1 - Fon (07 31) 38 40 20 Wiblingen - Phillendorfer Str. 9 - Fon (07 31) 4 86 22

Blaustein - Hummelstraße 2 - Fon (0 73 04) 92 18 58 Erbach - Ehinger Str. 34 - Fon (0 73 05) 74 11 Blaubeuren - Karlstraße 3 - Fon (0 73 44) 42 02

# Tanzsport

### Unsere Kurstermine

Dienstag von 18.00 - 19.30 Uhr

Tanzkreis, Herr Plankenhorn im Studio 5
Freitag 17.00 - 18.00 Uhr

NEU Anfänger/Wiedereinsteiger
Frau/Herr Plankenhorn im Studio 5
Freitag 18.00 - 19.00 Uhr

Fortgeschrittene 1, Frau Plankenhorn
Freitag 19.00 - 20.00 Uhr

Fortgeschrittene 2, Frau Plankenhorn
Freitag 20.00 - 21.30 Uhr

Goldkurs, Frau Plankenhorn
Freitag 20.15 - 21.45 Uhr

Latein Fortgeschrittene
Herr Kutschera im Studio 1

Beginn: Di. 10.01. + Fr. 13.01.2017

Anmeldung und Info, bitte eine E-Mail an: tanzsport@tsg-soeflingen.de

Dieter Held



Jeder Mensch hat ein Gefühl für Rhythmus. Und die meisten Menschen bewegen sich auch gern zu Musik, ob bei einer Feier oder auf einem Ball. Tanzsport ist aber noch mehr als tänzerische Bewegung zu Musik. Denn Tanzsport macht fit und erhält die Gesundheit. Erinnern Sie sich? Das Spektrum der Tänze ist umfangreich: Standardtänze wie

Walzer, Slowfox oder Quickstep, Latein-

amerikanische Tänze wie Samba, Rumba und ChaChaCha, oder Salsa und Tango Argentino bis hin zu Disco- und Partytänzen. Die Grundschritte sind schnell (wieder) gelernt. Tanzen macht nicht nur Spaß, es fördert auch insbesondere Ihre Koordinationsfähigkeit sowie die Gedächtnisleistung. Darüber hinaus dient Tanzen natürlich der Ausdauer und damit Ihrer gesamten Fitness. Quelle: tanzsport.de



# Fußball



AH Ausflug auf die Mainau

Das Ziel des diesjährigen Ausfluges im Oktober war die Blumeninsel Mainau. Die Rusfahrt führte uns über die B30/B33 nach Meersburg und von dort ging es dann mit der Fähre nach Konstanz. Auf der Insel angekommen wartete auch schon unser Guide Claudine auf uns. Bei einem Rundgang gab Sie uns einen Einblick in die Geschichte und die Botanik der Insel sowie dem Wirken der Gräflichen Familie Bernadotte. Um die Schönheit der Insel aufrecht zu erhalten sind dort alleine 60 Gärtner angestellt, Im Anschluss an die Führung erkundeten wir alleine die Mainau und genossen die Vielfalt der wunderschönen Dahlien, Das Highlight schlechthin war das Schmetterlingshaus. Von den farbenprächtigen Falter in den verschiedenen Größen waren alle fasziniert. Um 15.30 Uhr trafen wir uns wieder am Bus um uns mit Schnitzelwecken, Fleischküchle, Prosecco und Bier zu stärken bevor wir wieder nach Meersburg übersetzten. Dort angekommen spazierten wir durch die Altstadt zur Weinprobe. Im Staatsweingut in Meersburg bekamen wir einen kurzen Einblick in die Geschichte des Weingutes und dem Weinanbau am Bodensee.

Die Weinprobe von 6 verschiedenen Meersburger Weinen war sehr kurzweilig und es war für jeden Geschmack etwas dabei.

Nach einer flotten Heimfahrt im Party Bus sind wir wieder gut in Söflingen angekommen und liesen den Abend bei Jupp ausklingen.

Michael Keller, AH Leiter

### Wir sind dabei!

Beim diesjährigen Qualifikationsturnier zum U11-EUROCUP DONAU gewann unsere E1 den Vorentscheid am 3.10.2016 in der Brühlhalle in Elchingen.

Vorrunde:

Burlafingen- TSG 0:1 TSG-VfB Ulm TSG-Nersingen 4:1 Somit trafen die Jungs im

Viertelfinale auf den Zweitbester Dritten der Vorrunde, wieder der VfB Ulm, Dieses Mal siegten die Söflinger mit 3:1 Toren. Im Halbfinale traf man auf den TSV Pfuhl. den man dann mit 0:2 Toren bezwang, Finale! In einem überaus spannenden Endspiel gelang der TSG Söflingen der Turniersieg gegen den FC Burlafingen mit 5:4 Toren. Trainer Joachim Wloka, Fans und Spieler waren überglücklich.

Nun warten am 21./22, Januar 17 u.a, FC Bayern München, Bayer Leverkussen und Hertha BSC Berlin. Zieht euch warm an!

V. L: Moritz Grabensee, Julian Schwaiger, Josua Reighle, Paul Zenz, Jakob Rehm.

H. L: Trainer Jonas Zenz, Trainer Markus Schiller, Fynn Obele, Jonah Scholpp, Felix Martin, Johann Weiß, Sing Levin, Trainer Joachim Wloka.





**Gut SEHEN und AUSSEHEN** für alle Geldbeutel

Söflinger Str. 248 ~ 89077 Ulm-Söflingen ~ 0731 - 3885570



# Rhythmische Sportgymnastik



### Der STB trainiert bei der TSG Söflingen

Wie wir im Juni vom STB informiert wurden, erhalten die Trainerinnen der TSG Söflingen, Magdalena Brzeska und Evgenia Cherkasenko, eine Zusatzaufgabe des Schwäbischen Turnerbundes.

Der STB möchte gerne eine STB-Gruppe



zusammenstellen, mit dem langfristigen Ziel einer Teilnahme an einer Junioren-EM-Qualifikation. Hierzu wird der Trainingsort bei der TSG Söflingen sein. Unterstützt werden unsere Trainerinnen dabei von der Landestrainerin (Nachwuchs) Frau Bena Khadartsev. Zum ersten Sichtungslehrgang am 16. Juli wurden die besten 22 Gymnastinnen der Jahrgänge 2006 und 2007 aus ganz Baden-Württemberg eingeladen. Nach dieser Sichtung wurden 15 Gymnastinnen zur 2. Sichtung berufen, welche vom



07.- 09.09.2016 in der ratiopharm-Halle stattfand. Weitere Trainingseinheiten folgten seit Beginn des Schuljahres und die ausgewählten Gymnastinnen trainieren nun ca. alle 2-3 Wochen am Wochenende in Söflingen um zum ersten Wettkampf in der Schülerleistungsklasse am 02. April 2017 als Gruppe des STB anzutreten. Von der TSG Söflingen gehören zu dieser Gruppe Emilia. Wickert, Jocelyn Wu und Jana Rudoj.

Vielen Dank auch an unsere Ettern, welche nicht nur Ihre Gymnastinnen immer



zu Wettkämpfen und Lehrgången fahren, sondern auch öfters bei der Betreuung, Bewirtung und Übernachtung der auswärtigen Gymnastinnen helfen.

# HIRN

### GmbH Wirtschaftsprüfungsgesellschaft

Unsere Kanzlei legt großen Wert auf Service, Kundenorientierung und hohe Beratungsqualität. Bestätigt werder wir darin durch unsere langjährigen Mandantenbeziehungen und diverse unabhängige Steuerberatertests. Neben den üblichen Tätigkeiten unseres Berufsstandes wie Buchführung, Erstellung von Jahresabschlüssen sowie Erstellung von Steuererklärungen stehen wir Privatpersonen und mittelständischen Unternehmen zur Verfügung Weitere Informationen über unsere Kanzlei finden Sie auch im Internet unter: www.hirmwpgmbh.de



### Start in die neue Saison

Der Start in die neue Saison hat bereits mit einem entspannten Trainingsbeginn in den Sommerferien begonnen. Nach vier bis sechs Wochen Urlaub starteten unsere Gymnastinnen Ende August mit dem Training.

Am 08.10.2016 nahmen beim DTB-TurnTalentschulpokal in Wiblingen Mia Abe,
Emilia Wickert, Mia Lietke, Jocelyn Wu,
Milena Prieb und Liliana Kraus als Mannschaft für die Turn-Talentschule der TSG
Söflingen teil und erreichten den 6. Platz.
Anfang November durften wir bei der Matinee der Bewegung des Turngaues Ulm
teilnehmen. Einige Zusatztrainings und
das einstudieren von Showelementen
lohnten sich für zwei große Auftritte auf
der großen Bühne des Theaters Ulm. Ein
tolles Erlebnis für Gymnastinnen und Zuschauer gleichfalls.



Alle Bilder dieser Seite von Lars Schwerdtfeger.

### Verabschieden

Wir mussten uns im Juli leider von zwei Gymnastinnen verabschieden.

Mia Lietke zog mit Ihren Eltern nach Berlin. Sie trainiert in Zukunft am Stützpunkt in Berlin. Sie startet jedoch auch in Zukunft für Ihren Heimatverein die TSG Söflingen. In die Solwakei zog Kaijta Rovan mit Ihren Eltern. Sie trainiert auch dort wieder RSG und hat uns bereits in den Herbstferien wieder besucht.

Wir wünschen beiden und Ihren Familien in der neuen Heimat alles Gute und hoffen sie bald wieder zu sehen.





OPTIK

Preiswert - Kompetent Zuverlässig

Söflinger Str. 248 ~ 89077 Ulm-Söflingen ~ 0731 - 3885570



# Workshops im Dezember und Januar

### 1. LINK MOVES®-Gehirnfitness-Training

Im Gehirnfitness-Training, nach der von Heidrun Link entwickelten LINK MOVES®-Methode, werden durch gezielte Bewegungsübungen bestimmte Gehirnareale angesprochen und vernetzt.

Dies führt zu mehr Lern- und Konzentrationsfähigkeit, fördert die Teamentwicklung und trägt zur emotionalen Entspannung im (Berufs-)Alltag bei. Das Training ist auch ein Programm zur Burnout- Prävention. Zudem werden die koordinativen und kognitiven Fähigkeiten gefördert und Stress abgebaut. LINK MOVES ist geeignet für alle, die ein Gehirn haben – gemeinsames Lachen garantiert!

### Die 3 Erfolgsfaktoren für geistige Fitness ein Leben lang

- Körperliche Aktivität
- · Geistige Aktivität
- · Soziale Kontakte

Das LINK MOVES®-Gehirnfitnesstraining beinhaltet alle 3 Faktoren und ist damit eine perfekte Methode, um das Gehirn in jedem Alter nachhaltig zu trainieren.

### Muskelentspannung nach Jacobson und Autogenes Training

### Warum Entspannung üben?

- · Verminderung von äußeren Reizen
- . Stille werden zu sich kommen
- Möglichkeit zur inneren Ruhe, seelische und k\u00f6rperliche Ausgeglichenheit
- Entspannung = Abwesenheit von Nerven- und Muskelimpulsen
- Psychische Probleme/ Ångste erzeugen Muskelspannung, k\u00f6rperliche Entspannung ist unvereinbar mit Angst - Reduktion der Angst durch Entspannung
- Schon bestimmte Vorstellungen lösen kleinste muskuläre Spannungen aus

# **Anmeldung**

Kurs 1 - mittwochs 7.+ 14.+ 21.12.2016

LINK MOVES®- Gehirnfitness-Training von 15.00-16.00 Uhr

Kurs 2 - mittwochs 7.+ 14.+ 21.12.2016

Entspannung von 16.00-17.00 Uhr

Mitglied 15,- € / pro Kurs

Nichtmitglied 30,- € / pro Kurs

Workshops - Kurs 1 and 2 zusammen samstags 17.12.16 oder 21.01.17 von 14.00-16.00 Uhr Mitglied 10,- € / pro Samstag Nichtmitglied 20,- € / pro Samstag

Weitere Informationen bei Trainerin Hilke Waldbüßer, Tel.: 0731/93666-14





Alle Gerichte auch zum Mitnehmen. Dienstag - Sonntag 10.00-14.00 Uhr und 17.00-22.00 Uhr Inhaber: Familie Giletto Harthauser Straße 95, 89081 Ulm Tel.: 07 31/9 38 70 97

# Rehasport

### Infoveranstaltungen Beckenboden am 24.09.und 22.10.2016

In der ersten Vortrags- und Informationsreihe um den Beckenboden haben sich jeweils 16 interessierte Zuhörer eingefunden. Hilke Waldbüßer informierte beim ersten Termin über verschiedene Frauen-Themen wie "Der Beckenboden mit 20-40-60" und "Belastungs- und Dranginkontinenz".



Bei der zweiten Veranstaltung stand "der männliche Beckenboden" im Vordergrund und warum es sinnvoll ist ein gezieltes Beckenbodentraining vor und nach einer Prostata OP durchzuführen.

Ebenfalls stellte sie das neue EMS Gerät für den Beckenboden, der INNOVO@-Therapie, vor. Es war sehr schön zu sehen, wie sich der Beckenboden mit diesem Trainingsgerät kraftvoll anspannen lässt. Ein richtiges Toilettenverhalten rundete beide Veranstaltungen ab. Mit dem Augenmerk, dass kein Druck auf den Beckenboden ausgeübt werden soll, stellte Hilke Waldbüßer die Wichtigkeit von Ballaststoffen dar, Damit die Zuhörer auch probieren konnten, dass Ballaststoffe nicht nur gesund sind sondern auch gut schmecken können unterstützte Anne Klerk von der Firma. Thermomix® mit einem leckeren Smoothie. Ebenso war die Fa, INNOVO® miteinem Informationsstand vorort, Frau Gisela Stier beantwortete alle Fragen über die elektrostimulierte Therapie für den Beckenboden.

Diese Informationsveranstaltungen sollen aufklären und zusätzlich eine Plattform für Fragen rund um den Beckenboden bieten.

Bei beiden Veranstaltungen stand Prof. Dr. Paiss für Fragen zur Verfügung, was auch rege angenommen wurde. Hierfür danken wir ihm recht herzlich.

# Anmeldungen ab sofort möglich!

### Kurs-Nr. 31: Fit & Vital

mit Alexander Waldenmaier

Montags, 17.30-18.30 Uhr, Erwin Lander Halle Diese Stunde beinhaltet ein gezieltes und gelenkschonendes Kraft — Ausdauertraining aller großen und wichtigen Muskelgruppen. Hierdurch werden muskuläre Dysbalancen ausgeglichen und es ergibt sich eine optimale Beschwerdeprophylaxe. Dieser Kurs ist für alle Altersgruppen sowie für Männer und Frauen geeignet.

### Kurs-Nr. 36: Cardio Fit

mit Gabor Czako

Freitags, 08.15-09.15 Uhr, Studio 3
Dieses Training teilt sich auf in ein präventives Herz-Kreislauftraining sowie einem Ganzkörperkräftigungstraining. Hier wird zudem die Koordination und Dehnung der einzelnen Muskelgruppen trainiert. Dieser Kurs ist für alle Altersklassen sowie für Männer und Frauen geeignet.

### Kurs-Nr. 21: Gesund & Trainiert

mit Ioan Cimpoia

Donnerstags, 14.00-15.00 Uhr, Studio 1 ab 12.01.2017

Das Ganzkörpertraining fördert die Beweglichkeit, sowie das Herz-Kreislaufsystem und sorgt zudem für die Kräftigung der Muskulatur. Es eignet sich als gesundheits- und fitnesserhaltendes Angebot für alle Altersgruppen und ist sowohl für Männer als auch Frauen geeignet.

### Neu im Gesundheitssport:

Kurs-Nr. 33: Reha Wirbelsäule

mit Ioan Cimpoia

Donnerstags, 15.00-16.00 Uhr, Studio 1 ab 12.01.2017

Diese Stunde ist speziell für Teilnehmer mit Problemen im Bereich Rücken-, Schulter- und Nackenmuskulatur. Übungen zur Lockerung und Kräftigung sollen die Bewegungsqualität verbessern und Beschwerden lindern.

### BeBo® Beckenboden

### Einsteigerkurse für Frauen und Männer

Ein gut trainierter Beckenboden ist elastisch, kraftvoll und bildet die Basis für ein gutes Körpergefühl. Er beeinflusst darüber hinaus die Haltung, hilft bei Inkontinenz und lässt auch Rücken-, Knie- und Fußprobleme verschwinden.

ab 11.01.2017

### Kurs-Nr. 35: Einsteigerkurs Frauen

mit Diane Krips

Mittwochs, 15.00-16.00 Uhr, Studio 3

ab 11.01.2017

Kurs-Nr. 39:

### Einsteigerkurs Männer

mit Diane Krips Mittwochs, 16.00-17.00 Uhr,

Studio 3





Kontaktlinsen vom Spezialisten von Preiswert bis Individuell

Söflinger Str. 248 ~ 89077 Ulm-Söflingen ~ 0731 - 3885570



# Reha Sportangebote

Montag			Dienstag			Mittwoch		
09.00 - 10.00	65	Reha Innere	00.00 - 00.80	32	Reha Wirbelsäule	07.45 - 08.30	46	Aqua Fit
10.00 - 11.00	22	Bebo® Beckenboden	08.45 - 09.45	26	Wirbelsäulengymnastik	08.30 - 09.15	47	Aqua Fit
10.00 - 11.00	24	Wirbelsäule Senioren	09.00 - 10.00	34	Reha Hüfte/Knie	09.00 - 10.00	18	Reha Hüfte/Knie
10.00 - 11.30	71	Yoga	09.00 - 10.30	75	Yoga	09.45 - 11.15	20	Gesund und Trainiert
16.00 - 17.00	5	Wirbelsäulengymnastik	10.00 - 11.00	37	Gesund und Trainiert	10.15 - 11.00	38	Indoor Cycling 60+
17.00 - 18.00	4	Wirbelsäulengymnastik	10.00 - 11.00	62	Reha Innere	15.00 - 16.00	35	Beckenboden Frauen
17.00 - 18.00	63	Reha Innere	13.30 - 14.30	76	Reha Lungensport	16.00 - 17.00	39	Beckenboden Männer
17.30 - 18.30	31	Fit & Vital	14.00 - 15.00	2	Wirbelsäulengymnastik	16.00 - 17.00	17	Wirbelsäulengymnastik
18.00 - 19.00	16	Wirbelsäulengymnastik	15.00 - 16.00	77	Reha Lungensport	16.30 - 17.30	11	Wirbelsäulengymnastik
18.00 - 19.00	81	Fit over 50	15.30 - 16.30	28	Reha Onkologie	16.45 - 18.00	67	Yoga
18.00 - 19.00	56	Reha Herzsport	16.00 - 17.00	15	Bewegter Rücken	17.30 - 18.30	3	Wirbelsäulengymnastik
18.15 - 19.00	50	Aqua Fit	17.00 - 18.00	25	Beckenboden	17.30 - 18.15	43	Aqua Jogging
19.00 - 20.00	85	Fit over 50	18.00 - 19.00	57	Reha Herzsport	18.00 - 19.00	79	Reha Herzsport
19.00 - 20.00	61	Reha Herzsport	19.00 - 20.00	58	Reha Herzsport	18.15 - 19.00	53	Aqua Power
19.00 - 19.45	45	Aqua Power	19.30 - 20.15	48	Aqua Power	18.15 - 19.30	68	Yoga
19.00 - 20.15	66	Yoga	20.15 - 21.00	49	Aqua Power	19.15 - 20.00	44	Aqua Jogging
19.15 - 20.00	51	Aqua Jogging				18.00 - 19.30	74	Yoga
						19.00 - 20.00	59	Reha Herzsport
						19.30 - 21.00	73	Yoga
						20.00 - 21.00	70	Pilates-Physyolates®

# FIT & GESUND BLEIBEN.

Um für Ihren Sport dauerhaft das Beste geben zu können, ist es unerlässlich, auf Gesundheit und körperliche Verfassung zu achten. scultetus support bietet die orthopädisch richtige Unterstützung, um Muskeln, Gelenke und Sehnen präventiv beim Sport zu schonen und schmerzhaften und langwierigen Verletzungen vorzubeugen.

- 3D CAD Sportschuh-Einlagen
- Kniebandagen und -Orthesen
- Knöchelbandagen und -Orthesen
- Handgelenk- und Daumenbandagen
- Ellenbogenbandagen
- Schulterbandagen und Cervikalstützen
- Rückenbandagen und -Orthesen

www.scultetus-ulm.de





scultetus support gibt es 3x in Ulm

Haupthaus Frauenstraße 114, 89073 Ulm

Telefon: 0731 - 176 09 - 0

Filiale Magirus-Deutz-Straße 18, 89077 Ulm

Telefon: 0731 - 407 995 30

Sanitätshaus Blautal, Juraweg 1,

89034 Blaustein

Telefon: 07304 - 43 77 112

eMail: support@scultetus-ulm.de

Dominerstag			
08.00 - 09.00	12	Wirbelsäulengymnastik	
09.00 - 10.00	14	Reha Wirbelsäule	
09.30 - 10.30	72	Yoga	
10.30 - 11.30	82	Qi Gong	
10.30 - 11.30	19	Wirbelsäulengymnastik	
14.00 - 14.45	30	Beckenboden Männer	
14.00 - 15.00	21	Gesund und Trainiert	
14.45 - 15.30	29	Bebo® Beckenboden	
15.00 - 16.00	33	Reha Wirbelsäule	
15.30 - 16.30	27	Beckenboden/Rücken	
16.00 - 17.00	13	Reha Hüfte/Knie	
16.00 - 17.00	78	Reha Lungensport	
17.00 - 18.00	84	Reha Lungensport	
17.00 - 18.00	10	Reha Wirbelsäule	
18.15 - 19.00	41	Aqua Fit	
19.15 - 20.00	42	Aqua Jogging	
18.15 - 19.30	64	Yoga	
19.30 - 20.30	69	Yoga	

### Freitag

08.15 - 09.15	36	Cardio Fit
09.00 - 10.00	8	Wirbelsäulengymnastik
09.30 - 10.30	23	Beckenboden
16.30 - 17.30	9	Wirbelsäulengymnastik
18.15 - 19.00	54	Aqua Jogging
19.15 - 20.00	55	Aqua Power

Für weitere Informationen zu den einzelnen Angeboten, sowie ob ein Kurs von Ihrer Krankenkasse übernommen werden kann, wenden Sie sich bitte an: Tanja Kröner

t.kroener@tsg-soeflingen.de Telefon: 0731 / 93 666-14 Bürozeiten:

Montag, 08.30-12.00 Uhr Dienstag von 8.00-12.00 Uhr Mittwoch von 8.00-12.00 Uhr Diese Kursangebote können sowohl von TSG-Mitgliedern als auch von Nichtmitaliedern belegt werden. Die jeweiligen Gebühren werden tertialweise abgerechnet.

1. Tertial vom 09.01. - 07.04.2017 Mitglieder Nichtmitglieder 12 mal (45 min) 30,00 € 60,00 € 12 mal (60 min) 42,00 € 84,00 € 12 mal (90 min) 54,00 € 108,00 €

Für TSG-Mitglieder, die einen Gesundheitssportkurs belegen, besteht die Möglichkeit das Fitness-Studio, zu einem ermäßigten Monatsbeitrag von 18,- €, zzgl. einer einmaligen Aufnahmegebühr von 13,- €, zu nutzen.





# ratiopharm arena

...seit Dezember 2011!





# DIE TEDDY SHOW

Do, 8. Dezember 2016



Fr, 16. Dezember 2016



EROS RAMAZZOTTI

Fr, 9. Dezember 2016

Tickets unter www.ulmtickets.de und bei allen bekannten Vorverkaufsstellen.



# Lauftreff

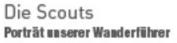
### Einstein- Triathlon Marathon, Biathlon, Triathlon, Duath-

Marathon, Biathlon, Triathlon, Duathlon.... die Zahl der -athlons steigt!

Am 7. August wurden in Ulm nicht nur der 4. Einstein- Triathlon ausgetragen, erstmals auch die Deutsche Meisterschaft im Duathlon. Bei diesem Wettbewerb entfällt das Schwimmen, dafür müssen die Teilnehmer in den Disziplinen Laufen – Rennrad – Laufen auf Strecken von 110 km (Langdistanz) oder 55 km (Kurzdistanz) antreten. So dominierten dieses Mal die Laufwettbewerbe an der Donau zwischen Metzgerturm und Donaustadion, die hin-

 Platz im Gesamtklassement und den
 Platz in ihrer Altersklasse. Herzlichen Glückwunsch zu diesem Erfolg, aber auch allen Helfern, vor allem Jürgen und Tina, ein ganz großes Dankeschön für ihren Einsatz.

Frieder Hillenbrand



Seit nunmehr 7 Jahren hat der Lauftreff



Zwischen Rottachund Grüntensee Herbstwanderung am 3.9.2016

Bei schwülwarmem Wetter und bedecktem Himmel trafen sich morgens rund 30
Leute am TSG- Parkplatz, um in Fahrgemeinschaften über die A7 ins Allgåu zu
fahren. Hans hatte die Fahrer entsprechend wegen des Treffpunkts instruiert.
Trotzdem fehlte ein Auto, als wir uns an
der Kirche von Mittelberg zusammenfanden. Dank Mobilfunk ließ sich aber das
Missgeschick mit einer viertelstündigen
Verzögerung beheben und so gingen wir



sichtlich der Streckensicherung in der Verantwortung des Söflinger Lauftreffs lagen. Obwohl die Donau mit nur 14° Wassertemperatur beim Schwimmen Neoprenanzüge zur Pflicht machte, setzte das warme Wetter den Triathleten beim Laufen gehörig zu. Nicht nur die fast 1500 Teilnehmer benötigten gute Ausdauer, auch die Streckenposten hatten alle Hände voll zu tun, um die Vielzahl der Läufer auf den z.T. engen Wegen zu sichern und Fans, Zuschauer und Passanten von der Strecke fern zu halten. Jürgen und Tina Schneider hatten wieder fast 30 Lauftreffler als Helfer motivieren können, auf einen schönen Sonntag zu verzichten und dafür bis zum Spätnachmittag, als noch die letzten Läufer vorbei kamen, an der Strecke auszuharren. So war die abschließende Einkehr in der Pizzeria die Entspannung nach dem anstrengenden Dienst, Auch einige Läufer vom Söflinger Lauftreff waren vor allem bei den Staffeln beteiligt. Ursel Fuchs machte den ganzen Olympic Triathlon (0,5 - 20 - 5 km ) mit und erreichte mit 2:28:01 Stunden den

eine Leitungsgruppe, die seinerzeit in erster Linie Werner Gäßler als Mådchen für alles entlasten sollte. Nach dem Motto "Auf mehrere Schultern verteilt trägt sich's leichter übernahmen acht Lauffreunde jeweils einen Teil der Aufgaben, die bisher einer alleine gemacht hatte und arbeiten seither sehr effektiv.

Zu den Aufgaben gehört auch die Planung und Organisation unserer Wanderungen im Frühjahr und im Herbst, Für erstere sind Michael und Hannelore Ringshandl zuständig, die Herbstwanderung wird von Hans und Elisabeth Klufa. organisiert. Dazu gehört nicht nur die Auswahl der Strecken, auch das Drumherum mit Anfahrt, Weglänge und Anforderungen und nicht zuletzt auch die Einkehrmöglichkeiten müssen geplant werden. Das heißt auch, auf einer Vortour sich über alles vor Ort zu informieren. Schließlich soll jeder Teilnehmer zufriedengestellt werden. Und wenn alle mit einem Hochgefühl, etwas Tolles erlebt zu haben, nach Hause fahren, ist dies der schönste Lohn für die Wanderführer.

erst gegen 12 Uhr los. Zunächst führte unser Weg an einer riesengroßen Bank vorbei auf dem Panoramaweg zum Burgkranzegger Hörnle, wo die Mittagsrast angesagt war. Inzwischen war die Wolkendecke aufgerissen und gab einen herrlichen Blick auf Wertach und die Allgåuer Berge frei. Es folgte ein steiler Abstieg auf Wurzelpfad und wieder hinauf zur Elleger Höhe. In Oberelleg gab es eine Kaffeepause im Café 'Alpenblick', wo wir mit vorzüglichem Kuchen verwöhnt wurden. Durch einen sehr schönen Wald ging es danach abwärts zum Mühlbach und zum Schluss nochmal hinauf nach Mittelberg. Im Gasthaus 'Krone' mit sehr guter Küche kehrten die meisten noch zum abschließenden Essen ein, bevor wir dann abends die Rückfahrt antraten. Unseren Hans und Elisabeth Klufa sei für diese schöne Genusswanderung ganz herzlich gedankt.





# Sport verbindet.

Er stärkt den Zusammenhalt und schafft Vorbilder. Sparkassen engagieren sich regional wie national.

sparkasse-ulm.de



## Geschäftsstelle



Wenn jemand, wie Markus Weber, die TSG Söflingen verlässt, dann tut das natürlich schon ein bisschen weh. Der Vorstand und die Geschäftsführung der TSG, sowie die Mitarbeiter in der Geschäftstelle, sind schon ein wenig wehmütig, wenn Markus, ein TSG Söflingen Urgestein, ab Januar 2017 andere berufliche Aufgaben übernehmen wird. Markus ist ein positiver, zupackender Typ und deshalb haben wir alle sehr gerne mit ihm zusammengearbeitet.

Auf der anderen Seite sind wir auch stotz darauf, dass Markus die neu geschaffene Stelle als Geschäftsführer vom Turngau Ulm übernehmen wird, zeigt es doch die Wertschätzung für seine Arbeit in der TSG Söflingen und die wertvollen Erfahrungen, die er bei uns im Verein sammeln konnte.

Lieber Markus, wir wünschen dir alles Gute im neuen Job und ein allzeit glückliches Händchen, bei allen Entscheidungen die du treffen musst.

Herzliche Grüße Walter Feucht





# Kampfkunst

### Der Dan-Träger (Schwarzgurt)

1. DAN Shodan, 2. DAN Nidan, 3. DAN Sandan, 4. DAN Yondan, 5. DAN Godan: Diese sind die ersten fünf Graduierungen des Meistergrads in Jiu Jitsu. Wer den ersten Grad besitzt, hat erst die erste Stufe seiner Entwicklung als Meister erreicht. Die technische Grundausbildung, die er vor dem Shodan abgeschlossen hat, dient nur als Vorbereitung für die neue Reise auf seinem eigenen Weg (Dő), dem Weg der Selbstentdeckung, der Selbstbeherrschung, dem Weg des Budő. Dieser Weg ist aber lang. Neben dem neuen technischen Wissens, das der DAN Träger entdeckt und erlernt, entwickelt er auch seinen Geist durch Mut- und Geduld-Proben, die er oft trifft, weil er seinen Weg nicht ohne großen Aufwand geht.

Nach Jahren konstanter Arbeit und fortlaufendes Erlernen und Engagement auf diesem Weg kann der Meister den letzten Grad, der mit technischer Prüfung absolviert wird, den Godan, erreichen. So, wie es unser Meister Jürgen Hudelmaier in diesem Jahr gemacht hat.

Dies bedeutet, dass nach mehr als vierzig Jahren in den Kampfkünsten, ist er ein wahrer Jiu Jitsu Meister und kein Schüler mehr und erlebt und verbreitet die Budő-Philosophie nicht nur im Dojo beim Training, sondern auch im alltäglichen Leben. Wir gratulieren ihm ganz herzlich nochmal zu seinem verdienten Godan.

Die Schüler

### RAN.BAU Fensterarbeiten Energieberatung Flachdach-Fassadenarbeiten Solaranlagen sanierung Dacharbeiten Planuna Dachausbau Außenanlagen Industriebau Haustüren Spengler-Wintergarten Badsanierung Elektroinstallation RENOVIEREN .. AUSBAUEN .. NEUBAUEN Der Ansprechpartner für alle Neubau-, Umbau- und Renovierungsarbeiten. www.ran-bau.de RAN.BAU.EBNER-GmbH. Elchinger Str. 20, 89275 Thalfingen Telefon 0731.96 22 7-0. Telefax 0731.96 22 7-30

### Praktische Anwendung von Nervendruck- und Schlagpunkten

Seit April 2016 bestand in Ulm die Möglichkeit, sich in mehreren Fortbildungseinheiten bei Kyoshi Erwin Pfeiffer in der Anwendung von Nervendruck- und Schlagpunkten ausbilden zu lassen und am 24. September die theoretische und praktisch Prüfung zum Nervenpunkt Praktiker Level 1 abzulegen.

Außer den Teilnehmern der Kampfkunstabteilung des TSG Söflingen nahmen weitere Schüler aus Österreich, Süd- und Westdeutschland diese Möglichkeit war. Die Fortbildung begann mit dem Erlernen der japanischen Behandlungsmethode "Kuatsu". Hier galt es in praktischen Übungen zum Beispiel Kopfschmerzen, Nasenbluten, Linderung und Reanimationsmethoden bei Ohnmacht und Atembeschwerden zu behandeln.

In den weiteren Seminareinheiten wurde in praktischen und theoretischen Übungen die Manipulationsmöglichkeiten der Nervendruckpunkte durch Schlag, Druck und Reibung an Arm, Bein, Körper, Hals und Kopf erlernt.

Gut vorbereitet durch Erwin Pfeiffer bestanden alle Teilnehmer die Prüfung zum Nervenpunktpraktiker und konnten sich mit dem neu erlernten Wissen auf den Nachhauseweg machen.

### Freundschaftstraining in Uhingen mit Peter Kollmannthaler

Am 11. Oktober 2016 veranstaltete Andreas Unterthiner von der Kampfkunstabteilung des TV Uhingen ein Freundschaftstraining mit dem Referenten Peter Kollmannthaler 4. DAN Jiu Jitsu. Diese Einladung nahmen auch Mitglieder der Kampfkunstabteilung des TSG Söflingen gerne an.

Das Training stand unter dem Motto "realistisches Jiu Jitsu für die Straße".

Zu Beginn des Trainings erklärte Peter Kollmannthaler die einzelnen Fasen einer Auseinandersetzung und ging auf das Thema Notwehr ein. Nachdem Videos von Auseinandersetzungen geschaut und analysiert wurden, gab Peter Kollmannthaler taktische Tipps aus seiner über vierzig jährigen Erfahrung als Polizeibeamter und Ausbilder für Selbstverteidigung.

Nach dem Aufwärmen wurde in Partnerübungen Abwehr und Gegenmaßnahmen bei körperlichen Auseinandersetzungen erlernt und eingeübt.

Das Training ging nach über 90 Minuten in freundschaftlicher, lockerer Atmosphäre zu Ende. Die Teilnehmer bedankten sich beim Ausrichter und beim Referent für den tollen Abend und machten sich mit neuen Erkenntnissen und Eindrücken auf den Nachhauseweg.

### Kämpfer mit Herz

Am 29.10.2016 fand in Elchingen ein Kampfkunstseminar unter dem Motto "Kämpfer mit Herz" statt, an dem Mitglieder der Kampfkunstabteilung teilnahmen. Der Organisator und Meister Tobias Mack veranstaltete zum wiederholten Male ein Kampfkunstseminar der besonderen Art. Kampfkunst Großmeister, Meister und Schüler aus Deutschland, der Schweiz und Österreich trafen sich, um gemeinsam in den unterschiedlichen Stilen zu trainieren und sich kennen zu lernen.

Auf drei Matten gaben die Meister den ganzen Tag über Einblicke in ihre Kampfkunste. Neben einer Vielzahl an klassischen asiatischen Kampfkünsten, konnte auch in Wettkampfsystemen wie Brasilian Jiu Jitsu und Mixed-Martial-Arts geübt werden.

Zudem bestand die Möglichkeit, sich bei einer hawaiianischen Lomi Lomi Massage zu Entspannen und zu Regenerieren.

Das besondere an den "Kämpfer mit Herz" Veranstaltungen ist jedoch, dass die Referenten teilweise nach einer langen Anreise unendgeldlich unterrichten und der komplette Erlös der Veranstaltung an humanitäre Einrichtungen gespendet wird. So ging der Erlös diesmal an den Förderkreis für Tumor und Leukämie erkrankte Kinder Ulm e.V.





# Tanzakademie



Let's dance mit der TSG Söflingen -STB-Cup Dance Vorrunde Süd in Ehingen

Einer der sportlichen Höhepunkte für die Tanzakademie der TSG Söflingen ist im Herbst der Dance Cup des Schwäbischen Turnerbundes, Ausrichter des Vorrundenwettbewerbs Süd war am Samstag, 16. Oktober der SC Berg. Über 200 Tänzerinnen aus 24 Gruppen nahmen an dieser Veranstaltung, die in der Längenfeldhalle in Ehingen ausgetragen worden ist, teil. Folgenden Kategorien wurden dem Publikum und Kampfgericht dargeboten: Wettbewerb Dance Experience, Wettbewerb Dance New Styl(z), Wettkampf Basic Kinder Dance, Wettkampf Basic Jugend Dance, Wettkampf Basic Erwachsene 18+ Dance, Wettkampf Basic Erwachsene 30+ Dance und Wettkampf Advanced Jugend Dance.



In der Kategorie Wettkampf Basic Erwachsene 18 + ertanzte sich die Show- und Wettkampfgruppe "FunJazzTics", (bestehend aus Jessica Forderer, Tanja Forderer, Alexandra Freudenmann, Camilla Hilden, Stefanie Höffner, Vanessa Löw, Christiane Spyrka, Lena-Maria Stockinger und Viktoria Weber), trainiert von Kerstin Reindl, mit ihrer Darbietung "Wicked Games" von Parra for Cuva feat. Anna Naklab - einen beachtenswerten 1. Platz mit 13,75 Punkten von insgesamt 16,00 Punkten. Die überwältigende Freude innerhalb der Tanzgruppe und den mitgereisten Fans war riesig, da somit die Qualifikation und der Einzug zum Baden-Württembergischen Landesfinale in Neuhausen auf den Fildern am 19.11.16 gesichert ist.

### 19. Forum Tanz

Am Sonntag, dem 13.11.2016 fand mit großem Interesse das 19. Forum Tanz der Tanzakademie in der Theodor-Pfizer-Halle statt. Die 90- min Danceshow stand in diesem Jahr unter dem Titel "Klappe, Film ab".

Zu Beginn ehrte Reinhold Eichhorn, der Ehrenpräsident des Turngaues Ulm, unsere langjährige Tanztrainerin Regine Ouwens für Ihren langjährigen und unermüdlichen Einsatz bei der Tanzakademie. Nach der Begrüßung von Petra Weber zeigten über 200 Mädchen und Frauen eine bunte Show mit verschiedenen Tanzstilen, wie Kindertanz, Ballettmix, Dancemix, Cheerleading und Showtanz.

Die Leiterin der Tanzakademie Petra Weber war begeistert vom Enthusiasmus und Engagement der vielen Tänzerinnen. Viele helfende Hände, wie z.B. beim Nähen der Kostume, waren bei dem Event gefordert. Ein herzlicher Dank gilt es Jürgen Hofstätter und Birgit Botzenhardt für die gelungenen Gruppenfotos, Harald Kah für die Videoaufnahmen und dem Filmtheater Xinedome für die Plakate zu sagen.





# 19. Forum Tanz





























holl

Licht & Tontechnik Lochäckerweg 23 89079 Ulm Tel.: 0171 / 8 10 15 62

Fax: 0731 / 9 45 88 34 www.uliholl.de

Unser Service reicht vom einfachen Verleih von Lichtund Tonanlagen, bis hin zu fachgerechten Aufbau und



Durchführung von Konzerten. Ob Disco, Geburtstags-, Hochzeits- oder Betriebsfeier, wir Vermitteln Ihnen

einen passenden DJ mit der nötigen technischen Ausrüstung um für die entsprechende Stimmung zu sorgen.

# Volleyball









AUTOHAUS KREISSER – FÜR JEDEN DAS RICHTIGE FAHRZEUG.

















IN DER KLINGENSTEINER STRASSE 49:

VERKAUF: NEUFAHRZEUGE SERVICE RUND UM IHREN VOLKSWAGEN

IN DER MAGIRUS-DEUTZ-STRASSE 11:

AUDI SERVICE VERKAUF: DIENST-, JAHRES- UND GEBRAUCHTFAHRZEUGE KARDSSERIEINSTANDSETZUNG ALLER FABRIKATE

KLINGENSTEINER STRASSE 49 & MAGIRUS-DEUTZ-STRASSE 11. ULM-SÖFLINGEN TELEFON 07 M - 3871 - 0 - WWW.KREISSER.DE



# **Termine**

Am 3.12.2016 findet wieder unser beliebtes Bändelesturnier in der ratiopharm Sporthalle statt. Wir hoffen auf interessierte und zahlreiche Zuschauer.

Es werden wieder spannende und unterhaltsame Spiele zu sehen sein.

Mit unseren perfekten Spieloutfits werden wir sicher wieder für das ein oder andere Lächeln sorgen.

### Volleyball Freizeit-Runde Gruppe D1

Die Mixed Mannschaft hat bereits ihre Spielrunde wieder begonnen und dies mit sehr guten Leistungen.

Die ersten 3 Spiele haben wir alle gewonnen, obwohl wir durch die vielen Verletzungen unserer Spieler stark geschwächt sind. Es kann so weitergehen! Wir hoffen die beiden kommenden Spiele am Mittwoch 23.11.16 gegen Bellenberg zu Hause und am 29.11.16 auswärts gegen den VfL Ulm auch zu gewinnen. Die Hinrunde endet am 14.12.16 mit dem Spiel gegen den letztjährigen Gruppensieger Blaustein.

# Training

Montags, 10:00-12:00 Freizeit gemischt

Mittwoch, 20:00-22:00 Freizeit gemischt

Freitag, 20:00-22:00 Freizeit/ Fortgeschritten gemischt

Wir freuen uns über jeden neuen Mitspieler. Traut euch und "schnuppert" in unser Training.

### Tabelle

	Verein	Spiele	2:0	2:1	1:2	0:2	Bälle	Sätze	Punkte
1	TSV Blaustein	4	4	0	0	0	201:138	8:0	12
2	SC Lehr	5	3	0	1	1	240:216	7:4	10
3	TSG Söflingen	3	1	2	0	0	192:135	6:2	7
4	VSG Bellenb./Vöh.	3	1	1	0	1	154:143	4:3	5
5	VfL Ulm	5	0	1	1	3	244:285	3:9	3
6	TV Wiblingen New	. 4	0	0	3	1	228:263	3:8	3
7	TSV Erbach	4	0	1	0	3	143:222	2:7	2



Die Orchidee. Wunderschön und überali in der Weit zu Hause. Botaniker benannten bis jetzt 30.000 Arten.

# Höchster Anspruch.

Gute Beratung ist ein Geben und Nehmen.

Blicken Sie ganz entspannt der Zukunft entgegen. Mit höchster Sorgfalt und professionellem Know-how finden wir gemeinsam mit ihnen Lösungen, die Sie überzeugen werden. Das beschert uns seit Jahren sehr gute Ergebnisse bei der Zufriedenheit unserer Kunden.\* Vereinbaren Sie jetzt einen Beratungstermin und erleben Sie ausgezeichnete Beratung in ihrem Private Banking Center Ulm, Neue Straße 70, 89073 Ulm.

"94% zufriedene Kunden laut repræsentzilver Kundenzufriedenheitsanzlyse 2015 bei Privatkunden.

www.bw-bank.de

Baden-Württembergische Bank

BW Bank

# Behindertensport

### Sitzballturnier am 21.10.2016 in Penzberg

Am 21.10.2016 stand für die Sitzballer der BSA ein Einladungsturnier unserer Freunde aus Penzberg auf dem Programm.

Am Turnier nahmen die Mannschaften aus Linz, Frammersbach, Bludenz, Tirol, Südtirol, Erding, Ulm-Söflingen und natürlich der Gastgeber Penzberg teil. Da einige Mannschaften kurzfristig absagten konnten nur diese 8 Mannschaften antreten.

Gespielt wurde im Modus Jeder gegen jeden auf 2 Spielfeldern. Von Anfang an entwickelten sich spannende Matches und es galt vom ersten Augenblick an hellwach zu sein. Und dem Söflinger Team, dass in der Besetzung Heribert Wanger, Jürgen Weiglein, Stephan Höß, Richard Schulmeister und Armin Dandl antrat gelang dies vom ersten Spiel an perfekt.

Überlegen und routiniert wurden die Spiele vom Söflinger Team gespielt so das gegen die ersten Mannschaften überzeugende Ergebnisse heraussprangen. Aber es gab auch Spiele wo fighten nötig war. Auch diese Spiele konnten die Ulmer erfolgreich für sich abschließen. Schnell war erkennbar, das an diesen Tag wohl nur eine Mannschaft den Ulmern den Turniersieg streitig machen konnte. Dies waren unsere bekannten Freunde aus Linz. Auch Linz absolvierte all ihre Spiele erfolgreich.

So kam es, wie es kommen musste. Und da die Turnierleitung ein glückliches Händchen hatte kam es am letzten Spiel zum direkten Aufeinandertreffen der beiden Teams aus Söflingen und Linz. Das Spiel hielt, was es versprach. Dramatik, Spannung und ständig wechselnde Führungen. Also genau dies, was Sitzball so spannend macht. Und am Ende sprang ein leistungsgerechtes Unentschieden heraus. So beendeten beide Teams Niederlagenfrei dieses Turnier. Die Ulmer hatten am Ende aber eine bessere Trefferquote so das Ulm-Söflingen dieses Turnier gewann. Dies war auch der erste Sieg einer Söflinger Mannschaft bei einen Sitzballturnier zu den wir herzlich gratulieren.

### Deutsche Senioren Meisterschaft im Behindertensport Tischtennis

21.10-22.10.16 in Schutterwald - Offenburg Am Freitag den 21.10.2016 starteten Manfred Drescher und Stefan Strobel vn der TSG Söflingen bei der Deutschen Senioren Meisterschaft in Schutterwald.

Manfred konnte leider kein Spiel für sich entscheiden, obwohl er stark aufspielte. 80 Prozent seiner Spiele verlor er im fünften Satz. Es fehlte einfach das "Quentchen Glück".

Stefan der zum ersten Mal bei der Seniorenmeisterschaft WK40 an den Start ging, erreichte in seiner Gruppe den zweiten Tabellenplatz. In seinem ersten Gruppenspiel verlor er mit 0:3 Sätzen gegen den späteren Deutschen Meister. Er zeigte aber in diesem Spiel hervorragende und spannende Ballwechsel, ging sogar in jedem Satz in Führung. Am Ende gewann aber verdient Jörg Schneider (TTG Büßfeld e.V.).

Stefan Strobel steigerte sich von Spiel zu Spiel und gewann am Ende die Bronze Medaille bei den Deutschen Meisterschaften WK 40 in Schutterwald 2016.

Er startete auch schon im April 2016 bei der Deutschen Meisterschaft in Heuchel-



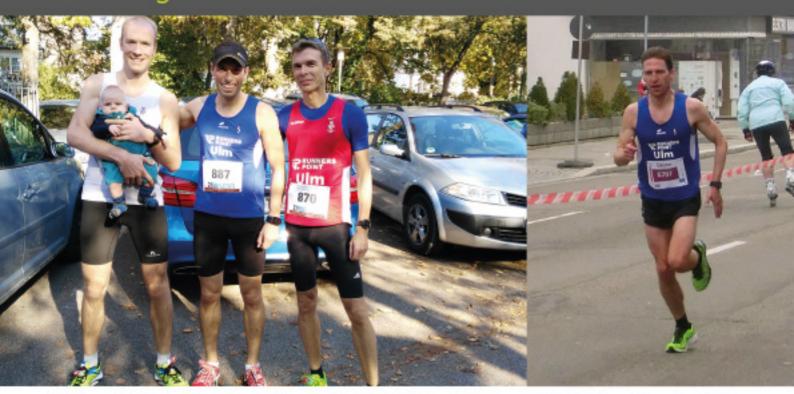
berg / Frankfurt der Aktiven, da erreichte er im Doppel den 4. Platz mit seinem Kollegen aus Niedersachen Mike Krebs.

Ebenfalls, wie in diesem Jahr, spielte sich Strobel ins Hauptfeld. Am Ende reichte es aber nur auf den 9. Platz.

Daher freute sich Strobel richtig auf das erreichen des 3. Platzes bei den Deutschen Meisterschaften in Schutterwald. Seine Aussage am Ende des Turniers: Jawohl endlich hat sich das Training 3-4 mal die Woche ausbezahlt.



# Running



Weißenhomer Altstadtlauf: Teamfoto mit Nachwuchshoffnung: Karsten, Moritz und Dieter liefen beim Weißenhorner Altstadtlauf auf die Plätze 3, 2 und 4 (v.l.n.r)

Michael lief beim beurer-Halbmarathon in 1:13:46 auf Platz 6

Traditionelles Herbst-Highlight für alle Läufer in Ulm ist seit 11 Jahren der Einstein-Marathon. Auch wir waren wieder mit von der Partie. Besonders gespannt waren alle auf die Halbmarathon-Premiere von Michael Enderle. Vorbereitet hat Michael sich auf die für ihn ungewohnt lange Strecke mit zwei 10ern: Im August gewann er den Ludwigsfelder Illerlauf in 34:18 und belegte dann im September beim traditionell stark besetzten Ehinger Stadtlauf den 4. Platz. Eine Woche vor dem Halbmarathon ging er dann noch im Lauf der Asse in Biberach an den Start. wo er immerhin zwei nationale Spitzenläufer hinter sich lassen konnte. So konnte in Ulm nichts mehr schief gehen. Seine 1:13:46 sind ein starkes Debüt auf der 21,1km-Strecke, die ihm Gesamtplatz 6 und den AK-Sieg einbrachten.

Weitere Starter in Ulm: Dieter Greulich (1:22:05, welche er 5 Wochen später in Luzern noch auf 1:19:47 verbesserte), Benjamin Schwarz (1:22:06) sowie beim 10er Swen Lorenz (10. in 35:44) und Julia Schmitt (4. in 40:00). Swen Lorenz war unser Vielstarter der Saison, wobei er nicht nur auf der Laufstrecke, sondern auch als Du- und Triathlet glänzte. Stark, sein 4. Platz in der Altersklasse bei den Deutschen Meisterschaften der Duathlon-Langdistanz im Rahmen des Einstein-Triathlon (10km Run - 80km Rad - 20km Run in 4:49:18). Hinzu kommen etliche Zeiten unter 36 Minuten bei 10km-Läufen, wel-

che ihm regelmäßig Altersklassen-Podestplätze bescherten.

Ein netter Teamerfolg gelang uns noch beim Weißenhorner Altstadtlauf. Dort wäre Moritz Popp, Karsten Schubert und Dieter Greulich um ein Haar ein sogenannter Sweep gelungen (also die Plätze 1-3). Leider war in David Köndgen (Wangen) noch ein schnellerer Läufer am Start, so dass es "nur" die Plätze 2-4 wurden.

### Weitere Infos: www.tsg-soeflingen-running.de www.facebook.com/tsgrunners/

Aktuelle Ergebnisse 2016										
06.11.2016 Geologenlauf Steinheim										
Swen Lorenz	0:36:43	ca. 10 km	2. Gesamt	1. AK						
30.18.2016 SwissCityMarathon Luzem										
Dieter Greulich	1:19:47	Halbmarathon	50. Gesamt	5. AK						
Moritz Popp	1:29:04	Halbmarathon	312. Gesamt	56. AK						
16.10.2016 Wolfgangseelauf St. Wolfgang (A)										
Swen Lorenz	35:41	10 km	8. Gesamt	2. AK						
16.10.2016 Altstadtlauf Weißenhorn										
Moritz Popp	0:30:11	ca. 8.3 km	2. Gesamt	2. AK						
Karsten Schubert	0:30:26	ca. 8.3 km	3. Gesamt	3. AK						
Dieter Greulich	0:30:52	ca. 8.3 km	4. Gesamt	1. AK						

# Turnen - Telesport



Die Leichtathletikgruppe Telesport hat sich seit 01.01.2016 der TSG angeschlossen, nachdem sich der Dachverein DJK Ulm zum 31.12.2015 aufgelöst hat.

Neben den regelmäßigen wöchentlichen sportlichen Tätigkeiten fördern die Verantwortlichen der Sportgruppe

- Wolfgang Linss (Vorsitzender), und
- Edmund Renn (sportlicher Leiter) auch die sportgesellschaftlichen Aktivitäten der Gruppe über das Jahr. Bei diesen Aktivitäten sind auch regelmäßig Gäste gerne gesehen und mit dabei.

Wir wollen hiermit den Abteilungen und Sportgruppen der TSG einen Einblick in unsere Aktivitäten geben.

### Gymnastik und Ballspiele

jeweils donnerstags in der Kuhberghalle 3 (18.00 bis 20.00 Uhr)

- Dehn- und Rückengymnastik
- Ballspiele (Basketball und Fußballtennis)
   Diese Sportarten werden teilnehmergerecht durchgeführt bei einem Altersdurchschnitt von aktuell 72 Jahren.



Wir suchen Familien, Lebensgemeinschaften und Einzelpersonen, die junge Menschen mit Belastungen in Vollzeitbetreuung bei sich aufnehmen. Fachlich begleitet. Angemessen finanziert. Rufen Sie uns an!



# neues Familienmitglied?

### Interesse?

Arkade e.V. Träger der freien Jugendhilfe JuMeGa<sup>®</sup> Junge Menschen in Gastfamilien Ulm, 0731. 17 660 80 Ravensburg, 0751. 366 55 90 Esslingen, 0711. 577 419 30 Tuttlingen, 07462. 947 910 www.arkade.jumega.de



### Radfahren

- Frühlahr bis Herbst E-bike-Touren
- auch gemischte Touren (E-bike und Normalrad)

Ca. 15 bis 20 Radtouren pro Saison (i.d.R. Eintagestouren zw. 50 und 80 km) die im Großraum Ulm/Neu-Ulm sowie im Allgäu und der Schwäbischen Alb stattfinden. Ca. 2-mal im Jahr wird eine mehrtägige Tour (2-3 Tage) arrangiert. Diese Radtouren erfreuen sich großer Beliebtheit und finden immer wieder auch Anklang im Freundeskreis außerhalb der Sport Riege.

### Bergtouren/-wandern

Die Telesportgruppe hat ihr 50-jähriges Bestehen bereits hinter sich.

Seit nunmehr gut 40 Jahren findet jedes Jahr ein Berg Event statt. Touren im gesamten Alpenraum sind und waren schon unser Ziel; wobei wir jedes Jahr eine andere Region angehen. Bis 2008 haben wir regelmäßig Hüttentouren und Fernwanderwegtouren unternommen. Durch das fortschreitende Alter der Teilnehmer (Ø 72 J.) haben wir unsere Bergwandertage angepasst. Wir wählen nun ein "Basislager\* (meist ein Gasthof oder Hotel im Wandergebiet) und unternehmen von dort Tagestouren mit leichtem Gepäck. Aber auch auf diese Art sind wir durchaus mal 7-8 Std. pro Tag in den Bergen unterwegs.

Diese jährlichen Unternehmungen werden sehr gerne angenommen. Die durchschnittliche Teilnehmerzahl liegt bei 10 bis 12 Begeisterten. Wir sind durchaus alle erfahrene Berggeher.



Durch diese Art der Freizeitbeschäftigungen gepaart mit regelmäßiger Gymnastik halten wir uns fit. Wie oben bereits erwähnt nehmen vielfach auch Gäste daran teil.

Wir hoffen, dass wir noch über viele Jahre im sportkameradschaftlichen Miteinander solche Unternehmungen machen können. An Ideen fehlt es nicht.

Edmund Renn Wolfgang Linss





# Tennis



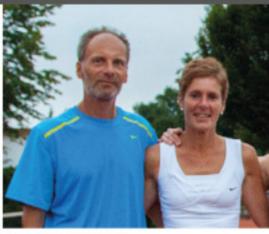
Andras Böröcz beim Tenniscamp 2007

### Andras Böröcz: 20 Jahre Trainer bei der TA TSG Söflingen

Kurz nach Sonnenaufgang steht einer schon auf dem Centercourt, bewässert die Plätze, flickt kleinere Löcher im Sand und hält die gesamte Tennisanlage in Schuss. Kurze Zeit später kommen schon die ersten Tennisschüler zu ihm, trainieren Vorhand und Rückhand, lassen sich Tipps für die nächsten Verbandsspiele geben oder auch schon mal zur besseren Ernährung.

Die Rede ist von Andras Böröcz. In der TA TSG Söflingen seit zwanzig Jahren Trainer, Mannschaftsspieler, Gesprächspartner, Berater und nicht zuletzt auch Freund, Fast jeder im Verein hat schon einmal mit Andras zu tun gehabt, sein Einsatz für den Verein ist unermüdlich. Er ist durchaus streitbar, hat aber immer den Blick für das Wohl des Vereins, Jährlich weit über 100 Jugendliche trainiert Andras zusammen mit seiner Frau Kati Böröcz, hinzu kommen Mannschaftstraining und Einzelstunden. Andras ist Tennistrainer mit Leib und Seele. Und immer nimmt man etwas Neues mit, denn Andras plant sein Training sorgfältig. Sei es der Treffpunkt beim Aufschlag, die Beinarbeit beim Angriffsball oder die Taktik für das nächste Match. Da merkt man schon, dass Andras etwas draufhat, Nicht umsonst hat er die Ausbildung zum B-Trainer in Deutschland und zum A-Trainer in Ungarn absolviert.

Seine Bilanz: Die sportliche Weiterentwicklung der Mannschaften in allen Altersklassen. Die meisten Teams spielen heute in höhere Ligen als vor 20 Jahren. Allen voran die Damen 30, die sich seit Jahren in der höchsten Spielklasse halten. Andras coacht sie mit viel Herzblut.



Andras und Kati Böröcz

Und seit dem letzten Jahr erstrahlt die Tennisanlage wieder in neuem Glanz: Gestutzte Hecken und Bäume, bunte Blumenbeete, eine gemütliche Lounge Ecke und vor allem bestens gepflegte Plätze. Da freut man sich schon beim Hochlaufen auf die Anlage.

Danke schön für 20 Jahre engagierter Arbeit für den Verein, und wir alle hoffen auf weiterhin erfolgreiche Zusammenarbeit.



### Termine:

Jugendweihnachtsfeier: Sonntag, 04.12.2016

Neujahrsempfang: Sonntag, 08.01.2017

Skitag der Tennisabteilung: Samstag, 11.03.2017



Sieger bei den Damen 40 und Herren 40: Oliver Blümel, Nicole Glöggler, Claudia Brumeisl, Hans Haug

Vom 5.-9, September spielten vormittags von 9-12 Uhr 28 Tenniscracks Tennis und bekamen viele Tipps, um ihr Spiel zu verbessern. Technik und Taktik standen an den ersten Tagen auf dem Programm und es wurde viel Schweiß vergossen. Am Freitag gab es ein kleines Tie-Break Turnier. Riesenspaß machte zum Abschluss jeden Tages der Rundlauf mit allen zusammen.





Bei strahlendem Sonnenschein fand im August wieder das traditionelle Doppelturnier in Arnegg statt. In diesem Jahr stellten die Spieler der TA TSG Söflingen die meisten Paarungen. Und die Altersklasse 40 war dieses Mal in fester Söflinger Hand. Im Finale der Damen 40 standen vier Söflingerinnen. Nicole Glöggler / Claudia Brumeisl konnten sich in einem spannenden Match mit 6:3, 6:4 gegen Cornelia Dettler / Melitta Rau durchsetzen. Bei den Herren 40 holten sich Oliver Blümel / Hans Haug nach ihren Siegen in den beiden vergangenen Jahren das Triple.



Schweißvergießen und Spaß beim Sommercamp der TA TSG Söflingen

Nach einer Energieleistung im Finale siegten sie mit 6:3, 0:6, 10:8 gegen Stetter / Reh. Bei den Aktiven belegten Patrick Gaißer und Andreas Hehl schließlich den 3. Platz.

# Tenniscamp 2016

Wie jedes Jahr veranstaltete unser Trainer Andras Böröcz auch in dieses Jahr ein Sommercamp für alle interessierte Jugendlichen.

## Herbstveranstaltung: Centercourt-

Atmosphäre im Theater Eine Führung durch das Theater hatte es im Programm der Tennisabteilung noch nicht gegeben, also machte man sich schick und besuchte den Ort in Ulm, an dem Schauspiel, Tanz und Musik vereint werden: Das Ulmer Stadttheater. Über 50 Tennisspieler kamen zusammen und wurden von den beiden Schauspieldramaturgen Daniel Grünauer und Victor Witte auf dem "Centercourt" des Theaters, dem Großen Saal, begrüßt. Kurzweilige und äußerst spannende 90 Minuten vor und hinter den Kulissen folgten. Die Führung bewegte sich durch das Labvrinth des Theaters und erstreckte sich von den Werkstätten, über die Probenräume, das Podium bis hin zur Maske und Schneiderei, Gestaunt wurde sowohl über die Vielfältigkeit als auch über den Idealismus aller Beteiligten eines Theaterbetriebs.

Der zweite Teil der Herbstveranstaltung fand im Wirtshaus Hacker-Pschorr statt. Bajuwarische Gemütlichkeit stelte sich schon bald nach den ersten Getränken ein, und beim Genuss leckerer Spezialitäten des Hauses ließ man die vergangene Tennissaison noch mal locker Revue passieren. Die Herbstveranstaltung war wieder einmal ein toller Event und wurde vom neuen Veranstaltungsteam Christiane Anger und Julia Rupp erfolgreich fortgeführt.

Danke dafür und auf ein Neues im nächsten Jahr!



Robert Of GmbH Daimlerstrasse 5 89233 Neu-Ulm - Burlafingen

Tel.: (0731) 88 03 32 0 info@fliesen-of.de www.fliesen-of.de

# aßnachi

Große Auswahl an Weinen aller Anbaugebiete.
Obstbrände und Liköre aus eigener Brennerei.
Geschenke und viele andere Präsente für Ihre (Geschäfts-) Freunde.
Auch Postversand.

Weinhandlung Faßnacht Ulm-Söflingen Telefon 0731-385399 Parken vor dem Laden



## Vereinsmeisterschaften 2016 Junioren Einzel:

- 1. Florian Schick
- 2. Nils Tenzer
- 3. Lennart Beyerlein/ Nils v. Wietersheim

## Junioren Einzel Trostrunde

- 1. Felix Tenzer
- 2. Adrien Rapsilber

#### Juniorinnen Einzelt

- 1. Sophia Keim
- 2. Francesca Ankner
- 3. Lynn Beyerlein

## Junioren Doppet:

- 1. Lennart Beyerlein / Felix Tenzer
- 2. Nils Tenzer / Adrien Rapsilber
- 3. Florian Schick / Nils v. Wietersheim

#### Mixed Erwachsene:

- 1. Julika Mürdel / Stefan Mürdel
- 2. Ina Schäfer/ Stefan Michel



22. Söflinger Doppelturnier Auch die 22. Auflage des Söflinger Doppelturniers Mitte Hovember war wieder ein klasse Event mit großer Beteiligung und attraktivem Tennis. Insgesamt 36 Doppel kämpften in 4 Konkurrenzen um den Turniersieg.

In einem packenden und hochklassigen Herren A Finale setzten sich die Söflinger Lokalmatadoren Nik Fischer / Andy Brandt gegen Stephan Köbler / Georg Steinhart vom VFB Ulm durch.

Bei den Damen gewannen mit Nicole Glöggler / Claudia Brumeisel zwei ziemlich beste Freundinnen in einem packenden Finale gegen das eingespielte Doppel Antje Bayer / Sandra Ziegler knapp mit 10:7 im Match-Tiebreak.

Spannend verlief es auch in dem sehr ausgeglichenen Herren B-Feld. Dort siegte letztlich das Neu-Ulmer Duo Martin Sunyog / Marius Jühe gegen die Vorjahressieger Fabian Sowa / Manuel Schmidt aus Pfuhl. Hoch her ging es auch bei den Hobbyspielern in der sogenannten Herren FUN-Konkurrenz. Dort setzten sich am Ende Jürgen Biener / Rudi Winzenbacher gegen Bernhard Männer / Hanno Fausel durch.

Großer Dank an alle Teilnehmer für spannende und faire Spiele, an das Bewirtungsteam Marcus Schüssler, Karin Bodenmüller und die Herren 30 Mannschaft, an DJ Marco Kress und natürlich an unsere Sponsoren Sport Klamser, Krankengymnast Stephan Liss, Ludi Immobilien, Optik Salzmann und Reisebüro Thomas Cook für die vielen, tollen Sachpreise.

## Die Siegerteams und Ergebnisse: DAMEN

Nicole Glöggler / Claudia Brumeisel (TSG Söflingen) 3:6 / 6:2 / 10:7

#### HERREN A

Nik Fischer / Andy Brandt (TSG Söflingen) 6:0 / 7:5

#### HERREN B

Martin Sunyog / Marius Jühe (NTK Neu-Ulm) 6:0 / 6:4

## HERREN FUN

Jürgen Biener / Rudi Winzenbacher (TSG Söflingen) 6:3 / 6:3





Alle Bilder: Walter Fritsche

# Begeisternde Matinee zweimal ausverkauft

'Kreuz & Quer' - Wir fahren übers Meer' war das Thema bei der 14. Matinee der Bewegung des Turngaus im Theater Ulm. Und die Wellen der Begeisterung schlugen hoch. Zweimal ausverkauft, das freute die Organisatoren und Regisseurin Petra Weber samt den beteiligten Gruppen, die den verdienten Lohn in lang anhaltendem Applaus bekamen. Für den Glanz und Gesang sorgte auch Hauptdarstellerin Carolin Gutting, die das Drehbuch mit schrieb und den roten Faden wechselweise als Kreuzfahrt-Gewinnerin Gertrud Bundschuh und Stewardess Raclette fest in der Hand hielt. Von der TSG Söflingen waren mit dabei: LZ Rhythmische Sportgymnasik, Magdalena Brzeska, Turnen - 2. Weg und die Showtanzgruppe FunJazzTics.

Für Petra Weber hat sich der Aufwand gelohnt. Zumal auch die Gruppen voll mitgezogen haben. Es war eine einmalige Atmosphäre.



# Kindersportschule



# Schuljahresbeginn 12.09.2016

Mit den Gruppen der mini-KiSS hat die Kindersportschule zu Beginn des Schuljahres 16/17 ihr Angebot erweitert. Hier unterrichten wir Kinder in den Altersgruppen 3+4 Jahre und 5+6 Jahre einmal in der Woche 60 Minuten. Somit durften wir im September 105 Mådchen und Jungen aus den mini-KiSS-Klassen, den Klassenstufen 1 der KiSS sowie Abenteuer Sport herzlich in unserer Kindersportschule willkommen heißen.

Mit einer großen Portion an Spiel, Sport und

vor allem Freude an der Bewegung, wollen wir die Kinder sowohl in ihrer geistig-kognitiven, physisch-psychischen als auch sozialen- psychosozialen Entwicklung stärken. Wir wünschen allen Schülern spannende und entspannende Sportstunden.











## einstein-Lauf am 17.09.2016

Schön, dass auch in diesem Jahr wieder so viele Kinder am einstein-Lauf teilgenommen haben.

Nach dem Verteilen der Startnummern, einem kurzen Aufwärmtraining und einem Traubenzucker sehnten alle den Startschuss herbei.

Je nach Altersklasse mussten verschieden lange Strecken absolviert werden.

Die große Anzahl an Lauf-, Ausdauer- und Fangspielen während eines KiSS-Schuljahres machten sich durchaus bemerkbar. Viele Kinder unserer KiSS überzeugten mit hervorragenden Leistungen. Sieger waren alle, welche am einstein-





der zurück. Die Vorfreude auf die warme Tasse Tee oder heiße Schokolade zu Hause war riesig.

Wir bedanken uns ganz herzlich bei der Volksbank Ulm-Biberach und dem Rehabilitationskrankenhaus Ulm für die jahrzehntelange Unterstützung. Wir wünschen allen Lesern und Freunden der KiSS eine ruhige und besinnliche Adventszeit.

Das Team der Kindersportschule der TSG Söflingen

Lauf teilgenommen haben. Schön, dass einige Kinder aus unserer Kindersportschule auf dem Siegerpodest standen. Herzlichen Glückwunsch an alle Läufer!

# Herbstwanderung am 26.10.2016

Die bunten Blätter und die wunderschöne Farbenpracht lockte mehr als 70 Kinder aus allen Klassenstufen zum Herbstwandertag. Am Wald- und Wiesenrand gab es außer der verdienten Brotzeit auch die Möglichkeit, an Naturspielen teilzunehmen. Es war schön, wie kreativ so manche Gruppe mit den herbstlichen Utensilien bastelte.

Aber vor allem auch das freie Spielen und Erkunden des Herbstwaldes war spannend. Mit kalten Nasenspitzen und einem Glücksgefühl im Bauch kehrten wir wie-

# Hochzeitsfloristik

Frischblumen-Service für Hotels, Firmen etc.

Vessa-Sträuße Inem Blüten und Pflanzen

Wohnraumaccessoires

Trauerfloristik

Pflanzengefäße

Terrassenbepflanzung

Innenraumbegrünung

Vessa Floristik mit Ideen Harthauser Straße 17/2 • Ulm/Söflingen Telefon 0731 38 91 40 • Fax 0731 38 91 70 www.vessa-ulm.de







Teva Deutschland und ihre Marke ratiopharm sind einer dynamischen und erfolgsorientierten Unternehmenskultur verpflichtet. Das zeigt sich in unserem Kerngeschäft, weltweit den Menschen Zugang zu Arzneimitteln von höchster Qualität zu ermöglichen. Mit Deutschlands bekanntester Arzneimittelmarke ratiopharm engagieren wir uns nachhaltig für Einsparungen im Gesundheitswesen durch preisgünstige Generika.



# Kindergarten mini-pharmer



# Was uns bewegt...

Auch dieses Mal sind wir wieder sportlich in das neue Kindergartenjahr gestartet. Natürlich waren wir von den mini-pharmern beim diesjährigen Einsteinmarathon wieder mit dabei! Am 17.09.2016 war es so weit – alle gingen fit und hochmotiviert an den Start.

Wir starteten in der Schildkrötengruppe. Allerdings waren unsere Vorschulkinder, im Gegensatz zu unserem Gruppennamen, schnell wie der Blitz.

Angefeuert wurden unsere Marathonläufer von ihren Eltern, Omas und Opas.

Im Ziel nahmen alle Kinder voller Stotz ihre Medaille und Urkunde entgegen.

Doch nicht nur bei solchen besonderen Aktionen ist Bewegung für uns wichtig. Sondern auch im Alltag geht es bei uns sportlich zu:

Jeder Tag bei den mini-pharmern ist begleitet von sportlichen Aktionen, bzw. Bewegungsangeboten. Ob mit Klein- oder Großgeräten, ob angeleitet oder frei, in unserer Turnhalle ist immer was los! Rhythmische Angebote oder auch Zeit für Entspannung darf dabei natürlich nicht fehlen. So haben die Kinder über den Tag vielfältige Möglichkeiten spielerisch in Bewegung zu kommen, ihre Ideen umzusetzen und ihre Phantasie schweifen zu lassen.

Gerade bei der Bewegungsbaustelle ist jedes einzelne Kind gefragt. Es kann seine Vorstellungen einbringen, es werden Absprachen getroffen, ein gemeinsames Vorgehen entwickelt sich. Die Materialien werden gemeinschaftlich verbaut und bespielt, wodurch immer neue Spielanreize geschaffen werden. Doch auch außerhalb der Turnhalle war in den letzten Monaten einiges los. Der Herbst begeisterte uns mit seinen vielen Farben und die Kinder sammelten bei Spaziergängen bunte Blätter und Kastanien. Daraus entstanden viele kleine Kunstwerke und verschiedene Basteleien.

Der Herbst begleitete uns aber nicht nur durch seine Farben und Früchte. Fasziniert hat uns auch der Wind, den die Herbsttage mit sich brachten. Mit verschiedenen Experimenten wurde der Wind erlebbar. Zum ganz besonderen Erlebnis wurde für die Kinder das gemeinsame Drachen steigen. Mit unserem St. Martinsfest ging die Herbstzeit so langsam in die Winter- und Vorweihnachtszeit über. Es war ein gelungenes Fest mit vielen leuchtenden Lichtern und der Geschichte von dem kleinen Mädchen Lumina.

Wir wünschen Ihnen und Ihren Familien eine schöne Adventszeit.

Ihre mini-pharmer





Montag und Dienstag ist Kinotag: Alle Filme ab 5,50 €\*





Täglich Happy Hour 18:00 bis 21:00 Uhr



\*nicht an Feiertagen, ggf. zzgl. 3D- und/oder Überlängenzuschlag

Am Lederhof 1 - 89073 Ulm

Xinedome 0731 - 140 20 20 www.xinedome.de X-Lounge 0731 - 140 20 23 www.x-lounge.de



# Kindergarten Bärenstark







Elke Biek-Barwan

Anke Schmutz

# St. Martin Feier Am 11.11.16 um 17.00 Uhr startete unsere diesjährige St. Martinsfeier.

Alle warteten schon gespannt, ob der Regen nachließ und wir unsere Gänse Laternen aufleuchten lassen konnten. Wir hatten Glück und konnten doch ein etwas kürzeres Programm zusammen mit der Meinloh-Grundschule und dem Kindergarten St. Maria durchführen. Auch mit der Unterstützung des Vorstadtvereins Söflingen konnten wir uns mit den Kindern und Eltern anschließend noch gemütlich bei Kinderpunsch und Glühwein austauschen.

# TSG Sportkindergarten unter neuer Leitung

Seit November steht der Sportkindergarten Bärenstark unter einer neuen Leitung. Elke Biek-Barwan hat die Leitung im pådagogischen, Anke Schmutz des administrativen Bereichs übernommen. Beide haben langjährige Erfahrung im Kindergarten und freuen sich auf die neue Herausforderung. Danke bei Allen, für ihr entgegengebrachtes Vertrauen.







# Bewegung hält fit und Sicherheit entspannt.

Geschäftsstelle Guschlbauer & Dreier GbR Magirus-Deutz-Str. 9 · 89077 Ulm · Tel. 0731 151895-0



# Herzlichen Glückwunsch

# Dezember bis Februar

## 50 Jahre:

Stark Ulrike Köpple Peter

Gudian-Schindler Petra

Braig Sabine

Haller Jürgen

Kaiser Petra

Saumweber Claus

Thölke Michaela

Dandl Armin

Kurzweil Elke

Rieth-Nothhelfer Melanie

Baumann Martina

Högerl Dounja

Frasch Michael

Kehrle Uta

## 60 Jahre:

Pinz Hans-Gerhard

Braun Irmgard

Pfaff Konrad

Ferigutti Ursula

Hegenauer Eberhard

Hille Klaus-Dieter

Thonak Roswitha

Balke Sigrid

## 65 Jahre:

Dr. Hepp Margrit

Nagy Dagmar

Sälzle Margaretha

Weydmann Uli

Huiskamp Holger

Kromer Ulrich

Schmid Gisela

# 70 Jahre:

Holzmann Christine

Greic Christa

Heim Dieter

Lemke Gisela

Grupp Christl

Schneider Peter

Mamo Heidemarie

Steudle Doris

Schnizler Christine

Flbe Doris

Dollner Rosemarie

Matt Gerhard

Borst Sylvia

Wiegandt Rudolf

## 75 Jahre:

Bolay Gisela

Kienzle Marielle

Dimitraki Valentina

Haidt Edith

Hartmann Karin

Kast Kathrin

Pickl Herbert

Wiedenmann Wilfried

Helmstädter Gudrun

Dr. Maier Barbara

Braun Rudolf

Willma Ursula

7immermann Gislinde

Ritter IIse

Scholtz Friedrich

Atseles Waltraud

Lange Klaus-Dieter

## 80 Jahre:

Schaible Sieglinde

Hiemer Ignaz

Heinrich Gerhard

Bührle Erich

Rau Erich

Bolay Reiner

Geiges Gerhard

Hauke Lieselotte

Reule Brigitte

Laur Ursula

Nauert Marianne

## 81 Jahre:

Dr. Meumann Gerd

Schmid Frieda

Zwiebler Irmgard

Vogt Angela

Mörsch Rita

Martick Siegfried

Nußbaumer Rolf

## 82 Jahre:

Eichhorn Karl Heinz

Keck Margot

Palm Reinhard

Kienzle Hans

Risle Gertrud

Nolle Johannes

Ohlhauser Ingeborg

Schmid Hans

Gruhler Karl Häusler Elfriede

Neidlinger Hildegard

Rampf Bruno

Hörsch Friedrich

Rampf Marianne

Rommel Wolfgang Vöhringer Sonja

# 83 Jahre:

Klein Buth

Edelmann Max

Gotthardt Jutta

Nolle Martha

Halter Gerhard

Schwaier Josef

Mayer Hans

# 84 Jahre:

Piskol Ilse

Schwegler Peter

Nushöhr Michael

Lutz Albert

Baisch Ursula

Walcher Rolf

Heisch Eugen

Eberle Heinz

## 85 Jahres

Kölle Heinz

Blank Manfred

Beckonert Ursula

86 Jahre:

Kilgus Gerhard

Angerer Maja Seepe Gerda

## 87 Jahre:

Albrecht Doris

Roscher Johann

Rieger Ruth

Maier Luise

Berger Hubert

Goldschmitt Hildegard

Majer Ernst

# 88 Jahre:

Arnold Gertrud

Halder Hans

König Gerhard

Frank Hermann

89 Jahre: Allgaier Erika

90 Jahre:

Buck Lore

91 Jahre:

Bopp Albert

92 Jahres

Feucht Lore

93 Jahres

Güßmann Walter

Rueß Lilli

94 Jahre:

Kuhn Magda

95 Jahre: Laepple Annemarie

96 Jahre:

Maeser Hedwig

97 Jahre:

Ganser Gertrud

ACHTUNG! Nächster Redaktionsschluss 01.02.2017

# **Impressum**

## Herausgeber:

TSG Söflingen 1864 e.V.
Harthauser Straße 99
D-89081 Ulm
Geschäftsstelle Telefon 0731 / 93 666 - 0
Fitness-Studio Telefon 0731 / 93 666 - 27
Telefax 0731 / 93 666 - 23
info@tsg-soeflingen.de
www.tsg-soeflingen.de

#### Öffnungszeiten Geschäftsstelle:

Mo. - Fr. 08.00-12.00 Uhr Di. und Do. 14.00-18.00 Uhr Öffnungszeiten Fitness-Studio: Mo. - Fr. 08.00-22.00 Uhr

## Bankverbindung:

IBAN: DE72 6305 0000 0006 5066 94 BIC: SOLADES1ULM (Sparkasse Ulm) IBAN: DE80 6309 0100 0004 3490 08 BIC: ULMVD66 (Volksbank UL-BC)

#### Redaktion and Anzeigen:

Geschäftsstelle
Herr Markus Weber
Harthauser Straße 99
89081 Ulm
Telefon 0731/9 36 66-11
m.weber@tsg-soeflingen.de

## Layout:

m2grafik Marlis Mayr Elsterweg 2 · 89231 Neu-Ulm buero@m2grafik.de

## Druckerei:

Druck und Medien Zipperlen Dieselstraße 3 · 89160 Dornstadt

#### Erscheinungsweise:

 März, 1. Juni, 1. September und 1. Dezember an alle Mitglieder, befreundete Vereine, Verbände, Behörden und Einzelpersonen.
 Anzeigen- und Redaktionsschluss jeweils vier Wochen vor Erscheinungstermin.
 Der Bezugspreis ist im Mitgliedspreis bereits enthalten.



Postvertriebsstück Gebühr bezahlt

B 2089 F

Turn- und Sportgemeinde Söflingen 1864 e.V. Harthauser Straße 99, 89081 Ulm



Wir machen den Weg frei.

Gewinnen, Sparen und gleichzeitig Ihrem Verein helfen – mit VR-Gewinnspar-Losen. Je mehr Lose Sie und alle anderen Vereinsmitglieder besitzen, desto höher wird unsere direkte Spende an die TSG Söflingen. Sprechen Sie jetzt mit einem Berater in einer unserer Geschäftsstellen in Ihrer Nähe. Oder informieren Sie sich telefonisch bei uns: Telefon 0731 183-0.



