



Die Zeitung des Sportverein Salamander Kornwestheim 1894 e.V.

Purzelbaum



Ausgabe Nr. 52 - Oktober 2025



Unser Herbstknaller

Nur bis **19. Oktober!**

Trainiere **2 Monate gratis!**

Spare bis zu **224,- €**

www.funsportzentrum.de

Zur Aktion



OPTIK VOLZ

BRILLEN - KONTAKTLINSEN

Premium-Partner von



RODENSTOCK

Gemeinsam...

...regelmäßig Sport treiben ist gesund. Schützen Sie Ihre Augen beim Laufen, Radfahren oder anderen Aktivitäten. Wir haben die passende, bequeme Sportbrille dafür – selbstverständlich auch in Ihrer individuellen Sehstärke.

OPTIK VOLZ Qualität kennt keine Alternative

Kornwestheim · Weimarstraße 42, Ecke Johannesstraße · Fon (07154) 21551



Liebe Purzelbaum-Leserin, lieber Leser,

was wäre unser SVK, was wären unsere Sport- und Kulturvereine, ja, was wäre unsere Gesellschaft ohne unsere „Ehrenämter“? Sie wären arm, sie wären auf das Nötigste reduziert, sie wären weniger empathisch und sie würden schlichtweg nicht funktionieren. Doch erst in jüngster Vergangenheit erfahren das Ehrenamt und die es ausübenden engagierten Menschen die öffentliche Anerkennung und Wertschätzung, die sie schon immer verdienen. Auszeichnungen und Preise, die - wie in Stuttgart jetzt geschehen - mit einem Preisgeld von 15.000,00€ ausgestattet sind, sind sichtbares Zeichen dafür, dass bürgerschaftliches Engagement sichtbar gemacht und - auch pekuniär - wertgeschätzt wird.

Das ist gut so, richtig und notwendig. Doch wir müssen uns davor hüten, das Ehrenamt als bloßen Lückenfüller zu betrachten, quasi als Kompensation dessen, was die öffentliche Hand, Kirchen und Familien nicht mehr zu leisten vermögen. Wir müssen unseren Ehrenämtern mit dem Respekt begegnen, den sie verdienen und immer daran denken, dass sie freiwillig etwas von sich einbringen, zu dem sie niemand zwingt und auch nicht zwingen kann.

Das Ehrenamt ist unbezahlbar. Wir dürfen es deshalb nicht nur mit einem Händedruck und warmen Worten würdigen, sondern müssen auch über praktische Formen der Anerkennung nachdenken. Die Ehrenamtskarte des Landes Baden-Württemberg ist ein Schritt in die richtige Richtung. Und bei deren Ausgestaltung und Umsetzung sollten wir nicht zuletzt die Bedürfnisse von Jüngeren berücksichtigen, denn sie sind unsere Zukunft, und sie sind auch die Zukunft des Ehrenamts. Anlässlich unserer traditionellen Ehrungsveranstaltung durften wir Mitglieder für insgesamt 3.340 Jahre Vereinszugehörigkeit aus-

aus dem Inhalt

Aktuelles

Neu im SVK - Team	2
SVK - Kindersportwoche	2
SVK - Weinfestival	2
Landesehrennadel	3
SVK - Connect	3
Delegiertenversammlung	4
SVK - Ehrungsveranstaltung	4

Sportverein Kornwestheim

SVK - Breitensport	4
SVK - Rehasport	6-8
Die Abteilungen	9 - 23

FunSportZentrum

FSZ - Herbstknaller	24
Das Fun	25
FUN - Spotlight	26-27
FUN - Training	28
FUN - Kursbetrieb	29-30
FUN - Events	31+34
FUN - Rückblick	32
FUN - Wissen	33
FUN - Jobs	35

Senioren / Kontakte

Senioren	23
Kontaktadressen	36

zeichnen, darunter Hans-Joachim Tröscher (für 65 Jahre), Herbert Schilling, Ruth Eith und Waldemar Pfeil (alle für 70 Jahre), die aufgrund ihrer langjährigen aktiven Mitarbeit aus den Annalen dieses Vereins nicht wegzudenken sind. Wir konnten Rafet Oral (Handball) und Natja Stockhause (Koordination 46-Plaus) für herausragende ehrenamtliche Tätigkeit ehren, Georg Vochazer (Volleyball) und Simon Bergmeister (Tischtennis) als Vertreter der jungen Generation mit einem Ehrenamtspreis auszeichnen und mit Dagmar Dautel die Frau würdigen, die über Jahrzehnte das Gesicht unseres FunSport-Zentrums war und ist.

Ihnen allen, aber auch allen Nichtgenannten, gilt unser herzlicher Dank, unser großer Respekt und unsere tiefe Anerkennung für ihren selbstlosen Einsatz und ihr unermüdliches Schaffen.

Ihnen, liebe Leserin, lieber Leser, danke ich für Ihr Interesse am SVK und an diesen Zeilen. Bleiben Sie gesund, und bis bald!

Herzlich grüßt Sie Ihr

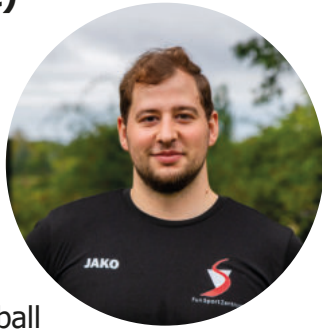
Gerhard Bahmann, Präsident des SV Salamander Kornwestheim 1894 e.V.



Neu im SVK-Team

Wir begrüßen Justin Polito (B.A. Student)

Mein Name ist Justin Polito, ich bin 26 Jahre alt und studiere dual Gesundheitsmanagement beim SVK. Seit dem 1. August 2025 bin ich Teil des Vereins und freue mich, nun nicht nur sportlich, sondern auch beruflich meine Leidenschaft beim SVK einbringen zu dürfen.



Ich spiele seit mittlerweile acht Jahren American Football und stehe seit zwei Jahren wieder aktiv für die Kornwestheim Cougars auf dem Feld. Der Sport begleitet mich schon lange und hat mir viel Teamgeist, Disziplin und Durchhaltevermögen vermittelt.

Im Verein übernehme ich Trainertätigkeiten im FUN, betreue die SVK-App und unterstütze im Bereich Social Media. Zukünftig werde ich auch im Rehasport mitwirken und freue mich darauf, in diesem neuen Bereich zu wachsen.

Ich sehe meine Zeit beim SVK als spannende Chance, mich fachlich und persönlich weiterzuentwickeln. Besonders freue ich mich auf die Zusammenarbeit im Team, viele neue Herausforderungen und darauf, gemeinsam mit euch den Verein voranzubringen.

Wir begrüßen Niclas Kaiser (B.A. Student)

Mein Name ist Niclas Kaiser, ich bin 20 Jahre alt und studiere seit dem 01.09.2025 Sportökonomie beim SVK. Ich spiele selbst seit 12 Jahren in Kornwestheim Fußball und freue mich darauf, jetzt nach meinem FSJ weiterhin für den SVK arbeiten zu dürfen.



Während meines Studiums werde ich verschiedene Verwaltungsaufgaben und organisatorisches übernehmen sowie die Fußballabteilung tatkräftig unterstützen.

Ich freue mich auf das gesamte Team, meine neuen Aufgaben, und das Übernehmen von Verantwortung.

Wir begrüßen Finn Krause (BfD)

Ich bin Finn, 18 Jahre alt und mache mein BFD beim SVK in Kornwestheim. Nach dem Abitur wollte ich nicht direkt ins Studium starten, sondern erstmal praktische und neue Erfahrungen sammeln.



Ich freue mich darauf, Kinder und Jugendlichen im Sport zu begleiten, Verantwortung zu übernehmen und den Verein neu kennenzulernen.

Vor allem bin ich auf das Team und vielfältigen Aufgaben gespannt, die den Alltag nie langweilig machen.

Wir begrüßen Lara Kleiner (BfD)

Ich bin Lara, 19 Jahre alt und komme aus Pattonville. Für mein BFD freue ich mich darauf, viele neue Erfahrungen zu sammeln, Einblicke in den Arbeitsalltag zu bekommen und spannende Menschen kennenzulernen.



Besonders motiviert mich die Chance, mich aktiv einzubringen, Neues auszuprobieren und dabei auch über mich selbst mehr herauszufinden. In meiner Freizeit verbringe ich gern Zeit mit Freunden und Familie und lese gerne.

Ich bin gespannt, was mich im BFD erwartet und freue mich auf die gemeinsame Zeit.



Bewegung, Spaß und Teamgeist: Kindersportwoche beim SV Salamander Kornwestheim begeistert

Sportlich, spannend und voller Abwechslung: Vom 04.08 bis 08.08 fand die diesjährige Kindersportwoche des SV Salamander Kornwestheim statt. Über 40 Kinder im Alter von 6 bis 12 Jahren erlebten eine Woche voller Bewegung, Spiel und gemeinsamer Abenteuer.

Den Auftakt bildete am Montag ein freies Sportangebot im Funsportzentrum Kornwestheim. Hier konnten sich die Kinder in verschiedenen Sportarten wie Fußball, Badminton, Basketball, Tischtennis oder auch beim Klettern ausprobieren. Außerdem konnten auch verschiedenste Dinge gebastelt werden. – ein vielseitiger Einstieg, der Lust auf mehr machte.

Am Dienstag ging es sportlich weiter, mit einer Fahrradtour ins „Kikolino“, einem Indoorspielplatz, der für viel Begeisterung sorgte. Der Mittwoch stand ganz im Zeichen des Profisports: Bei einer Stadionführung durch die MHP Arena in Stuttgart konnten die Kinder einen Blick hinter die Kulissen eines großen Sportstadions werfen – ein echtes Highlight für viele.

Abenteuerlich wurde es am Donnerstag bei einer spannenden Schnitzeljagd, bei der Teamwork, Orientierung und Kreativität gefragt waren. Den krönenden Abschluss bildete der Freitag: Bei einem weiteren freien Sportvormittag im Funsportzentrum, welcher eine perfekte Gelegenheit war, um die Lieblingssportarten der Woche noch einmal zu spielen, wurden parallel Taschen kreativ bemalt und verziert. Eine ausgelassene Wasserschlacht sorgte als letztes Highlight für erfrischenden Spaß bei sommerlichen Temperaturen – ein perfekter Abschluss einer rundum gelungenen Woche.



Rückblick SVK Weinfestival 2025

Am 25. und 26. Juli 2025 fand das traditionelle SVK Weinfestival auf dem Salamander Areal statt und lockte zahlreiche Gäste an.

Die Bottwartaler Winzer, Clebronn-Güglingen, die Marbacher und Fellbacher Weingärtner boten eine erlesene Auswahl an Weinen. An der SVK-Cocktailbar vom Team Plan B gab es Drinks wie Moscow Mule, Aperol Spritz und den beliebten SVK Spritz. Bier, Softdrinks sowie kulinarische Highlights wie „Reicherts Crêpes“, Spezialitäten der SVK-Fußballabteilung und der neue Langos-Wagen rundeten das Angebot ab.

Am Freitag sorgte die Band „Juuns“ bei bestem Wetter für großartige Stimmung. Der Samstag brachte dann jedoch eine unliebsame Überraschung: Ein heftiger Regenschauer machte eine Fortführung des Festes unmöglich. Mehrere Zelte wurden beschädigt, sodass die Veranstaltung leider kurzfristig abgesagt werden musste.

Ein großer Dank gilt allen Helfer:innen, sowohl im Ehrenamt als auch im Hauptamt, die zum Gelingen des Festes beigetragen haben. Besonders möchten wir die Abteilungen Cheerleading, Fußball, Karate, Turnen und Handball des SVK hervorheben, denn ohne euren Einsatz und eure tatkräftige Unterstützung wäre eine solche Veranstaltung nicht möglich gewesen.



Gerhard Bahmann mit der Landesehrennadel ausgezeichnet

Am 16. Mai 2025 wurde unserem Präsidenten Gerhard Bahmann eine besondere Ehre zuteil:

In Würdigung seiner langjährigen Verdienste im Ehrenamt erhielt er die Landesehrennadel des Landes Baden-Württemberg. Seit 1997 ist Gerhard Bahmann Mitglied des SV Salamander Kornwestheim. Im Jahr 2010 übernahm er das Amt des Vereinspräsidenten und prägte seither die Geschichte unseres Vereins mit Weitblick, Tatkraft und großer Leidenschaft. Besonders in herausfordernden Zeiten wie der Corona-Pandemie erwies er sich als verlässlicher Anker und vorausschauender Gestalter. Neben seiner Funktion als Präsident brachte Gerhard Bahmann über viele Jahre hinweg auch seine berufliche Erfahrung als Notar in die Vereinsarbeit ein – eine Kombination, die den SVK nachhaltig vorangebracht hat. Unter seiner Führung wurden zahlreiche Projekte realisiert, die strategische Ausrichtung des Vereins gestärkt und die Position des SVK in der Region gefestigt.

Diese Auszeichnung ist Ausdruck höchster Anerkennung für einen Menschen, der sein Ehrenamt mit Herz, Verstand und unermüdlichem Einsatz ausübt. Der gesamte Verein gratuliert Gerhard Bahmann herzlich zu dieser verdienten Ehrung!



SVK Vereinspräsident Gerhard Bahmann und Oberbürgermeister Nico Lauxmann (Kornwestheim)

SVK - Connect

Der SV Kornwestheim lebt vom Engagement vieler ehrenamtlicher Helferinnen und Helfer. Bei „SVK Connect“ geht es darum, engagierte Menschen zu finden, die Lust haben sich ehrenamtlich beim SV Kornwestheim einzubringen. Du hast Lust, Teil des SV Kornwestheim zu werden? Dann sieh dir jetzt unsere Gesuche an!

Abteilung Handball

Wir suchen Unterstützung für:

Marketing (ab sofort) Sponsoren-Akquise/ -Betreuung, Mitwirkung im Handball-Ausschuss

Ansprechpartner:
Mirco Henel
handball@sv-kornwestheim.de

Abteilung Handball

Wir suchen Unterstützung für:

die **Technische Leitung** in der Abteilung Handball (Ab sofort). Instandhaltung Spiel- und Trainingshallen, Austausch Werbebanden, Mitwirkung im Handball-Ausschuss

Ansprechpartner:
Mirko Henel
handball@sv-kornwestheim.de

Abteilung Fußball

Wir suchen Unterstützung:

Co-Trainer A-Junioren (U19)

Ansprechpartner
Fußball - Jugend
Dennis Janzens.
fussball-jugend@sv-kornwestheim.de
0162 2014789

Der Traum von eigenen vier Wänden muss kein Traum bleiben

Viele Menschen träumen von eigenen vier Wänden – in Zeiten angespannter Immobilienmärkte benötigt man, um sich ein eigenes Haus oder eine eigene Wohnung leisten zu können, jedoch oft einen soliden Grundstock an Eigenkapital.

Ein ideales Instrument, um das Geld für den großen Traum von eigenen vier Wänden anzusparen, ist nach wie vor das seit mehr als 100 Jahren bewährte Bausparen. Eltern und Großeltern können bereits für ein Kind einen Bausparvertrag abschließen – und geben zu klassischen Jahrestagen wie Geburtstag, Weihnachten oder Ostern gerne auch einmal ein finanzielles Geschenk hinzu.

Warum gerade Bausparen? Hier handelt es sich um ein ideales, weil flexibles und vor allem sicheres Zwecksparinstrument, über das der Staat seine schützende Hand hält. Zudem sind beim Bausparen die Zinsen sowohl für das Bausparguthaben wie auch für das spätere Bauspardarlehen ab dem Tag des Vertragsabschlusses dauerhaft festgeschrieben. Wer sich also für die Zukunft die aktuellen Darlehenszinsen beim Bausparen sichern will, kann dies schon heute tun. Mit späteren Zinsanpassungen, wie sie bei Hypothekendarlehen nach einigen Jahren üblich sind, muss beim Bausparvertrag niemand rechnen.

Menschen, die für eigene vier Wände sparen, stellt auch der Staat Förderungen zur Verfügung. Dazu zählt neben der Arbeitnehmersparzulage beispielsweise die Wohnungsbauprämie. Gefördert wird hier eine jährliche eigene Sparleistung von bis zu 700 Euro bei Alleinstehenden und maximal 1.400 Euro bei Verheirateten, die auf einen Bausparvertrag einbezahlt werden. Zudem gewährt die öffentliche Hand auch die sogenannte Eigenheimrente – besser geläufig als „Wohn-Riester“. Auch sie dient etwa zum Aufbau von Eigenkapital für den späteren Erwerb von Haus oder Wohnung oder für eine schnellere Tilgung eines bereits bestehenden Wohndarlehens.

Weitere Informationen zu staatlichen Förderungen gibt es hier:
<https://www.wuestenrot.de/staatliche-foerderungen>



#wohnenheisst das wohnen immer wieder neu zu erfinden. wüstenrot

Seit über 100 Jahren bringen wir Menschen sicher in die eigenen vier Wände. Und wenn sich Ihr Wohnbedarf verändert, unterstützen wir Sie bei der Realisierung.



SV Salamander zieht positive Bilanz – Präsident Bahmann wiedergewählt

Delegiertenversammlung bestätigt Führungsteam – Zahlreiche sportliche und strukturelle Erfolge

Kornwestheim – Der SV Salamander Kornwestheim 1894 e. V. blickt auf ein ausgesprochen erfolgreiches Jahr zurück. Bei der 22. Delegiertenversammlung am 13. Mai in der Badmintonhalle des FunSport-Zentrums wurde Präsident Gerhard Bahmann mit absoluter Mehrheit im Amt bestätigt. Insgesamt nahmen 85 Personen an der Versammlung teil, darunter 76 stimmberechtigte Delegierte.

Bürgermeisterin Martina Koch-Haßdenteufel hob in ihrem Grußwort die gute Zusammenarbeit zwischen Stadt und Verein hervor. Der SVK konnte seine Mitgliederzahl auf 5.815 steigern und auch das vereinseigene FunSport-Zentrum verzeichnet mit 2.050 Mitgliedern und einem Umsatzplus von 40 Prozent innerhalb von zwei Jahren ein starkes Wachstum.

Präsident Bahmann betonte die Bedeutung der neuen Sportförderrichtlinien, die dem Verein ab 2026 bis zu 230.000 Euro pro Jahr ermöglichen. Zudem präsentierte er zahlreiche sportliche Erfolge – unter anderem in den Bereichen BMX (Regula Runge, DM-Sieg und Olympia-Nominierung), Handball (EM-Bronze für Aylin Bornhardt), Para-Tischtennis sowie Football, wo der Aufstieg in die Oberliga gelang.

Auch strukturell entwickelt sich der Verein weiter: Eine Ehrenamtsbörse wurde eingeführt,

das Schutzkonzept für Kinder und Jugendliche intensiviert, und drei neue Beiräte für Finanzen, Ehrungen und Ehrenamt etabliert.

Bei den Wahlen wurden neben Bahmann auch Jugendwartin Iman Bensdira, Pressewart Jürgen Sautter und Schriftführerin Rebecca Bullinger gewählt. 14 Beisitzerinnen und Beisitzer komplettieren das Gremium. Verabschiedet wurden Ulrich Baum und Walter Schrenk, die den Posten der Kassenprüfer an Hans-Joachim Tröschner und Selen Sag abgaben.

Ehrenpräsident Heinz Kipp wies zudem auf zwei Jubiläen im Jahr 2026 hin: 30 Jahre FunSportZentrum und 20 Jahre Vereinsfusion – beides soll gewürdigt werden.

Ehrung beim SV Salamander Kornwestheim - ein Nachmittag voller Wertschätzung und Highlights

Am Sonntag, den 21.09.2025 war es wieder so weit: Der SV Salamander Kornwestheim hat bei seiner traditionellen Ehrungsveranstaltung zahlreiche Mitglieder für ihre langjährige Treue, sportliche Erfolge und ehrenamtliches Engagement ausgezeichnet

In festlicher Atmosphäre und begleitet von der Musik des Duos Stilmix wurde ein abwechslungsreiches Programm geboten.

Nach der Begrüßung durch unseren Präsidenten Gerhard Bahmann standen zunächst die Ehrungen für langjährige Mitgliedschaften auf dem Programm. Von 25 über 40, 50 und 60 bis hin zu stolzen 80 Jahren Vereinszugehörigkeit – die Vielfalt und Verbundenheit unserer Mitglieder ist wirklich beeindruckend.

Auch das Ehrenamt hatte an diesem Abend einen besonderen Stellenwert: Georg Vochazer und Simon Bergmeister wurden als Vertreter des jungen Ehrenamts geehrt, Rafet Oral und Natja Stockhause für ihr besonderes Engagement ausgezeichnet. Der Funktionspreis ging an Gerhard Bahmann, der seit vielen Jahren mit großem Einsatz unseren Verein führt.

Natürlich durfte auch der sportliche Teil nicht fehlen, nachstehend nur einige Auszüge der Ehrungen:

Aylin Bornhardt erhielt den Sportpreis für Ihre herausragenden Leistungen im Handball. Im Hochsprung erreichte Johanna Göring fantastische Leistungen bei den Deutschen- und Europameisterschaften.

Regula Runge konnte sich Ihren 20. Deutschen Meister Titel im BMX sichern,

Unsere Tischtennis-Athletinnen und -Athleten überzeugten mit starken Leistungen, und auch die Sportabzeichen-gruppe erhielt eine besondere Auszeichnung.

Ein weiteres Highlight war die Ehrung der Sportler unseres Kooperationsvereins 46Plus. Für Ihre mehr als 40-jährige Tätigkeit und herausragenden Verdiensten für den Sport und

die Gesundheit Kornwestheims wurde Dagmar Dautel in der Kategorie „Sonderehrung“ gewürdigt.

Ob langjährige Vereinszugehörigkeit, besondere ehrenamtliche Verdienste oder sportliche Spitzenleistungen – die Sportlerehrung hat einmal mehr gezeigt, wie bunt und lebendig unser Vereinsleben ist.

Der Nachmittag klang bei leckeren Snacks und verschiedensten Getränken in familiärer und geselliger Runde aus.

Wir bedanken uns herzlich bei allen Geehrten, Gästen und Mitwirkenden für einen rundum gelungenen Nachmittag und freuen uns schon jetzt auf die sportlichen Herausforderungen und Begegnungen im kommenden Jahr!



Ehrung der Sportler unseres Kooperationsvereins 46Plus.



Für Ihre mehr als 40-jährige Tätigkeit und herausragenden Verdiensten für den Sport und die Gesundheit Kornwestheims wurde Dagmar Dautel (links) geehrt



Der Funktionspreis ging an Gerhard Bahmann



OB Nico Lauxmann begrüßt die anwesenden Gäste und Sportler

SVK - Breitensport

Werden Sie Fit mit den Breitesportangeboten des SV Salamander Kornwestheim

An den Breitensportangeboten kann jeder teilnehmen, zunächst als kostenloses Schnupperangebot, dann als Mitglied des SV Salamander Kornwestheim.

Aktuelle Mitgliedstarife pro Jahr:

Erwachsene	120,- €
Zweitmitglieder	85,- €
Rentner	85,- €
Familie	220,- €
Kinder bis 12 J.	80,- €
Jugendl./ Studenten	85,- €



SVK Angebote

Breitensport

Seniorenport

Stand MAR 2025

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	  SV Salamander Kornwestheim
08:00 Uhr Gymnastik für Alle Jahnhalle Dagmar Dautel	09:00 Uhr Gymnastik 50+ Osthalle klein Paulina Schmidt				
	10:00 Uhr Gymnastik 70+ Osthalle klein Paulina Schmidt	10:00 Uhr Gymnastik für Alle Osthalle klein Paulina Schmidt			
	11:00 Uhr Gymnastik Spaß Jahnhalle Pavel Kulman				
18:00 - 19:00 Uhr Yoga Gymnasium Spiegelsaal Silvia Keidel		18:15 Uhr Bauch-Beine-Po Osthalle klein Paulina Schmidt	18:30 Uhr Bauch/Beine/Po Jahnhalle Evi Loth	18:30 Uhr Herren 40+ "2.Weg" Jahnhalle Iris Wenzel	
19:00 - 20:00 Uhr Yoga Gymnasium Spiegelsaal Silvia Keidel	18:00 Uhr Herrengymnastik Jahnhalle Karl-Peter Schmidtke	19:00 Uhr Funktionelle Gymnastik Osthalle klein Paulina Schmidt		19:10 Uhr Konditions-Training Stadionhalle Dagmar Dautel	
19:00 Uhr Funktionelle Gymnastik Osthalle klein Petra Eppinger	19:15 Uhr Step-Aerobic Eugen-Bolz-Halle Tina Neugebauer	19:00 Uhr Fitness-Gymnastik Hannes-Reiber-Halle Dagmar Dautel			
		20:00 Uhr Fitness-Gymnastik Hannes-Reiber-Halle Dagmar Dautel			

Gymnasiumhalle - Ernst-Sigle-Gymnasium, Hohenstaufenallee 8
Osthalle, Theodor-Heuss-Straße 4
Jahnhalle, Jahnstraße 21
Eugen-Bolz-Halle/Eugen-Bolz-Schule, Bolzstraße 96
Hannes-Reiber-Halle, Stuttgarter Straße 207

In den Schulferein und an unterrichtsfreien Tagen finden keine Sportangebote statt

Informationen zu den Breitensportangeboten:



Dagmar Dautel

Bereichsleiterin
Breiten- und Gesundheitssport

☎ 07154 / 15 56 70 0
✉ d.dautel@sv-kornwestheim.de
Sprechzeit: montags, 14:30 - 16:30 Uhr

Informationen zur Vereinsmitgliedschaft:



Denise David-Reinbold

Mitgliederverwaltung &
Reha-Sport

☎ 07154 / 83 08 30
✉ info@sv-kornwestheim.de

SVK - Rehasport

Rehasport im SVK Kornwestheim - Ihr Weg zu mehr Gesundheit

Schmerzen lindern, Kraft zurückgewinnen und sich rundum besser fühlen – und das völlig kostenlos! Mit einer ärztlichen Verordnung übernimmt deine **gesetzliche Krankenkasse** die Kosten für den Rehasport **bis zu 100 %**. Regelmäßige Bewegung stärkt Muskulatur, Ausdauer und Koordination und hilft, Beschwerden nachhaltig zu reduzieren.

Beim SV Salamander Kornwestheim erwartet dich ein nach **§64 SGB IX** zertifiziertes Rehasport-Angebot, begleitet von erfahrenen Übungsleiterinnen und Übungsleitern. **Lass uns gemeinsam etwas für deine Gesundheit tun – jetzt den passenden Kurs finden und durchstarten!**

Unsere Kurse im Überblick:

Orthopädie - Beweglichkeit zurückgewinnen!

Leidest du unter Rücken- oder Gelenkschmerzen? Unser Orthopädie-Kurs hilft dir, deine Muskulatur zu kräftigen, deine Haltung zu verbessern und Schmerzen aktiv entgegenzuwirken. Unter professioneller Anleitung trainierst du sanft, aber gezielt, um deine Beweglichkeit im Alltag zu fördern.

Ziele:

- Kräftigung der Skelettmuskulatur
- Verbesserung der Beweglichkeit und Körperhaltung
- Linderung von Schmerzen und Verspannungen

Geeignet für:

- > Haltungsschäden, Bandscheibenvorfälle, Sportverletzungen
- > Arthrose, künstlicher Gelenkersatz, Skoliose
- > Osteoporose, rheumatische Erkrankungen, Sehnen- & Bänderverletzungen



Lungensport – Mehr Luft, mehr Leben!

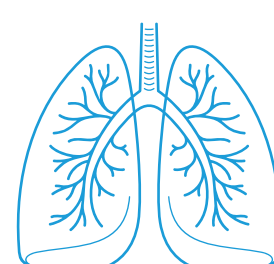
Atemnot im Alltag? Mit gezielten Übungen lernst du, deine Atemmuskulatur zu stärken und deine Belastbarkeit zu steigern. Unser Lungensport-Kurs verbessert deine Atemtechnik und hilft dir, Ängste abzubauen – für mehr Lebensqualität und Energie!

Ziele:

- Verbesserung der Atemtechnik und Lungenfunktion
- Erhöhung der körperlichen Leistungsfähigkeit
- Erleichterung der Schleimlösung und Atemkontrolle

Geeignet für:

- > Asthma bronchiale, COPD, Lungenemphysem
- > Interstitielle Lungenerkrankung, pulmonale Hypertonie
- > Long-COVID, Mukoviszidose, Bronchiektasen



Herzsport – Gemeinsam stark fürs Herz!

Dein Herz braucht Bewegung! In unserem Herzsport-Kurs trainierst du sanft, aber effektiv, um deine Ausdauer zu verbessern und dein Herz-Kreislauf-System zu stärken. Der Kurs hilft dir, Ängste abzubauen und mehr Sicherheit im Alltag zu gewinnen.

Ziele:

- Stärkung des Herz-Kreislauf-Systems
- Steigerung von Ausdauer und Belastbarkeit
- Förderung der Durchblutung und Sauerstoffaufnahme

Geeignet für:

- > Koronare Herzerkrankung, nach Herzinfarkt
- > Nach Bypass-OP oder Stentimplantation
- > Bluthochdruck, Herzrhythmusstörungen, Herzinsuffizienz



Sport nach Krebs – Kraft und Lebensfreude zurückgewinnen!

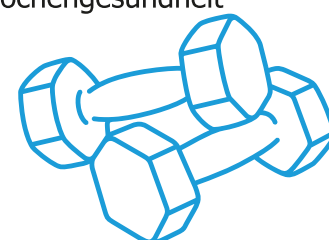
Nach einer Krebserkrankung wieder aktiv werden? Dieser Kurs hilft dir, deine Kraft zurückzugewinnen, Erschöpfung zu bekämpfen und dein Immunsystem zu stärken. In einer unterstützenden Gemeinschaft trainierst du gezielt und sicher für ein neues Lebensgefühl.

Ziele:

- Bekämpfung der chronischen Erschöpfung (Fatigue)
- Stärkung des Immunsystems & Verbesserung der Knochengesundheit
- Förderung der Mobilität und des Wohlbefindens

Geeignet für:

- > Brustkrebs, Prostatakrebs, Magen- & Darmkrebs
- > Lungenkrebs, Leukämie, Lymphome
- > Gynäkologische Krebserkrankungen, Hirntumore



SVK – Rehasport

Mehr Lebensqualität, weniger Beschwerden – Rehasport beim SV Kornwestheim

Rückenschmerzen, Erschöpfung, Gelenkprobleme – viele Menschen spüren, dass ihr Körper mehr Aufmerksamkeit braucht. Doch wer denkt, Rehasport sei nur etwas für ältere Menschen oder ausschließlich zur Nachsorge nach einer schweren Erkrankung gedacht, liegt falsch. Der SV Kornwestheim hat sein Rehasport-Angebot jetzt umfassend modernisiert – mit qualifizierten Kursleiterinnen und Kursleitern, zielgruppengerechten Angeboten und dem klaren Ziel, Menschen zurück in ein aktiveres, beschwerdefreieres Leben zu begleiten.

Im Gespräch mit den beiden Rehasport-Verantwortlichen Dagmar Dautel und Clara Wolfangel erfahren wir, wie Rehasport kleine Wunder wirken kann, wie der Einstieg funktioniert – und warum es sich lohnt, den ersten Schritt zu wagen.

Viele Menschen denken beim Begriff Rehasport zunächst an ältere Personen oder an klassische Reha-Maßnahmen nach schweren Erkrankungen. Sind diese Vorstellungen heute überhaupt noch zeitgemäß?

Das klassische Bild vom Rehasport – als Maßnahme nur für ältere Menschen nach einer Operation – greift heute deutlich zu kurz. Natürlich spielt Rehasport auch weiterhin eine wichtige Rolle in der Nachsorge. Aber inzwischen richtet er sich an ein deutlich breiteres Spektrum von Menschen. Rehasport eignet sich für alle, die mit gesundheitlichen Einschränkungen oder chronischen Beschwerden leben – ob Rückenprobleme, Gelenkschmerzen, Atemwegserkrankungen, Übergewicht oder psychische Belastungen. Auch bei Erschöpfung oder allgemeinen Bewegungseinschränkungen kann Rehasport helfen, den Krankheitsverlauf positiv zu beeinflussen und die körperliche Belastbarkeit wieder zu steigern.

Dabei geht es nicht nur um körperliche Stabilität – Rehasport stärkt auch das Selbstvertrauen und die soziale Teilhabe. In unseren Kursen beim SV Kornwestheim steht das gemeinsame Erleben im Mittelpunkt. Unsere modernen, zielgruppenspezifischen Angebote holen die Teilnehmenden dort ab, wo sie gerade stehen – und helfen ihnen, Schritt für Schritt zu mehr Lebensqualität zu finden.



Für welche gesundheitlichen Beschwerden oder Diagnosen ist Rehasport besonders geeignet? Und lässt sich Rehasport auch vorbeugend nutzen, um die eigene Gesundheit aktiv zu stärken?

Rehasport ist bei einer Vielzahl von Beschwerden sinnvoll – weit über die klassische Reha hinaus. Besonders häufig wird er bei orthopädischen Problemen wie Rücken- oder Gelenkschmerzen, bei Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Diabetes Typ 2, neurologischen Einschränkungen, psychischen Belastungen oder auch nach Krebserkrankungen verordnet. Gleichzeitig kann Rehasport auch vorbeugend eingesetzt werden. In einer Gesellschaft, in der viele Menschen durch Bewegungsmangel, langes Sitzen oder dauerhaften Stress belastet sind, lassen sich typische „Volkskrankheiten“ wie Rückenschmerzen, Erschöpfung oder Bluthochdruck durch gezielte Bewegung frühzeitig abfedern.

So stärkt Rehasport nicht nur den Körper – sondern auch das Gefühl, wieder etwas für sich selbst tun zu können. Für viele ist das ein entscheidender Schritt zurück in einen stabileren, gesünderen Alltag.

Der SV Kornwestheim hat sein Rehasport-Angebot kürzlich umfassend neu aufgestellt. Können Sie uns einen Überblick geben, welche Rehasport-Kurse Interessierte bei Ihnen aktuell finden?

Wir bieten derzeit Rehasportkurse in vier zentralen Bereichen an: Orthopädie, Herzsport, Lungensport sowie Sport nach Krebs. Jeder dieser Kurse ist gezielt auf die jeweiligen gesundheitlichen Anforderungen abgestimmt – sei es zur Stabilisierung des Bewegungsapparats, zur Stärkung von Herz und Kreislauf, zur Verbesserung der Atemfunktion oder zur aktiven Begleitung in der Krebsnachsorge.

Auf unserer Website finden Interessierte ausführliche Informationen zu den Kursinhalten und erfahren, welcher Kurs am besten zu ihrer persönlichen Situation passt.

Warum liegt es Ihnen und dem SV Kornwestheim so sehr am Herzen, das Thema Rehasport in unserer Stadt gezielt voranzubringen?

Wir wissen aus eigener Erfahrung, wie sehr regelmäßige Bewegung das Leben verändern kann – nicht nur körperlich, sondern auch mental. Beschwerden nehmen ab, das Energielevel steigt, und man fühlt sich wieder belastbarer. Dieses positive Gefühl möchten wir an andere weitergeben. Uns als Verein liegt Rehasport besonders am Herzen, weil wir den großen Bedarf in der Bevölkerung sehen – und gleichzeitig feststellen, wie viel Potenzial bisher ungenutzt bleibt. Viele Menschen wissen schlicht nicht, dass sie Anspruch auf Rehasport haben. Auch in Arztpraxen wird das Thema leider noch zu selten angesprochen.

Wir wollen Rehasport nicht irgendwo versteckt anbieten, sondern mitten in unserer Stadt – gut erreichbar, menschlich und professionell begleitet. Denn Gesundheit bedeutet für uns mehr als nur die Abwesenheit von Krankheit: Sie steht für Teilhabe, Selbstbestimmung und Lebensfreude. Und genau das möchten wir den Menschen hier in Kornwestheim ermöglichen.



Was erleben Sie in Ihrer täglichen Arbeit: Wie verändert sich der Alltag Ihrer Teilnehmerinnen und Teilnehmer durch den Rehasport?

Wir sehen es beinahe täglich: Rehasport bringt echte Veränderungen – oft schon nach wenigen Wochen. Die Teilnehmenden berichten, dass sie wieder mehr Energie haben, sich sicherer bewegen und alltägliche Aufgaben wie Einkaufen, Treppensteigen oder Hausarbeit ihnen leichter fallen. Nach der Arbeit bleibt plötzlich wieder Kraft für Hobbys oder Unternehmungen. Auch das Selbstvertrauen wächst: Viele Menschen fassen neuen Mut, trauen sich wieder zu reisen oder aktiver am Leben teilzunehmen.

Und nicht zuletzt entstehen in unseren Kursen wertvolle soziale Kontakte. Menschen, die sich zuvor isoliert fühlten, sind plötzlich wieder unter Leuten – lachen, bewegen sich, bilden Fahrgemeinschaften, verabreden sich nach dem Kurs im Biergarten oder zur gemeinsamen Runde im Park. Diese neue Lebensfreude ist oft das schönste „Trainingsziel“, das unsere Teilnehmenden erreichen.

Viele wissen gar nicht, dass Rehasport unter bestimmten Voraussetzungen vollständig von den Krankenkassen übernommen wird. Wie funktioniert der Einstieg konkret – und was sollten Interessierte beachten?

Das stimmt. Viele gesetzliche Krankenkassen übernehmen die Kosten für Rehasport vollständig – und das in der Regel sogar unkompliziert. Man benötigt lediglich eine Verordnung, die vom Hausarzt oder einem Facharzt ausgestellt wird. Da Ärztinnen und Ärzte nicht immer von sich aus darauf hinweisen, lohnt es sich, beim nächsten Arztbesuch gezielt nach einer Verordnung für Rehasport zu fragen – vor allem, wenn bereits Beschwerden bestehen, die durch Bewegung gelindert werden könnten.

Die ausgestellte Verordnung wird anschließend der Krankenkasse vorgelegt. Sobald die Freigabe erfolgt ist, kann es direkt losgehen – die Abrechnung übernehmen wir dann direkt mit der Krankenkasse. Privatversicherte erhalten von uns eine Rechnung und reichen diese zur Erstattung bei ihrer Versicherung ein. Wer Fragen zur Rehasport-Verordnung hat, kann sich jederzeit bei uns melden – wir helfen gerne weiter.

Wer begleitet die Teilnehmenden in den Rehasport-Kursen des SV Kornwestheim? Und welche besonderen Qualifikationen bringen Ihre Trainerinnen und Trainer mit?

Unsere Rehasport-Kurse werden ausschließlich von speziell ausgebildeten und lizenzierten Übungsleiterinnen und Übungsleitern betreut. Alle verfügen mindestens über die gesetzlich geforderte Rehasport-Lizenz B. Die Lizenzen müssen alle zwei Jahre durch Fortbildungen erneuert werden. Zusätzlich werden alle Rehasport-Angebote vom Württembergischen Behinderten- und Rehasportverband (WBRS) geprüft und genehmigt.

Doch Fachkompetenz allein macht noch keinen guten Kurs. Unsere Kursleiterinnen und Kursleiter bringen auch viel Herz, Einfühlungsvermögen und Freude an der Arbeit mit Menschen mit. Denn Rehasport soll nicht nur wirksam sein – sondern auch Spaß machen.

Zum Abschluss: Was möchten Sie den Kornwestheimerinnen und Kornwestheimern mit auf den Weg geben, die noch unsicher sind, ob Rehasport für sie das Richtige sein könnte?

Probieren Sie es einfach aus! Rehasport kann Ihr Leben verändern – körperlich, seelisch und sozial. Sie haben nichts zu verlieren, aber sehr viel zu gewinnen: Gesundheit, Kraft und neue Lebensfreude. Melden Sie sich bei uns – gemeinsam finden wir den perfekten Rehasport Kurs für Sie.



SVK - Rehasport

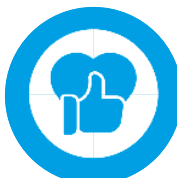
Dein Weg zum Rehasport!



1. Dein Facharzt/ Hausarzt stellt dir eine **Rehasport-Verordnung** aus.



2. Du informierst dich bei deiner **Krankenkasse**, ob eine Kostenübernahmeerklärung notwendig ist (einige Krankenkassen verzichten inzwischen darauf).



3. Du **kontaktierst uns** telefonisch, per Mail oder persönlich, sodass wir gemeinsam den passenden Kurs festlegen.



4. Du **startest** mit dem **Rehasport**!

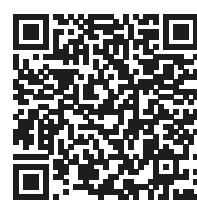
Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
09:00 Uhr Orthopädie Jahnhalle Mozza		09:00 Uhr Sport nach Krebs Osthalle Klein Paulina	09:00 Uhr Orthopädie Osthalle klein Pavel	09:00 Uhr Orthopädie FUN Gym 3 Pavel
09:00 Uhr Lungensport FUN Gym 3 Pavel			10:00 Uhr Orthopädie Osthalle klein Pavel	10:00 Uhr Orthopädie FUN Gym 3 Pavel
10:00 Uhr Orthopädie FUN Gym 3 Pavel			11:00 Uhr Orthopädie Osthalle klein Pavel	
		16:30 Uhr Sport nach Herzerkrankung FUN Gym 1 Dagmar	16:45Uhr Orthopädie Osthalle klein Paulina	
		17:00 Uhr Orthopädie Osthalle klein Paulina	17:45 Uhr Orthopädie Osthalle klein Paulina	
18:00 Uhr Orthopädie FUN Gym 3 Paulina		17:50 Uhr Sport nach Herzerkrankung FUN Gym 1 Dagmar		17:30 Uhr Orthopädie Jahnhalle Iris
	19:30 Uhr Orthopädie FUN Gym 2 Clara	18:00Uhr Sport nach Herzerkrankung FUN Gym 2 Christine		
		19:00 Uhr Sport nach Herzerkrankung FUN Gym 1		
FunSportZentrum: Bogenstr. 35 Osthalle: Theodor-Heuss-Straße 4 Jahnhalle: Jahnstraße 21			Kostenlose Teilnahme mit ärztlicher Verordnung oder gegen Kursgebühr	



Tu dir was Gutes - mit **Reha-Sport**
beim **SV Kornwestheim**

Und das **völlig kostenlos!**

Mehr Infos



Informationen zum Rehasport:



Clara Wolfangel

Rehasport

☎ 07154 / 83 08 30
✉ reha@sv-kornwestheim.de

Sprechzeiten:
montags, 09:00 - 12:00 Uhr
dienstags, 09:00 - 12:00 Uhr

Informationen zur medizinischen Beratung:



Dagmar Dautel

Bereichsleiterin Breiten- und Gesundheitssport

☎ 07154 / 15 56 70 0
✉ d.dautel@sv-kornwestheim.de

Sprechzeit:
montags, 14:30 - 16:30 Uhr

2. Weg

Aktivitäten vom 2. Weg

Die Knaller der letzten 5 Monate
Umfangreiche Freizeitaktivitäten, die teilweise schon eine lange Tradition haben. Seit Jahren - Montag's Home- office Meeting. Auch die Radgruppe ist jeden Mittwoch aktiv. Zusammen mit Freunden hat man mehr Spaß und Freude am Sport sowie den Aktivitäten. Seit vielen Jahren wird in Kornwestheim der Besen von Christa und Edgar Schaile besucht. Diesmal war es das letzte Mal. Beide gehen in den wohlverdienten Ruhestand. Wir sagen Danke. Tagesausflug nach Bönigheim ins Schnapsmuseum mit Führung durch die größte alkoholgeschichtliche Museumssammlung Deutschlands, mit humorvolle Schnaps- und Likörverkostung. Bei Anekdoten und Trinksprüchen erfahren wir viel Wissenwertes rund um das Schnapsmuseum. SVK-Seniorenausflug-Sektfrühstück mit frischen Brezeln - Hechingen-Burg Hohenzollern, Stammsitz des preußischen Königshause. Ausspruch von Kaiser Wilhelm II - „Ausblick von Burg Hohenzollern wahrlich eine Reise wert ist. Noch Heute in Privatbesitz. Später Mittag-Essen, danach nach Trochtelfingen zu Alb Gold - Teigwaren und Kaffeetrinken. Es waren schöne, lustige Erlebnisse.



Letzter Besenbesuch bei Christa & Edgar Schaile, sind im Ruhestand



Tagesausflug nach Bönigheim mit Führung im Schnapsmuseum



Vatertagswanderung-Max Eyth See-Hallschlag-„Zur alten Ziegelei“



Mittagessen und Theaterbesuch in Ötigheim - „Im weißen Rössl“



Deutschlands größte Freilichtbühne mit 4000 überdachte Sitzplätze



Tagesausflug nach Hechingen-Burg Hohenzollern-mit SVK Senioren



Nach der Freitagsgymnastik im ESG-Stüble - vespern & quatschen



Erfolgreich war wieder der 2 tägige Radausflug, diesmal Heilbronn



Ausflug mit den SVK-Senioren zum Kutterer-Blockhausbesen in Poppenweiler bei toller Stimmung



Gemeinsames Gartenfest. Der Tradition folgend bringen die Frauen Salate, Beilagen und Kuchen mit

SVK

der Verein für

ALLE

mkk

meine krankenkasse

Kurs auf Gesundheit

Mit dem mkk Gesundheitskonto erhältst du bis zu 1.500 Euro im Jahr für deine Gesundheit – von Kursen über Gesundheitsreisen bis zur sportmedizinischen Untersuchung. Einfach gesund mit der mkk – meine krankenkasse.

Mehr Infos findest du hier:

Immer für dich da

ServiceCenter Kornwestheim
Im Salamander-Areal, Bau 6

markus.sesar@meine-krankenkasse.de

0152 09276945

@mkk.gesund

9

Turmspringen SVK-Nachwuchs überzeugt von Brett und Turm

Das junge Team des SV Kornwestheim holte insgesamt sechs Medaillen bei den **Baden-Württembergisch-Bayerischen Meisterschaften im Wasserspringen** im Kornwestheimer Alfred-Kercher-Bad bei rekordverdächtigen 250 Starts. Vertreten haben den SVK Selina Eschelbacher, David Binzer, Letizia Gerich, Ben Winnige, Paul Norkus, Vladyslav Bondarenko und Alessio Rehnhahn.

Für Letizia, Ben und Paul war es ihr Wettkampfbdebüt. Im Technikwettbewerb der AK9 vom 1m-Brett hatten Ben und Paul bis zum Schluss Medaillenchancen. Ben kam auf Platz vier und Paul auf Platz sechs.



Letizia Gerich - Silbermedaille

Letizia übertraf ihre Trainingsleistungen und nahm die Silbermedaille mit nach Hause.

David war in der AK11 im Technikwettbewerb vom 1m- als auch vom 3m-Brett im Medaillenrennen weit vorn und belegte beide Mal bei dieser starken Konkurrenz Platz 4.

Selinas (AK11) Plan, an die Leistung des Vorjahres und den Ergebnissen den letzten Trainingswochen anzuknüpfen gelang ihr vom 1m- als auch vom 3-Brett mit einer knappen Führung gegen die starke Freiburger Konkurrentin bis zum letzten Durchgang. Selina erhielt jeweils die Silbermedaille.

Alessio Rehnhahn brauchte bei der C-Jugend in der AK13 vom 3m-Brett beiden Sprünge, um in den Wettbewerb hineinzu finden und sich von Sprung zu Sprung zu steigern. Allein ein für Freiburg startender ukrainischer Junge konnte sich noch vor ihm platzieren. Vom 1m-Brett startete auch Vladyslav. Beide zeigten sehr gute Sprungserien. Alessio brachte die Silber- und Vladyslav die Bronze-Medaille nach Hause. Auch vom 5m-Turm platzierte



Selina Eschelbacher Silbermedaillen

sich nur sein ukrainischer Konkurrent vor Alessio. Er zielte die Silbermedaille.

Alessio nahm in diesem Jahr an seinem ersten Männerwettbewerb teil, war auch im Kampf um die Medaillen sehr gut dabei und kam auf Platz 5.

Rundum, eine erfolgreiche Meisterschaft für die jungen Springer vom SV Kornwestheim.

Das Team der Springer wächst stetig und befindet sich aktuell in der Vorbereitung der im November in München stattfindender Wettkämpfe.

Internationales Nachwuchsschwimmfest und Vereinsmeisterschaften, die Höhepunkte der Schwimmer

Nach mehreren Jahren standen Ende März zum ersten Mal wieder Kornwestheimer SchwimmerInnen auf der Meldeliste bei einem offiziellen Wettkampf, dem Internationalen Nachwuchsschwimmfest. Das Trainerteam des SVK unternahm einen ersten Schritt zu

rück auf die Wettkampfbühne. Die traditionelle Veranstaltung in Gerlingen kam zeitlich recht gelegen, um die Trainingsfortschritte zu überprüfen und sich Orientierung zu verschaffen.

Mehr als 250 TeilnehmerInnen gingen an diesem Sonntag bei



(v.l.n.r.): vorne Cecilia Aydogan-Evangelou, Anna Heuber und Jakob Hofmann; hinten Betreuer Max Paluschek, Chefcoach Silvia Capalija und Nachwuchstrainer Lars Haller.

knapp 800 Einzelstarts und 40 Staffeln auf die Zeitenjagd. Für alle SVK-ler war der Wettkampf eine Premiere.

Cecilia Aydogan-Evangelou (Jg 2011) landete nach toller Leistung über 100m Freistil in 1:22,20 min denkbar knapp auf Rang 4. Nur 1,3 Sekunden fehlten für den Platz auf dem Treppchen.

Jakob Hofmann (Jg. 11) landete auf derselben Strecke in 1:21,22 min und nur 6 Zehntelsekunden hinter Platz 2 auf dem Bronze-Rang. Seine gute Form bestätigte er auch über die schweren 100m Lagen, über die er sich in 1:33,91 min ebenfalls mit Platz 3 belohnte.

Noch besser lief es bei der Jüngsten des Kornwestheimer Trios, Anna Heuber (Jg. 12). Sie startete ebenfalls über jeweils 100m Freistil (1:19,67 min) und Lagen (1:28,48 min), lieferte sich beide Male einen spannenden Duell mit der Konkurrenz und sicherte sich in überzeugender Manier und mit tollen Zeiten jeweils die Silbermedaille.

Wieder erfolgreiche Saison der Freiwasserschwimmer

„Freiwasserschwimmen ist einer der schönsten Sportarten die es gibt.“ Diese Feststellung begründet der Freiwasserspartenwart Christian Hahn damit, dass wir das Schwimmen in der freien Natur, quasi überall, im Fluss, See oder Meer genießen können und alles was wir brauchen Badesachen und Schwimmboje sind.

Die Wettkampfsaison startete mit unseren Neuzugängen am Bodensee. Mit Heike Hartenberger, Selina Klotz, Hans Müller und Manuel Hafner nahmen vier Freiwasserschwimmer am letzten Juniwochenende an der **Bodenseequerung von Konstanz nach Meersburg** teil. Fröhlich um 6:30 Uhr fiel der Startschuss für die 5 km-Strecke. Nicht nur der frühe Start im Bodensee, vor allem die Orientierung war eine große Herausforderung. Beim Schwimmen gegen die aufgehende Sonne und ohne Streckenführung war es fast nicht möglich, sich auf das Ziel zu fokussieren. Umso erfreulicher sind die guten Platzierungen der Schwimmer vom SV-Kornwestheim unter den Top10 ihrer Altersklassen. Heike, die als erste von uns aus dem Wasser stieg, kam unter die Top 10 der S-Klasse (Masters).



Bodenseequerung: von Rechts Manuel, Hans M., Heike und Selina

Bei der **Seequerung Lindau** gingen Eugenio Lugones und Christian Hahn vom SV Kornwestheim mit insgesamt 221 FreiwasserschwimmerInnen auf die 2,3 km lange Strecke von der Therme Lindau bis zum Römerbad auf der Insel

Lindau an den Start. Die Bedingungen waren sehr schwierig. Große „Goschenwellen“ (Wellen, die ins Gesicht schlagen), Aussentemperaturen von 15 Grad Celsius und starker Wind machten die Orientierung und Wegstrecke zur Herausforderung. Da waren Wassertemperaturen von 21,7 Grad Celsius geradezu angenehm. Trotz dieser Bedingungen wurde Eugenio Lugones Erster in seiner Altersklasse 75, Christian Hahn wurde Zweiter in seiner Altersklasse 45. Eugenio Lugones war der älteste Teilnehmer des Wettkampfs.



Lindauseeschwimmen: Christian und Eugenio

Mitte August waren die FreiwasserschwimmerInnen auf schnell ausgebuchten Schwimmstrecken an Plätzen unterwegs, wie dem von Mark Twain als „This is the charmiest place I have ever lived in“ bezeichneten Weggis See, dem romantische Lido in Luzern und dem See rund um das seit kurzem auch zum Weltkulturerbe ernannte Schweriner Schloss. Hans Müller absolvierte in der Schweiz am 16. August 2025 das 3 km lange **Weggiser Seeschwimmen** unter schwierigsten Verhältnissen. Bei 126 Teilnehmern



Siegerehrung Hans M.

platzierte er sich in der Gesamtwertung im ersten Drittel. Am 17. August 2025 startete er in Luzern die 1,1 km lange **Vierwaldstätter-Seeüberquerung**. Er belegte Platz 2 der AK60, mit einer Verbesserung seiner Streckenbestzeit um drei Minuten.

Heike Hartenberger startet am 10. August 2025 beim 20. **Schweriner Schlossschwimmen** mit 295 Teilnehmern. Sie belegte wie im Vorjahr Platz 1 der teilnehmerstarken AK55



Vor dem Schloss Heike

und kam in der Gesamtfrauenwertung aus weiblicher Jugend und 122 Altersklassenstarterinnen unter die Top 10. Sie verbesserte ihre Streckenbestzeit um zwei Minuten.

Den Abschluss der Saison bildet wieder die **5 km Openwater Bodensee Wallhausen Überlingen und zurück**. Heike Hartenberger konnte ihre 5 km-Zeit weiter verbessern (13 min zur 5 km-Zeit vom Juni und 5 ½ min zur Vorjahresbestzeit) und belegte wieder Platz 1 ihrer AK49+ und bei der S-Klasse-Masters-Wertung nach ihrer 14 Jahre jüngeren Konkurrentin nur Platz 2. Im Wasser war sie – wie im Vorjahr – auf Platz 1, stürzte aber beim Schlusssprint nach dem Wasserausstieg auf der aalglatten Rampe. Auch hier starteten 300 Teilnehmer. Fast alle FreiwasserschwimmerInnen des SV Kornwestheim haben das Deutsche Rettungsschwimmerabzeichen in Silber. So konnten sie zwei kleine Jungen auf einer Trainingsrunde in diesem Sommer retten.

Kontakt: Spartenleiter Christian Hahn c.hahn@sv-kornwestheim.de

Bei den Vereinsmeisterschaften 2025 maßen sich die TeilnehmerInnen, wie in den Vorjahren, in den bewährten Mehrkämpfen.

Die Jüngsten (Jg.14–17) und die Masters traten innerhalb von zwei Stunden im Dreikampf gegeneinander an. Die Jugend (Jg.09-13) hatte gleich fünf Strecken zu bewältigen. Neben der Jahrgangswertung, in der die erzielten Zeiten addiert werden, lag die Spannung auf der Pokalwertung der Vereinsmeisterschaft für die die internationalen Leistungstabellen gilt und die sich aus den jeweiligen Weltrekorden für die einzelnen Schwimmstrecken ableiten. Darüber hinaus fließt ein zusätzlicher Koeffizient ein, sodass die Leistungen unabhängig von Geschlecht und Alter bewertet werden.

Den schnellsten Dreikampf über jeweils 50m Rücken, Brust und Freistil absolvierte bei den Schülerinnen Salome Ziebart (Jg.14), knapp gefolgt von Amalia Elena Pristavu (Jg.16). Bei den Schülern hatten David Anders (Jg.14), Nikita Richter (Jg.14) und Oliver Filipaki (Jg.15) die Nase vorn.

Oliver Filipaki erzielte über 50m Brust eine überragende Einzelleistung (296 Punkte), musste sich aber in der Vereinsmeisterwertung der Konstanz von Finn Heuber (Jg.16) beugen, der sich mit 669 Punkten zum ersten Platz 2 ging an Oliver Filipaki (645 P.), dicht gefolgt



5 Kampf: (v.l.n.r.) Jakob Hofmann (6.), Julia Buricea, Anna Heuber, Damian Wegner, Lukas Sperr (5.)

von David Anders (Jg.14/633 P.), Amalia Elena Pristavu (617 P.) und Nikita Richter (Jg.14/591 P.).

Im 5-Kampf über jeweils 50m Rücken, Brust Delfin und Freistil sowie 100m Lagen ging es sowohl bei den Mädchen wie bei den Jungen recht eng zu. Nicht zu schlagen war auf 4 von 5 Strecken Anna Heuber (Jg.12) vor der gleichaltrigen Julia Buricea und Hanga Petrovics. Alle drei lieferten hervorragende Zeiten für die Pokalwertung ab.

Gleichmäßig stark waren auch die erzielten Zeiten von Damian Wegner (Jg.09), der sogar unter der 4-Minuten-Schallmauer blieb und vor Lukas Sperr (Jg.11) der Schnellste war.

In der Punktwertung für die Vereinsmeisterschaft gelang



3 Kampf: (v.l.n.r.) Melia Sofie Lein (6.), Oliver Filipaki, Finn Heuber, David Anders, Amalia Elena Pristavi (4.), Nikita Richter (5.)



VM 25 Meisterfamilie“ Fin, Sonja und Anna Heuber

Tanzen

Tanzen

Eine Bewegung der besonderen Art



„Wir tanzen das Leben“
- mach einfach mit -



Paare die bereits über tänzerische Erfahrung verfügen
(Fortgeschrittene, Bronze, Silber, Gold DTSA oder ADTV)
sind bei uns herzlich Willkommen.

Keine Tanzpartnerin oder keinen Tanzpartner ?
Kein Problem, in Vorbereitung für Ende 2025
Lassen Sie sich überraschen...

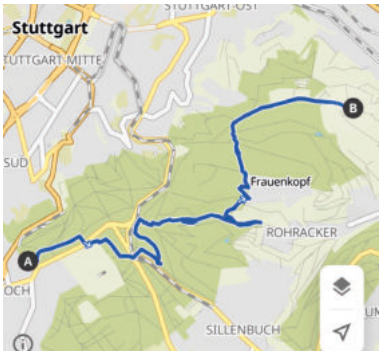


Ansprechpartner:

Stefan Rüttler & Alexandra
+49 155 66729567
tanzen@svk-kornwestheim.de



Tageswanderung Tanzsportgruppe am 19. Juli 2025



Marienplatz

Haigst - Santiago-de-Chile- Platz

Bei wunderschönem Wetter
treffen wir uns und fahren
mit der Zacke von Marienplatz
hoch bis zum Haigst.

Wir genießen wunderbare
Ausblicke vom Santiago-de-
Chile-Platz und brechen dann
auf Richtung Fernsehturm.



Haigst



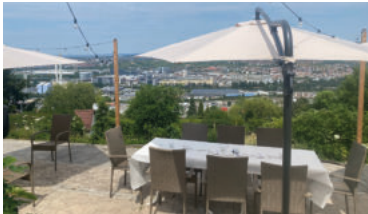
Haigst



Schillerlinde beim StellWerk

Ein kleines bisschen zu früh
erreichen wir unser Ziel, den
Biergarten Friedrichsruh. Da
noch nicht geöffnet ist, strei-
chen wir ein bisschen durch die
Waldebene bis zur Schillerlinde
und genießen auch dort den
herrlichen Ausblick.

Natürlich interessiert uns auch,
was aus dem Lokal Tante Blan-
ca geworden ist, mit einer
herrlichen Terrasse und Blick
auf das Neckartal. Leider gibt
es dieses nicht mehr, aber es
wurde zu einer wundervollen
Event Location umgestaltet,
die von StellWerk betrieben
wird. Immerhin kann man sie
dann mieten, wenn es etwas
zu feiern gibt.



StellWerk

Hoher Bopser

Auf kleinen und schattigen
Nebenwegen erreichen wir
schließlich unser erstes Ziel.
Das berühmteste Wahrzeichen
Stuttgarts, den Fernsehturm,
der mit seinen 217 Metern
Höhe über der Stadt emporragt
und es gibt auch einige nette
Locations, wo man sich hin-
setzen, ein bisschen was essen
und trinken kann



Schillerlinde

Friedrichsruh Waldebene Ost

Es ist soweit. In Erinnerung an
alte Zeiten, so vor 40 Jahren,
schlüpfen wir durch das Szene
Lokal Onkel Otto. Es hat sich
kaum etwas verändert das ist
schon interessant. Wir schlüpfen
durch den Hinterausgang,
und kurze Zeit später sind wir
an der Friedrichsruh. Noch
ist nichts los, der Biergarten
ist wunderwunderschön. Wir
haben die Wahl, wo wir sitzen
möchten, und studieren fleißig
die Speisekarte. Es ist das zwei-
te Mal in 40 Jahren. dass Ute
und ich dort sind. Immer wie-



Tiefenbachtal



der geplant, aber nie geschafft.
Bei einem Bierchen, köstlichen
Salaten, vegetarischen Früh-
lingsrollen beziehungsweise
Pizza, lässt es sich im Schatten
gut aushalten. Wir werden
den Tag mit lachen netten
Gesprächen und machen uns
auf den Weg nach Hause. Am
Himmel ziehen dunkle Wolken
auf, die Wettervorhersage hat
also recht, aber das stört uns
nicht und wir kommen trocken
nach Hause. Schön war's, gerne
wieder.

Tiefenbachtal und
Tiefenbachsee

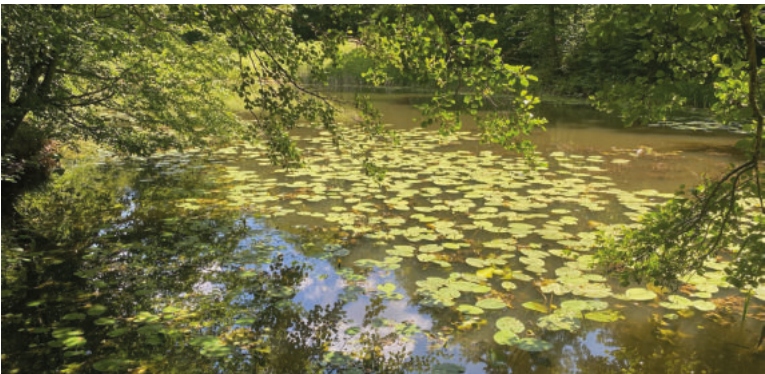
Wir nehmen einen kleinen Um-
weg durch das Tiefenbachtal.
Es erinnert sehr stark an die
Marienschlucht am Bodensee,
die jahrelang nicht begehbar
war. Es ist kühl und schattig,
aber sehr traumhaft und wirkt
sehr beruhigend. Am Ende er-
reichen wir den Tiefenbachsee,
wo wir unsere erste Vesperpau-
se einlegen.

Wir werden von einer Gruppe
Kinder begleitet, die mit ihren
Eltern einen Ausflug machen.
Fröhlich planschen sie durch
das Wassertretbecken und wir
freuen uns daran.

Der See ist ein kleines Natur-
wunder, traumhaft gelegen,
Seerosen, Libellen, Fische und
wunderbar klares Wasser.



Tiefenbachtal



Tiefenbachsee



Waldebene Ost

Experten (m/w/d) in der Entgeltabrechnung

Standort: Ludwigsburg (bahnhofs- / innenstadtnah)

Start: ab sofort

Arbeitszeit: Voll- / Teilzeit

Wir suchen engagierte Persönlichkeiten, die unser Team in der Lohn- / Gehaltsabrechnung ver-
stärken – mit Fachwissen, Sorgfalt und einem freundlichen Auftreten.

Wir beraten und vertreten unsere Mandanten kompetent in allen Belangen des Arbeits-, Lohn-
und Sozialversicherungsrechts.

Ihr neuer Verantwortungsbereich

Als zuverlässige Ansprechperson stehen Sie unseren Mandanten bei Fragen und Anliegen rund
um die Lohn- und Gehaltsabrechnung und administrative Personalprozesse zur Seite.

Sie erfassen und pflegen gewissenhaft die Stamm- / Bewegungsdaten und erstellen selbstständig
die Lohn- und Gehaltsabrechnungen für unsere Mandanten.

Bei Fragestellungen rund um die Lohnsteuer suchen Sie mit gemeinsam mit Ihrer Führungskraft
sowie unseren BSKP-Steuerberatern und -Rechtsanwälten nach der optimalen Lösung.

Sie kommunizieren mit Krankenkasse, Berufsgenossenschaft und Finanzämtern.

Genauso begleiten Sie Prüfungen oder Audits.

Ihre Benefits

Attraktive, leistungsgerechte Vergütung und Benefits (Gutscheine, ÖPNV-Ticket, Fahrtkostenzu-
schuss, Bikeleasing, Betriebliche Altersvorsorge, etc.).

30 Urlaubstage und Urlaubsvertretung.

Flexible Arbeitszeiten mit der Option auf bis zu 2 Tage Homeoffice.

Helle, ruhige und freundliche Büros mit moderner Ausstattung sowie kostenfreien Getränken.

Wertschätzung und Lob für Ihren Einsatz sowie ein entspanntes Arbeitsklima und flache Hierar-
chien mit regelmäßigen Events.

Unterstützung bei der Einarbeitung sowie intensive Förderung Ihrer persönlichen Weiterentwick-
lung, z. B. Fachassistent:in Lohn & Gehalt.

Das bringen Sie mit

Sie verfügen über eine abgeschlossene kaufmännische Ausbildung oder über Erfahrung in der
Entgeltabrechnung.

Sie haben Spaß am selbstständigen Arbeiten - genauso wie an der Zusammenarbeit im Team.

Sie überzeugen mit Ihrer zuverlässigen und verantwortungsbewussten sowie mandantenorien-
tierten Arbeitsweise und Ihrem Engagement.

Idealerweise haben Sie schon mit den relevanten DATEV-Programmen bzw. einer HR-Software
gearbeitet.

Durch Ihre guten Deutschkenntnisse in Wort und Schrift fällt es Ihnen leicht, mit unseren Man-
danten und zuständigen Stellen zu kommunizieren sowie komplexe Sachverhalte oder Gesetzestexte
korrekt zu erfassen und umzusetzen.

Englischkenntnisse sind von Vorteil, aber kein Muss.

**Zusammen kontern
wir jeden (B/F)all!**

Job, Ausbildung oder Studium mit spannenden
Aufgaben in großer Steuerkanzlei & krisensicherer
Branche am BSKP-Standort Ludwigsburg.

Klingt interessant?
Schauen Sie bei uns rein:
www.bskp.de/karriere

BSKP® in Ludwigsburg
Steuerberater · Wirtschaftsprüfer · Rechtsanwälte

Digitale
Kanzlei
2025
DATEV

Top 2025
Company
kununu

Sie sind oder waren bereits im Kanzleiumfeld tätig und schätzen den abwechslungsreichen
Kanzleialtag.

Haben wir Ihr Interesse geweckt?

Dann freuen wir uns auf Ihre aussagekräftige Bewerbung über unsere Homepage (<https://bskp.de/karriere/>) und darauf, Sie persönlich kennenzulernen.

Über BSKP

Willkommen bei BSKP - Dr. Broll · Schmitt · Kaufmann & Partner - ! Wir beraten, betreuen und
vertreten unsere mittelständischen Mandanten kompetent in allen Belangen des Steuer- und
Rechtswesens. Seit unserer Gründung im Jahr 1990 haben wir uns einen Namen als regional und
überregional anerkannter, mehrfach ausgezeichnete Dienstleister und Partner unserer Kunden
gemacht. Unsere Teammitglieder erleben bei uns die Professionalität und Sicherheit einer deutsch-
landweit aufgestellten Kanzlei. Gleichzeitig pflegen wir an unseren Standorten den persönlichen
und wertschätzenden Umgang auf Augenhöhe. Wir legen Wert auf Fairness, Transparenz und
die persönliche Entwicklung jedes Teammitglieds. Werden Sie Teil eines kollegialen, zukunftsori-
entierten Teams, das Prozesse optimiert und Mandanten wie Teammitglieder gleichermaßen in
den Mittelpunkt stellt.

Fußball

Bericht Fußball – Herren

Die neue Saison steht vor der Tür – oder besser gesagt: sie hat schon ihre ersten Kapitel geschrieben. Nach einer erfolgreichen vergangenen Spielzeit, insbesondere in der Rückrunde, in der alle drei Herrenmannschaften ihre eigenen Erfolge feiern konnten, ist die Vorfreude auf die kommende Saison so groß wie selten zuvor.

Herren 1

Unsere erste Mannschaft spielte unter den Trainern Raimondo und Oestervinter eine herausragende Rückrunde. Mit großem Einsatz gelang es dem Team, die Abstiegsgefahr frühzeitig zu bannen. Die dabei entstandene Dynamik – auf und neben dem Platz – führte zu einer echten Strahlkraft, nicht nur innerhalb der Mannschaft, sondern auch im gesamten Verein.

Ein besonderes Highlight wird dabei der neue gemeinsame Heimspieltag der Herren.

Ab dieser Saison tragen alle drei Teams ihre Heimspiele nacheinander im Stadion an der Bogenstraße in Kornwestheim aus.

Das stärkt den Zusammenhalt,

fördert den Austausch zwischen den Mannschaften und schafft eine tolle Plattform, um junge Spieler noch besser einzubinden und ihr Potenzial auszuschöpfen.



einem intensiven Trainingslager in Biberwier. Dort wurde nicht nur der Teamgeist, sondern auch die spielerische Ausrichtung geschärft.

Mit diesem Schwung startete die Mannschaft erfolgreich in die Liga und sicherte sich gleich im ersten Spiel drei Punkte.

Die Vorbereitung verlief überstürzt positiv, gekrönt von



Herren 3

Die dritte Mannschaft geht erneut unter der Leitung von Simon Schaff an den Start.

Der große Kader bietet eine spannende Mischung aus jungen Talenten und erfahrenen Kornwestheimer Spielern.

Ab dieser Saison trägt auch die „Dritte“ ihre Heimspiele im Stadion an der Bogenstraße aus.

Damit wird der Sonntag zu einem echten Highlight: alle drei Herrenteam nacheinander, ein ganzer Spieltag im

Zeichen des Kornwestheimer Fußballs.

Auch die Trainingseinheiten wurden bereits ins Stadion verlegt – eine Maßnahme, die den Zusammenhalt innerhalb der Abteilung weiter fördert.



Jugend

Ein echtes Highlight im Jugendbereich war wie jedes Jahr; das Pfingstjugendturnier.

Bereits am Freitag startete das Wochenende mit einem spannenden Freizeit-Elfmeterturnier. Von Samstag bis Montag standen dann die Nachwuchskicker im Mittelpunkt – über 100 Mannschaften haben gekämpft, gelacht, gefeiert und alles gegeben.

Auch abseits des Platzes war einiges geboten: das Spielmobil, Lurchi und Turni, Kinderschminken und Torwandschießen sorgten für Spaß und Unterhaltung für Groß und Klein.

Am Montag konnten wir das Turnier mit unserem traditionellen Sponsoren-Frühstück abrunden. Eine schöne Gelegenheit, Danke zu sagen. Alles in allem ein rundum ge-



Lurchi und Turni

lungenes Wochenende, das ohne die tatkräftige Unterstützung nicht möglich gewesen wäre.

Ein herzliches Dankeschön an Alle Helferinnen und Helfer, die dieses Turnier in dieser Größenordnung auf die Beine gestellt haben.



Nach vielen Jahren haben diesmal auch wieder einige Mädchenmannschaften am Turnier teilgenommen.

Danke an unsere Sponsoren

Ein solch lebendiges Vereinsleben und die sportlichen Erfolge wären ohne unsere Sponsoren nicht möglich.

Ihr Engagement – ob durch finanzielle Unterstützung, Ausrüstung oder tatkräftige Hilfe – schafft die Grundlage dafür, dass wir unsere Mannschaften fördern, Trainingslager durchführen und Heimspieltage

in diesem Rahmen gestalten können.

Im Namen aller Spieler, Trainer und Verantwortlichen möchten wir uns herzlich für die treue und verlässliche Unterstützung bedanken.

Gemeinsam mit euch können wir voller Zuversicht in die Zukunft blicken!

Gemeinsam stark

Neben dem Spielbetrieb werden die Aktiven-Treffs fortgeführt und weiter ausgebaut. Sie sollen den Austausch über alle Mannschaften hinweg stärken – nicht nur bei den Herren, sondern in der gesamten Abteilung.

Wir freuen uns auf viele Zuschauer, tolle Unterstützung von den Rängen und eine erfolgreiche sowie verletzungs-freie Saison 2025/26!

Herren 2

Auch unsere zweite Mannschaft hatte allen Grund zu feiern: Mit einer makellosen Saison ohne Niederlage gelang der souveräne Aufstieg in die Kreisliga A. Ein besonderer Dank gilt dabei auch Davide Nicolazzo, der in der Rückrunde Teil des Trainerteams war und sich nun zurückzieht. Die sportliche Leitung liegt weiterhin in den bewährten Händen von Tim Waida und Michael Buck.

Die neue Saison in der Kreisliga A wird ein echter Härtestest: mehr Gegenwehr, mehr fußballerische Klasse, engere Spiele.

Als Aufsteiger tritt man selten als Favorit an, doch gerade dann sind Siege besonders wertvoll. Der Kader wurde durch Spieler aus der A-Jugend und drei Neuzugänge verstärkt.

Wichtig bleibt der enge Austausch mit der ersten und dritten Mannschaft – sportlich wie personell.

Das Ziel ist klar: Klassenerhalt und Schritt für Schritt weiterwachsen. Der erste Punkt wurde bereits eingetütet und im Pokal gab es einen überzeugenden Sieg gegen einen Ligakonkurrenten.



AH/Freizeit:

FC Schwaben: Angekommen und Benefizspiel!

Seit dem 01.01.2025 ist der FC Schwaben in unserer Fußballabteilung angesiedelt.

Die rund 30 Aktiven um Christian Sauerer und dem Trainer Markus Mieliß messen sich in der Württembergischen Freizeittliga mit ihresgleichen.

Ein herzliches Willkommen und wir freuen uns, dass Kornwestheimer Fußballer beim SVK ihren Sport ausüben. (Info: Training und Heimspielbetrieb immer freitags 20 Uhr Bogenstraße)

Ein starkes Miteinander, und



Die Mannschaft des FC Schwaben Kornwestheim bei der Scheckübergabe an die Aquarienfreunde Kornwestheim e.V.

das Gespür für in Not geratenen Vereinen in Kornwestheim zu helfen, zeichnet diese Mannschaft aus. Bei einem Benefizspiel des FC Schwaben konnte eine stattliche Spen-

densumme gebildet werden.

Die Einnahmen des Abends gingen vollständig an die Aquarien – und Terrarienfreunde Kornwestheim e.V.

Damen

Ein Spiel, das bleibt

Die Saison 2024/25 ist Geschichte – und erneut konnten sich die Frauen der Abteilung Fußball steigern. Trotz zahlreicher Verletzungen wurde die Aufstiegsrelegation erreicht. 14 Siege mit insgesamt 85 Toren unterstreichen die hervorragende Leistung der Mannschaft des Trainerduos Bahr/Hönes.

Doch bei allen Erfolgen in der Liga wird ein Spiel für immer in Erinnerung bleiben.

Im Pokalhalbfinale trafen die SVK-Frauen auf die Regionalistinnen des SV Horheim. Vermutlich erinnern sich die meisten Zuschauer*innen nicht mehr an das Ergebnis – denn das war nicht das Faszinierende an diesem Abend (das Spiel endete übrigens 0:4).

An diesem Tag kam die komplette Abteilung Fußball in der Jahnstraße zusammen. 90 Minuten lang wurden die Frauen in Blau von verschiedensten Aktiventeams, Jugendmannschaften und Vereinsfunktio-

nären unterstützt. Für dieses Spiel stand der Frauenfußball im Mittelpunkt und vereinte die gesamte Fußballabteilung – ganz im Sinne unseres Mottos: Zusammen!

Noch immer empfinden wir große Dankbarkeit für dieses Erlebnis. Ein herzliches Dankeschön an alle Helferinnen und Besucherinnen für diesen besonderen Pokalabend.

Die Saison ist längst beendet – doch dieses Spiel bleibt. Für immer.



Fröhliches Sportfest zum 10-jährigen Bestehen der Sportgruppe

Seit 10 Jahren gibt es nun schon das Sportprojekt FIT. Dank einer großzügigen Spende des SV Salamander Kornwestheim, gesammelt während eines großen Spendenmarathons anlässlich seines 120-jährigen Vereinsjubiläums, konnte die Sportgruppe als dauerhaftes Angebot geschaffen werden. Damals konnte noch niemand erahnen, was für einen großartigen Erfolg in menschlicher und sportlicher Hinsicht dieses Projekt mit Modellcharakter im Ländle erreichen würde.

Dass dieses 10-jährige Jubiläum natürlich gebührend gefeiert werden musste, ist ja klar! Bei strahlendem Sonnenschein kamen über 60 Sportlerinnen und Sportler im Alter zwischen 4 und 30 Jahren nebst ihren Familien ins Kornwestheimer Stadion.

Besonders gefreut haben sich die Verantwortlichen über

zahlreiche Ehrengäste, die der Einladung von Cheftrainerin Natja Stockhause gefolgt sind. Die ehemalige Kornwestheimer Oberbürgermeisterin Ursula Keck sowie der Geschäftsführer des SV Salamander Kornwestheim Thomas Eeg ließen es sich nicht nehmen, ein paar Grußworte an alle Gäste zu richten.



Ehrengäste

Natürlich stand aber auch an diesem Tag der Sport im Vordergrund, so dass sich alle Sportlerinnen und Sportler nach dem Aufwärmen mit

„Theo, Theo“ in ihren jeweiligen Altersgruppen beim Laufen, Springen und Werfen messen konnten.

Am Ende des Sportfests gab es noch eine Siegerehrung. Dieses Mal waren alle Sieger! Und so freuten sich die Sportlerinnen und Sportler über ihre Medaillen, die ihnen überreicht wurden von SVK-Präsident Gerhard Bahmann und Marcus Gessl, 1. Vorsitzender des Stadtverbands für Sport.



Siegerehrung



10 Jahre Sportprojekt FIT - Sportfest im Stadion

Das Team von 46PLUS räumt bei den Landesspielen jede Menge Medaillen ab

Die Landessommerspiele von Special Olympics Baden-Württemberg fanden in diesem Jahr in Heilbronn und Neckarsulm statt.

Insgesamt gingen 1.100 Sportlerinnen und Sportler in 17 Sportarten getreu dem Motto „Gemeinsam stark“ an den Start.



SOBW 2025 Inklusives Team

Die Farbe Grün der 60-köpfigen Delegation des Kooperationsprojekts von 46PLUS Down-Syndrom Stuttgart und des SV Salamander Kornwestheim dominierte das Heilbronner Frankenstadion, denn 32 Sportlerinnen und Sportlern mit und ohne Beeinträchtigung sowie ein großer Trainer- und Betreuerstab gingen als größte Mannschaft in der Sportart Leichtathletik an den Start.

In den Einzelwettbewerben gab es viele emotionale und sportliche Höhepunkte. 9 x Gold, 11 x Silber und 7 x Bronze lautet die erfolgreiche Bilanz der inklusiven Sportgruppe aus Kornwestheim.

Neben den Laufdisziplinen über 100 m, 800 m und 1.500 m standen die Technik-wettbewerbe im Weitsprung, Ballwurf, Kugelstoßen und Minispeer auf dem Programm.

Den krönenden Abschluss bildeten die 4 x 100 m Staffeln.

Hier waren insgesamt sieben Staffelteams von 46PLUS angetreten, darunter fünf Unified Staffeln mit jeweils zwei Läuferinnen bzw. Läufern mit Beeinträchtigung und zwei ohne Handicap.

In einem sehr spannenden Finale der 4 x 100 Meter Unified Staffel der Männer lieferten sich die beiden 46PLUS Quar-

tette ein Kopf-an-Kopf-Rennen und sicherten sich Gold und Silber.

Die Damen standen dem in nichts nach und sprinteten mit gelungenen Staffelwechseln auf die Plätze 1, 2 und 4.

Ein buntes Rahmenprogramm rundete den Aufenthalt bei den Landesspielen ab.

Die Eröffnungsfeier mit einem bunten Mix aus musikalischen Darbietungen und dem olympischen Zeremoniell fand in der Redblue Intersport Halle in Heilbronn statt.

Ein Familienempfang mit anschließender Athletendisko wurde in der Ballei in Neckarsulm veranstaltet.

Bei der Abschlussfeier im Frankenstadion wurde die Fahne von Special Olympics Baden-Württemberg an den nächsten Austragungsort Baiersbronn übergeben und das olympische Feuer wieder gelöscht.

Das Team von 46PLUS setzte ein deutliches Zeichen für sportlichen Erfolg, starke Gemeinschaft und gelebte Inklusion. Jede Menge Spaß und eine ausgelassene Stimmung waren dabei garantiert!

Ansprechpartner

Fragen zur Sportgruppe beantwortet gerne Natja Stockhause, SVK-Übungsleiterin und Projektverantwortliche von 46PLUS, unter: natja.stockhause@46plus.de



SOBW 2025 Mannschaftsfoto

Leben ist Veränderung –
Wohnen auch!

Ob KAUFEN, VERKAUFEN oder FINANZIEREN – Wir sind da, um Ihren Träumen ein Zuhause zu geben.

Ein Partner – viele Vorteile!
Ihr Immobilienberater
in Kornwestheim.

Simon Blank
07141 148-5821
simon.blank@ksklb.de



Shotokan-Karate

Jürgen - Wiedereinsteiger Karate mit 67 Jahren!

- 1) Wie lange trainierst du jetzt schon beim SV Salamander Kornwestheim Karate?
Seit Januar 2024.
- 2) Wieso trainierst du Kampfkunst?
Um Körper und Geist fit zu halten.
- 3) Hast du früher schon einmal Karate trainiert? Wann und wie lange?
Ich habe bei 07 Ludwigsburg zwischen meinem 17. + 21. Lebensjahr trainiert.
- 4) Welche Stilrichtung des Karates hast du früher trainiert?
Shotokan
- 5) Warum hast du nach der langen Pause wieder mit dem Kampfkunsttraining angefangen?
Nach dem Renteneintritt stellte sich die Frage, wie halte ich meinen Körper fit, und ich entschied mich wieder für das Karate.
- 6) Wie bist du auf die Shotokan-Karateabteilung des SV Salamander Kornwestheim aufmerksam geworden?
Ich habe durch das Internet von der Karateabteilung erfahren und mich am Montagabend bei Dave vorgestellt, der mir sofort ein 4-wöchiges Probetraining ermöglicht hat.
- 7) Du hast die Prüfung zum 7. Kyu erfolgreich geschafft und darfst nun den Orangenen Gürtel tragen. Gratulation! Wie waren die Vorbereitung und Prüfung für dich?
Ich wurde von allen Trainern Werner, Dave, Alex und Udo bestens unterstützt und vorbereitet.
- 8) Dein Ziel wird sicher die Dan-Prüfung (Schwarzer Gurt) sein, oder? Wie machst du weiter? Wann kannst du frühestens die nächste Prüfung machen?
Ich werde am 1.12.25 die Prüfung zum grünen Gürtel ab legen und sollte mein Körper mitmachen, wäre der schwarze Gürtel ein erstrebenswertes Ziel.

- 9) Wie oft trainierst du in der Woche?
Ich trainiere montags und donnerstags.
- 10) Was sind deine Tipps, wenn jemand wieder in das Kampfkunsttraining einsteigen will oder sogar als Erwachsener erst neu damit starten will?
Für das körperliche Wohlbefinden gibt es nicht viele bessere Möglichkeiten als Karate.
- 11) Was gefällt dir beim Karatetraining am besten?
Die Gymnastik, das Kihon, Kumite und die Katas.

Vielen Dank für deine aufschlussreichen Antworten.

Wir wünschen dir für deinen weiteren sportlichen Weg alles Gute.



Gurtprüfung Jürgen



Trainingszeiten Abteilung Karate

Wir freuen uns über Karatekas, Wiedereinsteiger und Interessenten aller Altersklassen, die Karate – den Weg der leeren Hand 空手道 – kennenlernen möchten!



Erwachsene trainieren montags von 20:00- ca. 21:40 Uhr in der Jahnhalle (ehemals ESG-Halle).

Jugendliche trainieren montags von 19:00-20:00 Uhr in der Jahn- halle und donnerstags in der Bolzschule von 19:00-20:00 Uhr.

Kinder trainieren in der Turnhalle der Bolzschule donnerstags von 18:00-19:00 Uhr und 19:00-20:00 Uhr, montags in der Jahnhalle von 19:00-20:00 Uhr.

Für das Kindertraining gibt es eine Warteliste. Bitte melden Sie sich per Mail, wir laden Sie dann zum nächsten Schnuppertrain- ing ein.

Anmeldung und Infos bei Ute Dillerup, Abteilungsleiterin: karate@sv-kornwestheim.de, 07141/43230 (AB)



Turnen

Turnfreizeit (16. – 20.06.2025)

Die diesjährige Turnfreizeit war wieder ein echtes Highlight für alle Teilnehmenden. Bei strahlendem Sonnenschein und sommerlichen Temperaturen verbrachten die Kinder und Betreuerinnen eine unvergessliche Zeit miteinander.

Es wurde begeistert geturnt, ausgiebig gespielt, kreativ gebastelt und voller Energie geklettert. Auch gemeinsame Mahlzeiten, kleine Nasche- reien zwischendurch und viel gemeinsames Lachen mach- ten die Tage zu etwas ganz Besonderem. Die fröhliche Stimmung, das tolle Mitei-

ander und die vielen kleinen und großen Erlebnisse sorgten dafür, dass sich alle rundum wohlfühlten.

Ein ganz herzliches Dankeschön geht an alle helfenden Hände – ob bei der Vorbereitung, der Durchführung oder im Hin- tergrund. Ohne euren Einsatz wäre diese schöne Freizeit nicht möglich gewesen!

Wir freuen uns jetzt schon riesig auf die Pfingstferienfreizeit im nächsten Jahr – und hoffen, dass wieder viele bekannte und neue Gesichter dabei sind!



Vereinsmeisterschaften – 27.06.2025

Wie jedes Jahr fanden unsere Vereinsmeisterschaften am letzten Freitag im Juni in der Turnhalle der Schillerschule statt.

Mit dabei waren die Eltern- Kind-Gruppen, unsere Frei- zeit- und Leistungsturnerinnen sowie unser einziger Turner (siehe Bild). Alle zeigten tolle Übungen vor den Kampfrich- tern und einem begeisterten Publikum.

ni war wieder mit dabei und sorgte bei der Siegerehrung für leuchtende Kinderaugen.

Bei sommerlichem Wetter konnten die Familien den Tag gemütlich im Freien auskling- en lassen. Dank zahlreicher Spenden der Eltern gab es ein leckeres Salatbuffet und Köst- lichkeiten vom Grill.

Ein großes Dankeschön an alle helfenden Hände – ohne euch wäre dieser gelungene Tag nicht möglich gewesen!

Auch unser Maskottchen Tur-



Turnen bei Chrisi – die Fotostory



Narrenbesuch in der Turnhalle 2025 im Chrisi-Turnen



Abschluss-Turnen mit Schulranzen



Gaukinderturnfest Münchingen – 13.07.2025

In diesem Jahr nahmen unsere Freizeitturnerinnen mit mehr- en Altersklassen am Gaukin- derturnfest in Münchingen teil. Insgesamt kamen rund 3000 Sportlerinnen, Sportler und Zus- chauer zu diesem sportlichen Großereignis zusammen. Für unsere Jüngsten im Alter von 5 bis 6 Jahren gab es spannende Mitmach-Parcours. Die älteren Mädchen im Alter von 7 bis 14 Jahren zeigten ihr Können bei

verschiedenen P-Übungen. Zum Abschluss erhielten alle Teilnehmerinnen eine Urkunde und eine Medaille als Aner- kennung für ihre Leistungen. Kinder, Trainerinnen und Be- treuerinnen erlebten einen son- nigen und rundum gelungenen Wettkampftag.

Ein herzliches Dankeschön gilt allen Eltern, die uns tatkräftig unterstützt haben!



Leichtathletik

Die Kinder-Leichtathletik-Liga zu Gast in Kornwestheim

Die Kinder-Leichtathletik-Liga (KILA) des Kreis Ludwigsburg besteht aus vier Teamwettkämpfen in der Freiluftsaison. Durch unterschiedliche Disziplinzusammenstellungen werden die Nachwuchsatleten der Altersklasse U10 und U12 so schon auf das vielfältige Angebot in der Leichtathletik vorbereitet. Die besten drei Teams am Ende der Saison qualifizieren sich zum großen VR-Pokal Endkampf mit Teilnehmern aus ganz Württemberg in der Stuttgarter SCHARrena.

Zweiter Platz in Ludwigsburg

Los ging es in diesem Jahr am 17. Mai im Ludwigsburger Jahnstadion beim dritten Kinderleichtathletik-Fest der Leichtathleten des KSV Hohenock. 243 Kinder in 31 Teams aus 14 Vereinen des Kreises Ludwigsburg waren bei tollem Wetter dabei. 50 m Hürden, 5-Sprung, Medizinballstoßen und eine 6x800 m Verfolgungsstaffel mussten bewältigt werden. Bei der abschließenden Verfolgungsstaffel starteten die Teams in der Reihenfolge des Zwischenstandes mit errechnetem Zeit-Abstand. Unser Team ging als zweites in das Rennen. Für die meisten Läufer war es das erste Rennen dieser Art und sie zeigten großen Kampfgeist. Hinter Freiberg konnte das Team den zweiten Platz im Rennen, und somit auch in der Endwertung, souverän verteidigen.



Das Team in Ludwigsburg: Konrad Braun, Florine de Haan, Melinda Silier, Nela Maier, Liana Aul, Sofia Bock, Nora Schöttler, Raphael Seitz, Jakob Georg, Laura Ascherl, Karla Durian und Philipp Machill.

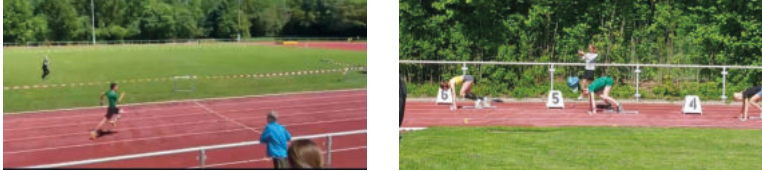
SV Salamander Kornwestheim glänzt bei Kreismeisterschaften der Langstaffeln

Die Athletinnen und Athleten des SV Salamander Kornwestheim präsentierten sich bei den Kreismeisterschaften der Langstaffeln und den Regionalmeisterschaften über 10.000 Meter in Affalterbach in Topform und feierten gleich mehrere Titelgewinne. Über 10.000 Meter dominierte Anton Roswag das Rennen von Beginn an. In einem weit auseinandergezogenen Feld setzte er sich souverän durch und sicherte sich mit 46:44,81 Minuten den Regionalmeistertitel der U20. Auch die Kornwestheimer Staffeln überzeugten auf ganzer Linie. Die U20-3x1.000-Meter-Staffel mit Jonathan Meister, Fabian Lebek und Samuel Meister ließ der Konkurrenz keine Chance und gewann das Rennen. Für Hochspannung sorgte die U16-3x1.000-Meter-Staffel: Schlussläufer Julius Schmidt lieferte sich auf den letzten 100 Metern einen packenden Zweikampf mit der U18-Staffel der SGV Murr. Mit einem kraftvollen Endspurt brachte er sein Team nicht nur als Erste vor den älteren Konkurrenten ins Ziel, sondern sicherte gemeinsam mit Anton Bauer und Elia Hummel den Kreismeistertitel. Zum Abschluss des Wettkampftages setzte die Mixed-4x400-Meter-Staffel des SV Salamander Kornwestheim ein weiteres Ausrufezeichen. In der Besetzung Bastian Döbert, Hanna Schimmel, Frederik Roswag und Franziska Pelz traten die Kornwestheimer Jugend bei den Aktiven an und siegten klar vor der Staffel der SGV Murr.



5 Kreismeistertitel für die Jugend des SVK

Bei den Kreismeisterschaften im Einzel in Asperg zeigten die Athletinnen und Athleten des SV Salamander Kornwestheim starke Leistungen. Besonders Julius Schmidt (M14) stach hervor: Er sicherte sich gleich drei Kreismeistertitel und dominierte seine Altersklasse. Über 100 Meter ließ Schmidt der Konkurrenz keine Chance und gewann mit fast einer Sekunde Vorsprung. Auch im Hochsprung setzte er sich souverän durch, überquerte die Latte 5 Zentimeter höher als der Zweitplatzierte. Im Weitsprung entwickelte sich ein wahrer Krimi, den Julius mit nur 1 Zentimeter Vorsprung für sich entschied und so seinen dritten Titel perfekt machte. Für weitere Kornwestheimer Podestplätze sorgte Elia Hummel (M15), der gleich dreimal Bronze gewann – über 100 Meter, 300 Meter sowie im Weitsprung. In der Männer U18 glänzte Frederik Roswag mit einem zweiten Platz über 400 Meter und einem sechsten Rang über 100 Meter. Noelie Johanna Barrau (M15) belegte den zweiten Platz über 300 Meter und erreichte zudem Rang fünf im Weitsprung. Bei den weiblichen U18-Athletinnen gab es weitere Topresultate: Sarah Romberg wurde Kreismeisterin über 800 Meter und lief dabei eine neue persönliche Bestzeit. Außerdem belegte sie Platz vier über 200 Meter. Franziska Pelz erreichte Platz fünf über 200 Meter, feierte aber ebenfalls einen Kreismeistertitel über 400 Meter.



Zwei erste Plätze beim Abendsportfest in Kornwestheim

Am 04.07.2025 konnten wir uns mit der gesamten Leichtathletik-Abteilung wieder einmal als Ausrichter eines Leichtathletik-Wettkampfes im Kornwestheimer Stadion beweisen. Sämtliche Trainer, Athleten aus der Jugend-Mannschaft und Eltern haben sich zum Aufbau, als Kampfrichter oder am Verpflegungsstand bereit erklärt, um den 8 teilnehmenden Teams an 6 Wettkampfstationen beste Bedingungen für den Wettkampf zu bieten. An diesem Abend standen 30m fliegend, Stabweitsprung, Speerwerfen und eine Hindernis-Pendelstaffel auf dem Programm. Im eigenen Stadion ging der Salamander-Nachwuchs mit zwei Teams an den Start. Erwartungsgemäß ging es zwischen Freiberg und Kornwestheim eng her. Während die Freiburger in den Laufdisziplinen stark waren, konnten die Athleten unserer ersten Mannschaft in den technischen Disziplinen wie Stabweitsprung und Speerwerfen wichtige Punkte sammeln. Am Ende gab es einen Punktegleichstand und beide Teams freuten sich über Platz 1. Auch dahinter wurde es eng. Die Mannschaften von VfL Gemmrigheim und MTV Ludwigsburg zeigten großen Einsatz und teilten sich den dritten Platz. Der Einsatz der Helfer und die großartige Unterstützung der Zuschauer hat sich somit mehr als gelohnt.



Eltern, Trainer und Athleten in Aktion.

Doppelsieg für den SV Salamander Kornwestheim beim Blockwettkampf U16

Bei den Kreismeisterschaften der Blockwettkämpfe U16 zeigten die Athleten des SV Salamander Kornwestheim ihre Klasse. Im Block „Sprint/Sprung“ gingen gleich beide Kornwestheimer Starter an den Start – und sorgten für einen Doppelerfolg. Julius Schmidt setzte sich in allen Disziplinen stark in Szene und sicherte sich mit einer konstanten Leistung den Gesamtsieg. Teamkollege Anton Bauer zeigte ebenfalls einen überzeugenden Wettkampf und belegte am Ende den zweiten Platz, sodass der SV Salamander Kornwestheim die ersten beiden Ränge komplett belegte.

Starke Auftritte der Kornwestheimer Läufer beim Meeting in Pliezhausen

Beim traditionsreichen Läufermeeting in Pliezhausen, das auch in diesem Jahr wieder mit einem hochkarätig besetzten internationalen Starterfeld lockte, sorgten die Athleten des SV Salamander Kornwestheim für beachtliche Leistungen. Über 600 Meter überzeugte Till Salomon mit einer Zeit von 1:23,47 Minuten. Damit war er nicht nur der beste U20-Athlet, sondern behauptete sich eindrucksvoll im stark besetzten Männerfeld mit internationaler Konkurrenz. Im Rahmen des Meetings wurden zudem die Baden-Württembergischen Hindernismeisterschaften ausgetragen. Hier gab eine Kornwestheimer Nachwuchsläuferin Sarah Romberg ihr Debüt über 2.000 Meter Hindernis und belegte in der Altersklasse WU18 den 6. Platz – ein gelungener Einstieg in die anspruchsvolle Disziplin.



Trainer Hanna Schimmel und Steffen Machill mit den zwei Kornwestheimer Teams: Melinda Silier, Marie Wenske, Mila Mateja, Loic Vitré, Laura Ascherl, Konrad Bauer, Jakob Romberg, Philipp Machill, Flinn Naunheim, Sofia Rathfelder, Aaron Braun, Raphael Seitz, Jakob Georg, Nora Schöttler.

Vorzeitig qualifiziert

Nur zwei Wochen später war SKV Eglosheim Ausrichter des dritten Liga-Wettkampfes. Scherhochsprung, Drehwurf, 30m fliegend und eine 6x50 m Staffel mussten bewältigt werden. Die Kornwestheimer U12-Schüler waren wieder gut vorbereitet. Philipp Machill sorgte mit 1,20 m für den höchsten Satz im Scherhochsprung und für einen gelungenen Start in den Wettkampf. Mit Liana Aul hatten wir die schnellste Athletin des Tages in der Einzelwertung. Unsere Mannschaft musste sich zwar den Freibergen an diesem Abend wiederum knapp geschlagen geben, sie konnten sich mit dem zweiten Platz jedoch bereits über die vorzeitige Qualifikation zum Pokalfinale freuen. Nach den Sommerferien kann somit die Vorbereitung für die nächsten Ziele beginnen.

Till Salomon durchbricht Schallmauer – Erste Zeit unter zwei Minuten über 800 Meter

Bei der 9. PUMA NITRO Laufnacht in Karlsruhe feierte Till Salomon vom SV Salamander Kornwestheim einen besonderen Meilenstein in seiner noch jungen Laufkarriere. Der Nachwuchsatlet knackte erstmals die prestigeträchtige Zwei-Minuten-Marke über 800 Meter und lief in 1:58,05 Minuten zu einer neuen persönlichen Bestzeit. Damit zeigte Salomon, dass er sich in den letzten Monaten stark weiterentwickelt hat. Die traditionsreiche Laufnacht in Karlsruhe gilt als Treffpunkt für aufstrebende Talente und etablierte Mittelstreckler. In diesem Umfeld setzte Salomon ein Ausrufezeichen und blickt nun motiviert auf die anstehenden Meisterschaften.

Till Salomon glänzt mit neuer Bestzeit über 400 Meter in Pfungstadt

Bei der traditionsreichen Merck-Laufgala in Pfungstadt hat Till Salomon vom SV Salamander Kornwestheim erneut sein Talent unter Beweis gestellt. Der Nachwuchsläufer stellte über 400 Meter eine neue persönliche Bestzeit von 51,44 Sekunden auf und bestätigte damit seine starke Form in der frühen Freiluftsaison. Die Merck-Laufgala, bekannt für schnelle Zeiten und ein hochkarätiges Starterfeld, bot den idealen Rahmen für Salomons Leistung.



Bronze für Till Salomon bei den BW-Jugend-Finals Sarah Romberg überzeugt bei 800-Meter-Debüt

Erfolgreiches Pfingstferienende für die Athleten des SV Salamander Kornwestheim bei den Baden-Württembergischen Jugend-Finals: Till Salomon sicherte sich in einem hochklassigen Rennen den 3. Platz über 800 Meter in der Altersklasse U20. Nach rund 500 Metern setzte sich ein Trio an der Spitze vom Feld ab, das den Sieg unter sich ausmachte. Salomon behauptete sich in diesem schnellen Rennen stark und erkämpfte sich am Ende die Bronzemedaille.

Für Sarah Romberg war es der erste Start über 800 Meter bei Baden-Württembergischen Meisterschaften. Die Nachwuchsläuferin lief couragiert und konnte nahe an ihre persönliche Bestzeit heranlaufen, was ihr einen soliden Auftritt bei ihrem Debüt bescherte.



Salomon glänzt beim Abendsportfest in Pfungstadt

Pfungstadt – Beim internationalen Abendsportfest in Pfungstadt hat Mittelstreckenläufer Till Salomon für ein Ausrufezeichen gesorgt. Über 800 Meter lief der Athlet in 1:57,92 Minuten eine neue persönliche Bestzeit und gewann souverän seinen Lauf. Das traditionsreiche Meeting bot erneut starke Felder und ideale Bedingungen, die Salomon zu seiner Top-Leistung nutzte.

Leichtathletik

Hitze, Höchstleistungen und neue Bestzeiten: Kornwestheimer Athleten glänzen bei den Regionalmeisterschaften in Stuttgart

Bei Temperaturen über 30 Grad lieferten die Athleten des SV Salamander Kornwestheim bei den Regionalmeisterschaften in Stuttgart eindrucksvolle Leistungen und zahlreiche persönliche Bestzeiten.

In der Altersklasse M14 verpasste Anton Bauer nur knapp das Finale über 100 Meter, stellte aber eine neue persönliche Bestzeit auf. Über die 80-Meter-Hürden sicherte er sich mit neuer Bestzeit den 4. Platz und wurde Vizemeister im Hochsprung. Sein Teamkollege Julius Schmidt überzeugte ebenfalls mit einer neuen Bestzeit über 80 Meter Hürden und sicherte sich den Vize-Regionalmeistertitel. Im Hochsprung erreichte Schmidt mit einer neuen Bestleistung von 1,45 Metern den Regionalmeistertitel. Zudem absolvierte er seinen ersten Diskuswettbewerb mit 27,49 Metern und erreichte den 3. Platz.

In der Altersklasse M15 qualifizierte sich Elia Hummel für das 100-Meter-Finale und sicherte sich dort den 3. Platz in 12,45 Sekunden. Im Weitsprung belegte er Rang 9 und startete zudem in der höheren Altersklasse über 200 Meter, wo er den 5. Platz erreichte.

Noelie Johanna Barrau (W15) schaffte den Einzug ins 100-Meter-Finale leider nicht, zeigte aber im Weitsprung konstante Leistungen.

Bei den weiblichen Athleten lief Sarah Romberg ein couragiertes Rennen über 800 Meter, setzte sich bereits früh an die Spitze und entschied einen spannenden Zweikampf in den letzten 200 Metern für sich. Mit diesem Sieg sicherte sie sich den Regionalmeistertitel und verbesserte ihre persönliche Bestleistung. Im Hochsprung überraschte sie mit einer Steigerung ihrer drei Jahre alten Bestleistung und wurde Vizemeisterin.

Ebenfalls Vizemeisterin wurde Franziska Pelz im Weitsprung, die ihre Bestleistung um 20 Zentimeter verbesserte.

Trotz einer Verletzung kämpfte sich Hanna Schimmel in der U20 auf den dritten Platz und zeigte damit große Willensstärke.

Podestplätze und Premiere: Kornwestheimer Läufer überzeugen beim Barocklauf in Ludwigsburg

Beim diesjährigen Barocklauf in Ludwigsburg zeigten die Athleten des SV Salamander Kornwestheim erneut ihre Klasse und sammelten zahlreiche Top-Platzierungen über die 5- und 10-Kilometer-Distanzen.

Als einzige Starterin des Vereins über 5 Kilometer ging Franziska Pelz ins Rennen. Mit einer Zeit von 26:05 Minuten sicherte sie sich den 2. Platz in der Altersklasse WU18.

Die übrigen Kornwestheimer Athleten entschieden sich für die 10-Kilometer-Strecke. Alexander Wenske belegte in der MU16 den 8. Platz. In der WU16 überzeugte Noelie Johanna Barrau, die zum ersten Mal die 50-Minuten-Marke unterbot und sich mit einer starken Zeit den 2. Platz in ihrer Altersklasse sicherte. In der MU18 zeigten Jonathan Meister und Bastian Döbert eine geschlossene Teamleistung und belegten die Plätze 4 und 5. Für den größten Erfolg des Tages sorgte erneut Samuel Meister, der – wie schon im Vorjahr – die MU20 gewann und damit seinen Titel erfolgreich verteidigte.



Podestplatz und viele Bestzeiten: Kornwestheimer Athleten überzeugen bei BW Finals und Württembergischen Meisterschaften

Die Athleten des SV Salamander Kornwestheim präsentierten sich bei den Baden-Württembergischen Finals und Württembergischen Meisterschaften der U16 in starker Form. Neben Podestplätzen sammelten sie zahlreiche persönliche Bestleistungen.

In der Altersklasse M14 wurde Julius Schmidt mit 16,54 Metern Vizemeister im Mehrfachsprunglauf. Im Weitsprung erreichte er zudem den 9. Platz. Vereinskollege Anton Bauer konnte im Mehrfachsprung nicht an seine bisherigen Leistungen anknüpfen, belegte aber dennoch Platz 7. Über die 80 Meter Hürden qualifizierte er sich für das Finale und schloss dieses als Achter ab.

Elia Hummel (M15) glänzte mit einer deutlichen Steigerung seiner persönlichen Bestzeit über 300 Meter, die er um drei Sekunden verbesserte, und belegte Rang 9. Auch über 100 Meter steigerte er sich: Mit einer neuen Bestzeit von 12,24 Sekunden im Finale sicherte er sich Platz 6.

Für ein schnelles Rennen nutzte Till Salomon (U20) das Meisterschaftswochenende und trat im 800-Meter-Lauf der Männer an. Einmal mehr blieb er dabei deutlich unter der Zwei-Minuten-Marke, was seine beständige Form auf der Mittelstrecke unterstreicht.



Kälte, Regen und starke Leistungen: Kornwestheimer Athleten trotzen dem Wetter beim 32. Stuttgart-Lauf

Nasses Kopfsteinpflaster, kühle Temperaturen und ständiger Regen machten den 32. Stuttgart-Lauf zu einer echten Herausforderung für alle Teilnehmer. Doch die Athleten des SV Salamander Kornwestheim trotzten den widrigen Bedingungen und überzeugten mit starken Zeiten und Podestplätzen.

Über die 21,1 Kilometer lange Halbmarathonstrecke gingen gleich vier Kornwestheimer an den Start. Samuel Meister (U20) glänzte trotz des schlechten Wetters mit einer neuen persönlichen Bestzeit von 1:25:16 Stunden – eine Steigerung um über neun Minuten. Damit belegte er Platz 4 in seiner Altersklasse.

Die beiden U18-Athleten Jonathan Meister und Bastian Döbert meisterten ihr Halbmarathon-Debüt ebenfalls souverän. Mit 1:38:18 Stunden und 1:39:00 Stunden erreichten sie die Plätze 9 und 12 in ihrer Altersklasse, obwohl die kühlen Temperaturen und der Regen die Strecke besonders fordernd machten. Auch Anton Roswag kämpfte sich über die 21,0975 Kilometer und

zeigte trotz der widrigen Bedingungen gute Laune, indem er unterwegs immer wieder die Zuschauer anfeuerte.

Einen klaren Sieg gab es über die 10 Kilometer: Noelie Johanna Barrau (U16) ließ sich vom Wetter nicht ausbremsen und gewann ihre Altersklasse souverän. Mit einer Zeit von 50:00 Minuten hatte sie über eine Minute Vorsprung auf die Zweitplatzierte.



SVK
der Verein für
ALLE

Success,
Trucks &
Rock'n'Roll

Komm in die Familie!
Starte deine Ausbildung bei uns.

DACHSER
Intelligent Logistics

DACHSER
Intelligent Logistics

Leichtathletik

Johanna Göring – Rückblick auf ein erfolgreiches Jahr

"Mit Freude blicke ich auf eine Saison voller Ereignisse, Herausforderungen und Erfolge zurück und nehme euch mit auf meinen Rückblick:
Meine Saison begann tatsächlich etwas holprig, mit einem Trainerwechsel im März, doch die Möglichkeit, unter Bundestrainer Sebastian Kneifel zu trainieren, eröffnete mir ganz neue Perspektiven, die ich dringend brauchte. Für diese Chance zog ich nach München – und der Start unter neuer Betreuung verlief direkt erfolgreich: Bei den Deutschen Hallenmeisterschaften in Dortmund sicherte ich mir die Bronzemedaille bei den Aktiven.
Nach einem intensiven Trainingslager in Südafrika, der Eingewöhnung in der neuen Stadt und vielen Einheiten mit frischem Input begann die Freiluft-Saison. Schon früh gelang mir der Sprung zur Norm für die U23-Europameisterschaften.

Kurz darauf wurde ich in Duisburg Deutsche-Hochschulmeisterin. Nach einigen weiteren Wettkämpfen folgten die Deutschen U23-Meisterschaften in Ulm – gleichzeitig der offizielle Qualifikationswettkampf für die U23-EM. Trotz anhaltender Fußprobleme, die mich leider durch die gesamte Saison begleiteten, konnte ich hier die Goldmedaille und damit den Titel der Deutschen U23-Meisterin gewinnen – inklusive Ticket für die EM in Bergen.
Dort lief es ebenfalls nach Plan: Im Qualifikationswettkampf sicherte ich mir souverän den Einzug ins Finale. Zwei Tage später sprang ich dort mit 1,84 m Saisonbestleistung und belegte damit den 5. Platz in Europa – meine beste internationale Platzierung der letzten zwei Jahre. Dieser Erfolg bedeutete mir unglaublich viel, denn trotz der Herausforderungen der Saison hatte ich mich durchgekämpft. So konnte ich sehr stolz und voller neuer Energie aus diesem Wettkampf raus gehen.

Anschließend standen jetzt noch die Deutschen Meisterschaften der Aktiven in Dresden an. Hier konnte ich zum Ende der Saison noch mit einem guten 4. Platz den Wettkampf abschließen.
Nun habe ich noch ein Meeting vor mir, das ich in vollen Zügen genießen werde, bevor die wohlverdiente Pause beginnt.
Vielen Dank an der Stelle auch nochmal an diesen wunderbaren Verein für die anhaltenden Unterstützung! Ich freue mich schon auf die nächste Saison..."



Johanna Göring

Sportabzeichen

Aktivitäten

Fast schon traditionell begann die Saison 2025 am 4. Mai mit einer Wanderung.
Leider war das Wetter anfangs nicht ganz auf unserer Seite und die Teilnahme deshalb entsprechend gering.

Nichts desto trotz verbrachten wir einen ereignisreichen Tag im Schwäbischen Wald auf den Spuren der Römer.

Beginn der Tour war Welzheim. Geplant war die Mittagspause im Biergarten der Hagmühle. Glücklicherweise konnten wir uns den Gastraum bei einem gemütlichen offenen Feuer zu Nutze machen. Die Wanderung endete in Lorch.



Die sportlichen Aktivitäten starteten am Montag, 5. Mai 2025.

Inzwischen sind alle geplanten Disziplinen erfolgreich abgeschlossen.



Neuerungen

Das Deutsche Sportabzeichen erhält mit der Saison 2026 ein neues Logo.

Es wird jedoch bereits in der Saison 2025 sukzessive eingeführt und die Materialien werden bereits umgestellt.



Nach dem erfolgreichen Start der neuen Kraftübungen im Jahr 2024 stehen nun fünf neue Koordinationselemente zur Testung an.

Sie sollen das Sportabzeichen modernisieren und neue Zielgruppen ansprechen. Der erweiterte Leistungskatalog erscheint im Jahr 2026.



20-km- Radfahren

In eigener Sache

Neue Sportabzeichen-Prüferin bringt frischen Schwung

Im April 2025 hat Daniela die Ausbildung zur Prüferin mit Erfolg absolviert und verstärkt nun das Team mit echter Leidenschaft.

Sie selbst wird in diesem Jahr das Abzeichen zum 8. Mal ablegen. Die Begeisterung für vielfältige Bewegungsarten zieht sich wie ein roter Faden durch ihr Leben. In ihrer Freizeit ist sie regelmäßig beim Joggen und Inline-Skating unterwegs und zieht im Schwimmbad ihre Bahnen.



2-Stunden-Lauf



Daniela Floß

Besonders spannend findet Daniela die Möglichkeit, das Sportabzeichen mit Elementen des Turnens zu bereichern. Diese Kombination aus Ausdauer, Kraft, Koordination und Beweglichkeit macht für sie den besonderen Reiz aus – und steckt auch andere mit ihrer Motivation an.

„Die Ausbildung zur Sportabzeichen-Prüferin habe ich wegen dem besonders angenehmen Umfeld gemacht. Dank des bestehenden, engagierten Prüferkreises und eines erfahrenen Partners, der diese Aufgabe bereits seit einigen Jahren mit großer Leidenschaft ausübt, war der Schritt zur Schulung sehr motivierend.“

Unsere Kontaktdaten:

Entweder per E-Mail an sportabzeichen@sv-kornwestheim.de oder telefonisch unter 07154/ 17 88 35 (Uwe Bodmer)
Alle Informationen über das Deutsche Sportabzeichen im Internet unter: <https://deutsches-sportabzeichen.de>



SVK
ein Verein
für
alle Alters-
klassen



STÄDTISCHE WOHNBAU KORNWESTHEIM GMBH

Ihr erster Ansprechpartner für Mietwohnungen, Wohneigentum, gewerbliche Immobilien und Baugrundstücke.

UNSERE AUFGABEN

- Immobilien betreuen und verwalten
- Projekte als Bauträger realisieren

UNSER ANSPRUCH

- Bezahlbaren Wohnraum schaffen
- Städtebauliche Akzente setzen



Frei-Räume zum Leben



Bahnhofstraße 82
70806 Kornwestheim
wohnbau.kornwestheim.de

Volleyball

Damen 1 – Verbandsliga

In der Saison 2025/2026 gehen wir erneut in der Verbandsliga an den Start, nachdem wir wegen eines fehlenden Punktes wieder eine Ehrenrunde über die Relegation gedreht haben. Mit einem blauen Auge und etwas Glück haben wir erneut die Liga gehalten. Das Ziel für die kommende Saison ist klar formuliert: direkter Klassenerhalt - ohne zusätzliche Spannung ;)

Leider müssen wir auch dieses Jahr einige Abgänge verschmerzen. Eva beendet nach vielen Jahren ihre aktive Zeit. Emily muss verletzungsbedingt eine Pause einlegen. Nicole wechselt zum Oberligisten Botnang. Helena beginnt ihre Ausbildung in Herrenberg. Meike zieht es beruflich nach München - bei den Heimspie-

len wird sie dennoch im SVK-Trikot für uns aufschlagen.

Erfreulicherweise haben wir auf der Gegenseite auch wieder einige Neuzugänge zu verbuchen. Von Damen 2 rücken Berina, Laura und Anja nach und verstärken uns über Außen und Mitte. Aus Ditzingen wechselt Maxi zu uns und Sonja kommt aus der Babypause zurück.

In der Vorbereitung arbeiten wir sowohl an unserer Technik als auch an der Absprache innerhalb des sich formenden Teams. Neu bzw. wieder an der Seitenlinie begrüßen wir Steffi. Sie coacht uns zusammen mit Carl und lässt uns im Training ordentlich schwitzen.

Felix legt nach 7 Jahren sein Traineramt bei Damen 1 nieder und fokussiert sich nun wieder mehr auf die eigene aktive Spielerkarriere. Vielen Dank für deine Zeit und Nerven!

Den Neuerungen nicht überdrüssig präsentieren wir uns dieses Jahr auch in einem Look. Dank unseres Sponsors thera4 Ludwigsburg können wir uns neu einkleiden.

Wer neugierig geworden ist und die neuen Trikots (und auch uns) in Action sehen will, ist herzlich zu den Heimspieltagen eingeladen. Für das leibliche Wohl wird wie immer gesorgt. Here comes the BOOM!!!



Heimspiele Damen 1 2025/ 2026 - Hannes-Reiber Halle
Samstag, 08.11.2025 ab 15:00 Uhr Blaubären TSV Flacht 2 & SFC Höpfigheim
Samstag, 06.12.2025 ab 14:00 Uhr VSG Öhringen/ Untersteinbach & TSV G.A. Stuttgart 3
Samstag, 10.01.2026 ab 14:00 Uhr Renninger SC & SG MADs Ostalb
Samstag, 07.03.2026 ab 14:00 Uhr SG Stromberg & TSV Willsbach

Damen 2 Schütteln, Durchatmen und wieder angreifen

In einer ähnlichen Position wie die zweite Herrenmannschaft im vergangenen Jahr findet sich jetzt die zweite Damenmannschaft wieder. Ein unglücklicher Abstieg aus der Bezirksliga und das Ziel die Bezirksklasse nur kurzfristig zu besuchen und nicht zum Daueraufenthalt zu machen.

Lange Anfahrtswege können zumindest keine Ausreden in der kommenden Saison sein, neben der neu geformten

ritten Kornwestheimer Mannschaft in der gleichen Liga sind auch der MTV Ludwigsburg und die TSV G.A. Stuttgart doppelt vertreten, was einige Auswärtsspieltage fast schon zu Heimspieltagen werden lässt.

Auch abseits der sportlichen Saisonvorbereitung, die fleißig durchgezogen wird um sich auf die kommenden Spiele, beginnend mit dem quasi Heimspiel gegen die dritte

Kornwestheimer Damenmannschaft am 11.10, vorzubereiten, kommen auch außersportliche Aktivitäten, wie der Besuch der Weinlaube in Ludwigsburg, das Batiken von Einspielshirts oder das gemeinsame Mannschaftsgrillen nicht zu kurz.

Wir freuen uns über jede Unterstützung bei allen Heimspielen und fast Heimspielen in Kornwestheim und Umgebung, um den direkten Wiederaufstieg zu erreichen.



Herren 1 - SV Salamander Kornwestheim startet mit großen Zielen in die neue Landesliga-Saison

Kornwestheim – Die vergangene Spielzeit 2024/2025 in der Volleyball-Landesliga verlief für die erste Herrenmannschaft des SV Salamander Kornwestheim solide, aber nicht ohne Höhen und Tiefen. Nach einem starken Saisonstart musste das Team verletzungs- und krankheitsbedingte Rückschläge verkraften, zeigte aber immer wieder Kampfgeist und mannschaftliche Geschlossenheit. Am Ende landete Kornwestheim im gesicherten Mittelfeld der Tabelle – ein Ergebnis, mit dem die Spieler zwar zufrieden sein konnten, das aber nicht ganz dem eigenen Anspruch entsprach.

Für die neue Saison 2025/2026 hat sich die Mannschaft daher

klare Ziele gesetzt. Trainer und Team blicken optimistisch nach vorne: „Wir wollen den Schwung aus den letzten Spielen der vergangenen Saison mitnehmen und uns diesmal im oberen Tabellendrittel etablieren“, so die einhellige Meinung im Team. Der Traum vom Aufstieg in die Verbandsliga soll dabei nicht nur ein Wunsch bleiben – gelingt es, die Konstanz über die gesamte Spielzeit zu wahren, könnte das durchaus Realität werden.

Der Auftakt ist gleichzeitig ein Heimspieltag: Am Samstag, den 11. Oktober, empfängt der SV Salamander Kornwestheim zunächst den TSV Schmieden und anschließend die VSG Untersteinbach. Die Fans dürfen

sich also gleich zu Beginn auf packende Partien in der heimischen Halle freuen. Mit einer Mischung aus erfahrenen Spielern und Talenten will Kornwestheim den nächsten Schritt gehen. Neben der mannschaftlichen Geschlossenheit setzt das Team besonders auf eine stabile Annahme und druckvolle Aufschläge, die in der Vergangenheit oft den Unterschied ausgemacht haben.

Ob es am Ende für den großen Coup reicht, wird sich zeigen – doch die Ambitionen sind klar: Der SV Salamander Kornwestheim will sich in der Landesliga nicht nur behaupten, sondern auch ein Wörtchen um die vorderen Plätze mitreden.



Herren 2 – Mit vollem Schwung in die neue Saison

Die zweite Herrenmannschaft der Kornwestheimer Volleyballer hat Großes vor. Nachdem in der vorletzten Saison der denkbar knappste Abstieg in die Bezirksklasse feststand, haben sich Spieler und Trainer zusammengesetzt und besprochen, wie es weitergehen soll. Die Ausrichtung war klar, direkter Wiederaufstieg und Aufarbeitung der eigenen Schwächen.

Teil 1 hat herausragend funktioniert, ungeschlagen, ohne Punktverlust und mit nur 3 abgegebenen Sätzen in der gesamten Saison gelang den,

durch zahlreiche Jugendspieler verstärkten Herren der direkte Aufstieg, ob Teil 2 ebenso angepasst werden konnte wird sich in der kommenden Saison zeigen. Die Grundlagen sind auf jeden Fall gelegt, mit dem Trainer Trio Carl, Oschdi und Jonas, wurde ohne große Saisonpause an Mannschaftstaktik und individuellen Themen gearbeitet, sodass jetzt alles für das hochgesteckte Ziel „Durchmarsch“ vorbereitet ist. In der neuen, mit nur 7 Mannschaften sehr kleinen, Bezirksliga 1 warten einige alte Bekannte wie Murrhardt

oder Kirchberg, aber auch neue Gesichter, wie der Absteiger Geißelhardt 2, welcher letzte Saison noch gegen die Erste Kornwestheimer Mannschaft gespielt hat.

Vor Saisonstart in der heimischen Gymnasiumhalle am 12.10 will das Team nochmal alles aus der Vorbereitung rausholen, unter anderem mit einem Trainingstag am 27.9 und weiteren Testspielen, so dass nächste Saison zur ersten Mannschaft in der Landesliga aufgeschlossen werden kann.



Volleyball

Damen 3

U20-Volleyballerinnen des SV Salamander Kornwestheim steigen in den Damenbereich auf:

Die weibliche U20 des SV Salamander Kornwestheim blickt auf eine erfolgreiche Saison zurück. Mit sieben Siegen aus acht Spielen und einem beeindruckenden Satzverhältnis von 15:3 sicherte sich die Mannschaft den ersten Tabellenplatz.

Damit endet eine starke Jugendzeit, in der die Spielerinnen in den letzten Jahren konstant

oben mitgespielt und sich als Team weiterentwickelt haben.

In der kommenden Saison 2025/2026 steht nun der nächste Schritt an. Die Mannschaft entscheidet sich in den Damenbereich zu gehen.

Das Team wird dort auf erfahrenere Gegnerinnen treffen und sich neuen Herausforderungen stellen. Die Grundlage für eine erfolgreiche Zukunft ist gelegt – Kampfgeist, Zusammenhalt und sportlicher Ehrgeiz sind vorhanden.

Der Verein freut sich darauf, die jungen Spielerinnen auch im Damenbereich weiter zu begleiten und ihre Entwicklung zu fördern.



<https://volleyball.sv-kornwestheim.de>

Darts

Die Dartspieler haben die neue Saison vor der Türe

Mit der 2.Mannschaft hatte man einen Aufstieg zu feiern. Das Team spielt nun wie auch die 1.Mannschaft in der Bezirksoberliga (5.Liga). Die beiden Teams sind nun in einer Gruppe. Während der SVK 2 das Ziel Klassenerhalt auf der Agenda hat strebt das Team des SVK1 um die Kapitäne Tasso Macris und Manuel Senn den Aufstieg in die Oberliga an. Die Saison beginnt am 20.09. und endet am 09.05.2025.

Hermann Köhler und Arnel Duvnjak überstanden sie auch das Achtelfinale problemlos und waren Favorit im Viertelfinale gegen ein Team aus Wedemark (Niedersachsen). Hier unterlag man jeweils knapp und am Ende stand Platz 5 zu Buche.

Die Medaille war nah, aber wird erst in 2 Jahren bei der EM in Athen/Griechenland möglich sein.

SV Kornwestheim Darts


Dein Ansprechpartner
Marvin Anhorn
E-Mail:
darts@sv-kornwestheim.de



Youngster Lucas Brenner



Highlight beim SVK – erster 9-Darter

Lucas Brenner, der Jugendspieler des SVK, spielte hierbei 9 perfekte Darts in Folge und konnte den ersten 9-Darter beim SVK werfen. Hier darf in der Zukunft noch einiges erwartet werden.



- Die Bezirksoberliga:**
SVK 1
SVK2
1.DSV Reutlingen Big Six
BSF Bietigheim
Blackout's 1 Lemberg
DC Urbach 1
DFO Eagle One Lemberg
Jägerstühle Affalterbach
Jägerstühle Lemberg
TV Unterboihingen 1
- Der SVK 3 tritt erneut in der Kreisliga an. Hier finden sowohl Neueinsteiger wie alte Hasen zusammen und sammeln vor allem Matchpraxis. Ein Platz im Mittelfeld wird hier angestrebt.
- Die Kreisliga:**
SVK 3
BSF Deaf Black Panther Bietigheim
Blackouts's 2 Lemberg
DC Wolfsölden 4
DC Wolfsölden 6
MTV Ludwigsburg 3
MTV Ludwigsburg 4
SDC Wire Winks Deizisau 2
SG Weinstadt
SV Pfrondorf

EM in Spanien

In der Sommerpause waren die beiden SVK-Darter Adam Palkowski und Manuel Senn bei der Betriebssport-EM in Mallorca/Spanien. Im Einzel lief die Vorrunde sehr gut für die SVK-Darter. Beide überstanden die Vorrunde als Gruppensieger und zogen in die Runde der letzten 64 ein. Über 110 Teilnehmer wollten sich hier das Edelmetall holen. Hier kam das überraschende Aus für Manuel Senn, der klar und deutlich mit 2:0 ausgeschieden war. Besser lief es für Adam Palkowski. Er kam zunächst in die Runde der letzten 32 nach einem Sieg in der KO-Phase. Dann hatte er mit keinem unbekannten Darter, Mike Brehm-McBean aus Norddeutschland, eine schwere Aufgabe. Palkowski hatte schon Matchdarts, jedoch wurde er noch abgefangen und schied leider ebenfalls aus.

Im Teamwettbewerb war Manuel Senn der Titelverteidiger der EM vor 2 Jahren in Bordeaux. Im der Vorrunde zeigten Palkowski und Senn auch, dass Sie zurecht als Mitfavorit galten. Hier wurde der mehrfache Europameister Kelag AG aus Österreich, gespickt mit Dart-Profis, aus dem Rennen geworfen. Gemeinsam mit



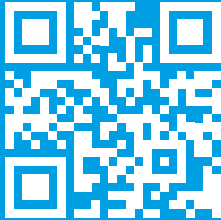
Adam Palkowski und Manuel Senn bei der EM 2025

Warum ist Gas von den Stadtwerken langfristig besser?

Ja.

Die Stadtwerke Ludwigsburg-Kornwestheim sind Ihr verlässlicher Partner bei der Energieversorgung, denn Sicherheit, Service und Treue stehen bei uns im Mittelpunkt. Mit Gas der SWLB wahlweise mit Biogasanteil, sind Sie langfristig bestens abgesichert. Jetzt abschließen!

#IMMERANEURERSEITE



www.swlb.de/gas

Tischtennis

Viele Medaillen für Para-Spieler bei den Deutschen Einzelmeisterschaften im Glaspalast Sindelfingen (16./17. Mai 2025)
(Verfasser Ibrahim Soyol)

Para-Tischtennis

Zu den bisher bekannten Para-Tischtennis Spielern Ibo Soyol, Andrea Divkovic, Simon Bergmeister und Lothar Seidel kam seit Anfang des Jahres Thomas Ogunrinde hinzu. Diese Spieler spielen sowohl nationale Turniere für den Landeskader Baden-Württemberg als auch im normalen Saisonbetrieb bei den „normalen Fußgängern“ für den SVK mit (siehe oben angeführte Mannschaften).

In der Tischtennisabteilung des SVK wird seit Jahren Inklusion sehr großgeschrieben und Menschen mit einem Handicap sind optimal integriert.

Ibrahim (Ibo) Soyol: Wettkampfklasse WK6
Am 16. Und 17. Mai 2025 fanden im Glaspalast in Sindelfingen die Deutschen Einzelmeisterschaften statt. Ibo Soyol konnte in ganzer Linie überzeugen und spielte ein sehr gutes Turnier und konnte sich am Schluss im Einzel mit dem 2. Platz und somit dem Deutschen Vizemeistertitel belohnen. Im Doppel reichte es am Schluss mit dem 3. Platz zur Bronzemedaille.
Am 10./11. Oktober 2025 geht es für „Ibo“ zu den Deutschen Meisterschaften der Senioren nach Nassau (Hessen). Er wird als amtierender Deutscher Meister im Einzel (im Seniorenbereich / Altersklasse 39-49J.) und als amtierender Deutscher Meister im Doppel (im Seniorenbereich) nach Nassau reisen und hofft auf ein erfolgreiches Turnier.

Andrea Divkovic WK11:
Andrea D. ist in ihrer Wettkampfklasse national das Maß aller Dinge und sie holt einen Titel nach dem anderen nach Kornwestheim. Im wichtigsten nationalen Wettbewerb, den Deutschen Einzelmeisterschaften, die im Mai in Sindelfingen stattfanden, konnte Andrea Divkovic ihre beiden Titel vom Vorjahr verteidigen und somit bestätigen. Sie ist somit zum wiederholten Mal Deutsche Meisterin im Einzel und im Team. Die Abteilung ist sich sicher, dass die SVK-lerin weitere Para-Titel für den SVK in Zukunft holen wird.

Simon Bergmeister WK AB:
Der Topspieler der 2. Herrenmannschaft Simon Bergmeister war bei den Deutschen Einzelmeisterschaften in Sindelfingen Anfang Mai im Doppel sehr erfolgreich. Hier war leider im Halbfinale Endstation und Simon B. musste sich mit Bronze im Doppel zufriedengeben. Leider war für S. Bergmeister im Einzel keine Medaille drin, er verlor sein Viertelfinale sehr knapp im 5. Satz denkbar knapp mit 10:12.
Am 13. Und 14. Juni 2025 fanden in Krefeld die Deutschen Mannschaftsmeisterschaften statt. Auch hier war das SVK-Eigengewächs im Team sehr erfolgreich und belegte mit seiner Mannschaft einen genialen 3. Platz.

Thomas Ogunrinde WK8:
Für T. Ogunrinde ist Para-Tischtennis Neuland, aber bei seinem ersten Para-Tischtennis Turnier in Sindelfingen erspielte er sich eindrucksvoll gleich 2 Medaillen. Im Einzel reichte es „nur“ für den 3. Platz und zur Bronzemedaille. Dafür lief es im Doppelwettbewerb deutlich besser und Thomas Ogunrinde konnte mit seinem Doppelpartner in der WK10 den Deutschen Vizemeistertitel mit der Silbermedaille feiern. Somit war dies ein Einstand nach Maß und der SVK hat einen weiteren sehr guten Para-Spieler hinzugewonnen.

Die Abteilung Tischtennis des SV Salamander Kornwestheim startet in die kommende Saison mit insgesamt 6 Mannschaften in die Saison 2025/2026.

Verfasser: Ibrahim Soyol

Die 1. Herrenmannschaft schaffte nur sehr knapp den Klassenerhalt in der Verbandsliga Nord. Man konnte die Mannschaft zusammenhalten und das Saisonziel ist eine bessere Tabellenplatzierung als in der Vorsaison.
Die 1. Herren startet in die Saison 2025/26 mit folgenden Spielern: Momcilo (Moca) Bojic / Richard Lukacs / Thomas Ogunrinde / Felix Schötz / Vedran Maksimovic / Uros Bojic.
Ihre Heimspiele bestreitet die 1. Herrenmannschaft sonntags um 13.00 Uhr.

Die 2. Herrenmannschaft mit den 2 erfolgreichen Para-Tischtennis Spielern Ibo Soyol und Simon Bergmeister konnte nach hartem Kampf in der letzten Saison mit dem Erreichen des 8. Tabellenplatzes den Klassenerhalt feiern und bleibt somit in der Bezirksliga Gr. 1. Die Mannschaft wurde neu aufgestellt und somit verstärkt.
Das Saisonziel sind die vorderen Tabellenplätze und um dieses Ziel zu erreichen, geht man mit folgender Aufstellung in die Saison 2025/26: Milorad Cojo / Roland Bokor / Simon Bergmeister / Chinh-Hoc Vuong / Laslo Turzo / Bernd Hertle und Ibrahim (Ibo) Soyol. Mit Marcel Böttcher hat man zudem einen sehr guten Ersatzspieler. Die Heimspiele dieser Mannschaft finden samstags um 17.30 Uhr statt.

Die 3. Herrenmannschaft konnte sich letzte Saison über die Vizemeisterschaft in der Bezirksklasse B Gr. 1 freuen und somit startet die 3. Herren wieder in derselben Klasse. Auch diese Mannschaft musste neuformiert werden.
Auf Punktejagd für den SVK gehen in der kommenden Saison: Marcus Busch / Andrea Divkovic / Heinz Kipp / Ralf Hellfeuer / Robin Schäfer und Neuzugang Ayoub Achahboun. Die Mannschaft ist sich sicher, dass Sie die kommende Saison ohne Probleme in der Bezirksklasse B meistern werden.
Die Heimspiele werden samstags um 17.30 Uhr ausgetragen.

Die 4. Mannschaft der Abteilung Tischtennis stieg als Meister in die Kreisliga B Gr. 1 auf. Die geplante Aufstellung der 4. Mannschaft des SVK ist wie folgt: Gerhard Schmierer / Michael Stafkidis / Mirko Hübner / Bernhard Weck / Marek Gora und Lothar Seidel. Viele Ersatzspieler komplettieren diese Mannschaft.
Nina Colletti oder Michael Walter zum Beispiel werden sehr häufig zum Einsatz kommen. Die Heim-Punktspiele finden samstags um 14.00 Uhr statt.

Jugendabteilung Tischtennis

Laslo Turzo (stellvertretender Jugendleiter und Trainer) meldet mit Trainerin Andrea Divkovic und Trainer Daniel Sonntag für die Saison 2025/26 zwei Jugendmannschaften.

Die Jugend 13 von Kornwestheim konnte vergangene Saison die Meisterschaft in der Bezirksliga Ost klarmachen und wird kommende Saison wieder in der Bezirksliga Ost spielen. Die Aufstellung wird wie folgt sein: Michael Gora / Erik Bogdan / Linus-Alexander Höffken / Teodor Mijic / Lilith Höhne und Felix Gaa.
Zuschauer können die Jugend 13 gerne bei den Heimspielen samstags um 10.00 Uhr anfeuern.

Die Mannschaft Jugend 19 belegte in der vergangenen Saison einen guten 6. Platz und bleibt somit in der Bezirksklasse Ost. Ziel ist es in der kommenden Saison eine bessere Platzierung sich zu erspielen.
Dies soll mit folgenden Spielern gelingen: Ayoub Achahboun / Michael Stafkidis / Jannik Emmerlich / Jonathan K. Frech / Luqman Achahboun und Simon J. Hitz.
Die Heimspiele werden in der Realschul-Halle samstags um 10.00 Uhr ausgetragen.

Abschließend die Trainingszeiten und die Kontaktinformationen für interessierte Sportler. Jeder ist willkommen. Natürlich freuen sich die Mannschaften auch über Zuschauer bei den jeweiligen Punktspielen.

Training

SVK-Jugend + Fördergruppe

Mo + Fr: 18.00 – 20.00 Uhr

Mi: 18.30 – 20.00 Uhr

Erwachsene

Mo + Mi + Fr: 20.00 – 22.00 Uhr

Trainings-Ort / Sporthalle:

Sporthalle der Theodor-Heuss-Realschule,

Theodor-Heuss-Str. 34, Kornwestheim

Kontakt / Info zum Training:

stv. Jugendleiter Laslo Turzo: Tel.: 0179 – 61 66 141

Abteilungsleiter Mirko Hübner Tel.: 0173 – 355 31 14



(von links) Ibo Soyol, Andrea Divkovic, Simon Bergmeister.
es fehlen auf dem Bild die Para-TT-Spieler: Thomas Ogunrinde und Lothar Seidel.

GewinnSparLos

Sparen

Spieleinsatz

Spende

So funktioniert VR-GewinnSparen

Für jedes gekaufte Los werden 10 Euro von Ihrem Girokonto abgebucht. Der Großteil des Betrages, nämlich 7,50 Euro, wird auf Ihrem Sparkonto angespart. Mit den verbleibenden 2,50 Euro nehmen Sie an unserer Lotterie teil und haben Monat für Monat die Chance auf attraktive Geld- und Sachpreise. Von jedem Los werden 0,63 Euro für gemeinnützige Zwecke gespendet und zwar hier in der Region.

Immer ein Gewinn.

Volksbank

Zuffenhausen eG

Handball

Wechsel an der Spitze der Handballabteilung
Abteilungsleiterwechsel beim SV Kornwestheim

Mirko Henel folgt auf Andreas Postl, Hans Jungwirth wird stellvertretender Abteilungsleiter In der Handballabteilung des SV Kornwestheim kam es zu einem personellen Wechsel an der Spitze: nach sieben Jahren engagierter und erfolgreicher Arbeit übergibt Andreas Postl das Amt des Abteilungsleiters an Mirko Henel. Andreas Postl hatte das Amt mit viel Leidenschaft und Weitblick geführt. Unter seiner Leitung entwickelte sich die Abteilung sportlich und strukturell weiter und es wurden wichtige Entwicklungen angestoßen.

Der SV Kornwestheim bedankt sich herzlich bei Andreas Postl für seinen Einsatz. Postl freut sich mit sich Mirko Henel einen passenden Nachfolger der Abteilungsleitung gefunden zu haben: „Auch wenn die Handballabteilung sowohl sportlich als auch finanziell wieder ein gutes Jahr 2024 vorweisen kann, auf das die Lurchis ohne Wenn und Aber stolz sein können, bringt die Zukunft doch neue Herausforderungen. Hierzu braucht es neue Köpfe

und Ideen. Der Wechsel kommt genau zur richtigen Zeit.“ „Mein Dank geht aber auch an alle BereichsleiterInnen und ihren Teams, die diese tollen Leistungen erreicht haben und das alles im Ehrenamt. Das ist nicht selbstverständlich und hat meinen Job leicht gemacht“, bedankt sich der scheidende Abteilungsleiter. Mit Mirko Henel als bis dato sportlichen Leiter der ersten Männermannschaft übernimmt ein bekanntes Gesicht die Abteilungsleitung. Henel ist nicht nur bestens verankert im Verein, der engagierte Familienvater bringt auch jahrelange Erfahrung im Handballsport mit und sportliches Fachwissen aus seiner aktiven Zeit. Henel steht für Kontinuität und neue Impulse.

Zusammen mit seinem Stellvertreter Hans Jungwirth hat er eine klare Vision für die Weiterentwicklung der Abteilung. Das Team Henel und Jungwirth möchte die bisher schon erfolgreiche fortführen und zugleich neue Schwerpunkte setzen - insbesondere im Bereich der

Nachwuchsförderung und Vereinsentwicklung. Das Gemeinschaftsgefühl der Handballabteilung soll ganz nach dem Motto: „klein anfangen, GROSS rauskommen!“ weiterwachsen und gelebt werden.

„Jeder, vom Mini über die Frauen, Schiedsrichter und allen Ehrenamtlichen soll sich mit dem Verein identifizieren“, sagt Mirko Henel. Henel und Jungwirth danken für die neue Aufgabe und das Vertrauen, dass ihnen entgegengebracht wird. „Gemeinsam im Team wollen wir etwas bewegen, die Handballabteilung stärken und für die Zukunft gut aufstellen“, so Henel und Jungwirth.

Die Position des Sportlichen Leiters der Drittligamannschaft übernimmt ab sofort der ehemalige Lurchi-Torhüter Pascal Welz. Nachdem er in den letzten Jahren als Torwarttrainer fungierte und somit eng mit Jan Tinti und Niko Henke zusammenarbeitete, liegt nun die Kaderplanung sowie die Organisation rund um die erste Herrenmannschaft in seiner Verantwortung. Unterstützt wird er hier von Fabian Kugel, der am Ende der vergangenen Saison seine Handballschuhe an den Nagel hängte und nun in der Funktion des Team-Managers den Lurchis erhalten bleibt. Das es gelungen ist, zwei ehemalige Spieler weiter im Verein zu halten, zeigt welches tolle Miteinander im Verein vorherrscht.

Wir freuen uns auf die Zusammenarbeit und wünschen dem neuen Team viel Erfolg für die anstehenden Aufgaben!

Autorin: Melanie Bürkle



Von links: Mirco Henel, Hans Jungwirth

Jugendleitung
Neues Jugendleiter-Duo



Sanchia Fidlín und Philipp Wolf

Leider konnte Tanja Bahmann aus zeitlichen Gründen ihr Jugendleiteramt nicht mehr weiterführen. An dieser Stelle ein herzliches Dankeschön für ihre geleistete Arbeit. Umso glücklicher ist die Handballabteilung jetzt, dass wir mit Philipp Wolf einen ebenbürtigen Nachfolger finden konnten.

Der A-Lizenz-Inhaber bringt Jugendbundesligaerfahrung mit und setzt jetzt zunächst im Kinderhandball wichtige Impulse. Ziel ist es, die männlichen und weiblichen Jugendmannschaften im Bereich F- bis D-Jugend nachhaltig zurück an die Spitze

im Bezirk zu führen. Mit seinem Wissen und Kenntnissen wird er sich Handballabteilung primär um die sportliche Konzeption im Jugendbereich kümmern, aber auch bei allen anderen Belangen unterstützen. Durch die langjährige gemeinsame Arbeit mit der heutigen männlichen A-Jugend kennen sich Sanchia und Philipp gut und funktionieren hervorragend als Team. Ein großes herzliches Willkommen an Philipp an dieser Stelle!

Rückblick und Vorschau Zum Ende der Saison mussten wir schweren Herzens den einen oder anderen Abgang auf

den Trainerposten hinnehmen. An dieser Stelle bedanken wir uns ganz herzlich bei Marc und Thomas Pflugfelder, Ahmet Cizmecioglu, Stefan Ulrich, Alicia Baum, Sina Hald, Manuel Diederich, Vanessa Durian, Jasmin Stotz, Jule Bogolin, Larissa Schreiber und Sara Schulz für ihr Engagement und hoffen natürlich, dass sie in naher oder auch ferner Zukunft wieder den Platz an der Bank beim SVK einnehmen werden.

Erfreulicherweise haben wir auch einige Zugänge zu vermelden und an dieser Stelle wollen wir Alissa Kämmerer, Celine Diederich, Rieke Braun, Carsten und Max Keil, Moritz Lanig, Dirk Grünewald, Jochen Bauer, Larissa Garau und Reimund Jäger offiziell in der SVK-Handballfamilie willkommen heißen. Zur Hallenrunde 2025/2026 übernehmen über 25 Trainer und Trainerinnen die Verantwortung für über 20 Jugendmannschaften und stehen wöchentlich mehrere Stunden in der Sporthalle. In der heutigen Zeit ist dies nicht selbstverständlich und wir sind deshalb sehr stolz, dass wir euch alle haben!

In der abgelaufenen Hallenrunde hatte der SVK mit der weiblichen A-Jugend und der männlichen B-Jugend zwei Teams in der Jugendbundesliga. Beide Teams haben auf Bundesebene die Lurchis mehr als würdig vertreten. Besonders stolz sind wir auf Aylin Bornhardt, die mittlerweile zum festen Bestandteil der U19-Nationalmannschaft geworden

SVK-Talente mit Auswahlmannschaften unterwegs

Während es für die meisten Lurchis in der letzten Zeit eher etwas ruhiger zugeht, waren ein paar Talente für verschiedene Auswahlmannschaften gefragt.

Nach einer erfolgreichen Teilnahme am Talenttag wurde unser C-Jugendsspieler Matti Bauer zum ersten BWHV-Lehrgang für den Jahrgang 2012 in Albstadt eingeladen. Nur 36 Spieler aus dem ganzen Bundesland konnten dort vom 18.-19.07 erste Lehrgangsluft schnuppern. Auf die Reserveliste für die Veranstaltung hatte es mit Henrik Kössler ein weiterer Lurchi geschafft.

Schon einige Stufen weiter ist unsere A-Jugendliche Anni Horn. Die 17-Jährige krönte sich mit der wU17-Nationalmannschaft des DHB zur Gewinnerin des European Youth Festival, das Ende Juli in Nordmazedonien stattfand. Mit einem Unentschieden gegen Frankreich und zwei Siegen gegen Ungarn und die Niederlande erreichte das deutsche Team das Halbfinale gegen Island. Auch dieses

Spiel konnte der DHB für sich entscheiden und fand sich im Finale den Nachbarinnen aus der Schweiz gegenüber. Überraschend setzte sich das Team auch hier durch und feierte die Goldmedaille!

Auch wenn unser Eigengewächs Aylin Bornhardt seit diesem Sommer kein offizieller Lurchi mehr ist, so ist auch die Sommerbeschäftigung der 18-Jährigen mehr als eine Erwähnung wert. Gemeinsam mit Ex-Lurchi Lara Däuble und den restlichen Spielerinnen der wU19-Nationalmannschaft



reiste Bornhardt Ende Juli zur Europameisterschaft nach Montenegro. Mit einer bemerkenswerten Leistung über das gesamte Turnier hinweg spielte sich die deutsche Mannschaft bis ins Finale, in dem man auf die amtierenden Europameisterinnen aus Spanien traf.

Nach anfänglichem Rückstand bewies das Team Kampfgeist und drehte eine ganze Schippe auf. Angeführt von unseren beiden Lurchis, drehte man das Spiel und setzte sich am Ende mit 34:27 überraschend deutlich durch. Einen großen Anteil daran hatten die neun Tore von Kreisläuferin Bornhardt – der besten Torschützin des Finales – und die vielen Anspiele von Däuble – „Player of the Match“ und Mitglied des „All-Star-Teams“. Herzlichen Glückwunsch an die gesamte Mannschaft und natürlich Aylin und Lara! Wir wünschen euch auf eurem weiteren Weg alles Gute und sind gespannt, welche Titel ihr in eurer Handballkarriere noch feiern dürft.

Autorin: Nina Haug

Handballer tauschen Halle gegen Sand
Beachvolleyball-Abend bringt Teams näher zusammen

Der Sand staubte, der Ball flog: An einem Freitagabend hieß es für unsere Handballerinnen und Handballer „Halle aus, Beachfeld an“.

Bei bestem Spätsommerwetter trafen sich über 50 Spielerinnen und Spieler unserer aktiven Mannschaften zum gemeinsamen Beachvolleyball-Abend am Fun Sportzentrum. Kein Harz, dafür Sand – und jede Menge Spaß!

Baggern, blocken, anfeuern – kleine Duelle, lockere Ballwechsel und vor allem ein tolles Miteinander standen im Mittelpunkt. Dieses Mal ging es nicht um Punkte oder Tabellenplätze, sondern ums gemeinsame Lachen und Zusammensein. Ob auf dem Feld oder am Spielfeldrand bei Radler, Bier später Pizza – die Stimmung war rundum großartig.

„Wir wollen heute Abend noch ein Stückchen näher zusammenkommen“, sagte Abteilungsleiter Mirko Henel, der gemeinsam mit seinem Stellvertreter Hans Jungwirth die Idee umgesetzt hatte.

Schon während der Hallensperre in den letzten Wochen hatten die Teams bewiesen, wie stark der Zusammenhalt ist. Mit dem Beachabend wurde dieser Teamgeist nun auch abseits von Training und Spielen festigt.

So saß man lange zusammen, plauderte, lachte und schmiedete Pläne. „Es wäre schön, wenn die Teams sich auch gegenseitig bei ihren Heimspielen unterstützen“, wünschte sich Jungwirth. Der erste Schritt in diese Richtung ist jedenfalls getan – mit einem Abend, der Sport, Gemeinschaft und Spaß perfekt vereinte.

Oder kurz gesagt: Ein voller Erfolg!

Autorin: Melanie Bürkle



ist. Nachdem ihre Jugendzeit als Spielerin endet, wird sie den SVK in Richtung Schozach-Bottwartal mit Zweitspielrecht bei Frisch Auf! Göppingen verlassen. Liebe Aylin, danke für alles und wir sind sehr stolz auf dich und deine Entwicklung!

Die Saison 25/26 wird auch die erste Saison unter der Fahne des neuen baden-württembergischen Handballverbands sein. Für manche SVK-Teams bedeutet dies, dass sie sich nicht nur gegen (noch) unbekannte Gegner aus Baden oder Südbaden messen dürfen, sondern gleichzeitig auch längere Fahrtwege auf sie zukommen können – sowohl in der Regionalliga, aber auch auf Bezirksebene. Es wird spannend zu sehen, wie sich der SVK hier präsentieren wird.

Deshalb sind wir stolz, dass sich die weibliche und männliche A-Jugend hauptsächlich mit Spielern bzw. Spielerinnen aus

dem jüngeren Jahrgang für die Regionalliga qualifizieren konnten. Unsere B-Jugend und die weibliche C1 dürfen sich auf Verbandsebene unter Beweis stellen und auch bei allen anderen Jugendmannschaften sind wir uns wegen der hervorragenden Arbeit der Trainerinnen und Trainer ziemlich sicher, dass sie auf Bezirksebene für Furore sorgen werden.

Unser Förderkonzept mit dem Individualtraining zeigt auch in diesem Jahr Früchte und beweist, dass wir in Kornwestheim nach wie vor eine gute Adresse für leistungsorientierten Handball sind. Wir sind besonders stolz auf unsere Spieler, die in verschiedenen Auswahlmannschaften eine zusätzliche Förderung bekommen.

An dieser Stelle bleibt uns nur noch, allen Trainerinnen, Trainern, Spielerinnen, Spielern

und vor allem auch den Eltern ein großes Dankeschön zu sagen. Ohne euch wären wir nicht da, wo wir jetzt gerade sind. Euer Engagement ist essentiell für unseren Erfolg! Nichtsdestotrotz sind wir jederzeit weiterhin auf der Suche nach Leuten, die sich engagieren wollen: sei es als Trainer, Betreuer oder Schiedsrichter. Die Handballfamilie freut sich über jedes neue Gesicht.

Bei Interesse meldet euch sehr gerne bei uns.

Eure Jugendleitung
Sanchia Fidlín und Philipp Wolf

Kontakt
E-Mail: handball-jugend@sv-kornwestheim.de

Handball

Handballcamp trotzt Wasserschaden

Die Organisatoren des SV Kornwestheim schaffen spontan Abhilfe nach der Sperrung der Sporthalle Ost – dank des Einsatzes einer Bürgermeisterin

Mit lautem Gebrüll stürmen die Mädchen und Jungen in ihren blau-weißen SVK-Trikots in die Mensa der Philipp-Matthäus-Hahn-Gemeinschaftsschule (PMH). Wo eben noch nur das leise Klirren von Besteck und das Knacken frisch geschnittener Äpfel zu hören war, pulsiert plötzlich das Leben. Der hungrige Handballnachwuchs stellt sich ordentlich, aber auch unüberhörbar in Reih und Glied und wartet, um eine Portion Spätzle mit Geschnetzeltem zu bekommen – frisch geliefert von der Metzgerei Schlag. Eltern und Helfer schwingen die Kellen im Sekundentakt, denn 90 knurrende Mägen wollen in Kornwestheim und weitere 35 in der Sporthalle in Möglingen satt werden.

Dass das viertägige Handball-Camp des SV Kornwestheim letztendlich trotz der widrigen Umstände so reibungslos laufen konnte, ist vor allem der Hauptorganisatorin Sina Ladenburger zu verdanken. Die Bachelor-Studentin beim SVK musste nämlich übers Wochen-

ende die gesamte Planung auf den Kopf stellen, nachdem die Sporthalle Ost wegen des Wasserschadens unerwartet gesperrt blieb. „Das war schon ein sehr großer Aufwand“, sagte Ladenburger. Denn eigentlich hätte die Osthalle nicht nur als Trainingsort für die größte Gruppe mit 35 Nachwuchshandballern gedient, sondern auch als zentraler Treffpunkt für alle Teilnehmer zum Mittagessen.

Doch Ladenburger und ihr Team bewiesen Improvisati-



onstalent: Über ein am Camp teilnehmendes Kind ergab sich der Kontakt zu Angela Schulze, der Leiterin der Schulkindbetreuung an der PMH. Sie stellte ohne zu zögern die Mensa zur Verfügung. Parallel konnte Ladenburger dank ihrer Verbindungen aus ihrem Freiwilligen Sozialen Jahr in Möglingen schnell Ersatz für die Trainingshalle finden. Möglingens Bürgermeisterin Rebecca Schwaderer persönlich setzte sich dafür ein, dass die Stadionhalle unkompliziert bereitgestellt wurde.

„Wir hatten echt Glück, dass alle so hilfsbereit und verständnisvoll waren“, fasste Ladenburger erleichtert zusammen. Eltern organisierten Fahrgemeinschaften, der Verein half mit einem Shuttle aus – und so konnte das Camp wie geplant starten.

Vier Tage lang trainierten nun also insgesamt 125 Kinder in Kornwestheim und Möglingen. Täglich standen vormittags und nachmittags zwei Stunden



Handball auf dem Programm. Jeweils zehn Trainerinnen und Trainer, teils auch unterstützt von Spielern der Drittligamannschaft, brachten den Nachwuchssportlern altersgerecht Grundlagen wie Ballwurf, Sperren, Eins-gegen-Eins und Spieltaktik näher. Trainiert wurde in der Kornwestheimer Stadionhalle, der Rechberghalle, der Sporthalle der Theodor-Heuss-Realschule, in der PMH – und eben auch in Möglingen.

Als die Osthalle am Mittwochmittag wieder offiziell freigegeben wurde, trafen sich alle Teilnehmer am Donnerstag – dem letzten Trainingscampstag – zum großen gemeinsamen Abschlussessen. Abteilungsleiter Mirko Henel zollte dem Organisationsteam des Handballcamps großen Respekt: „Ich kann nicht hoch genug wertschätzen, was alle Beteiligten da im Hintergrund in der Kürze der Zeit geleistet haben.“

Auch Ladenburger zog trotz des chaotischen Starts und der etlichen Telefonate, die nötig waren, ein äußerst zufriedenes Fazit: „Nach den vier Tagen sind wir alle platt – aber es war am Ende wieder ein super tolles Camp mit ganz vielen strahlenden und glücklichen Gesichtern und ganz viel Spaß bei allen Beteiligten.“

Autorin: Melanie Bürkle

"Habe immer wieder Lust, Teil dieses Ganzen zu sein!"

Auch nach neun Jahren im Amt bringt Kornwestheims Trainer Alexander Schurr noch jede Menge Energie, Emotion und Engagement mit.

Handballtrainer Alexander Schurr schätzt es, dass er beim SV Kornwestheim die Chance hat, viel zu lernen, viel auszuprobieren, kreativ zu sein und sich persönlich weiterzuentwickeln. Das Interview aus der Kornwestheimer Zeitung.

Herr Schurr, Sie sind seit neun Jahren Cheftrainer. Was ist nach dieser langen Zeit Routine, und wie viel Neues bringen Sie noch ein?

Natürlich haben sich über die Jahre auch gewisse Routinen entwickelt – und die sind wichtig. Es braucht aus meiner Sicht feste Strukturen, um eine Mannschaft aber auch ein Trainer- und Betreuerteam in dieser Liga erfolgreich zu führen. Die Kunst und Herausforderung liegt darin, die Werte, die dem Verein und dem Team wichtig sind, gemeinsam zu entwickeln, dann zu transportieren und stetig weiter daran zu arbeiten. Aber auch bei unseren täglichen Trainingseinheiten sind Routinen sehr wichtig. Es stehen eine begrenzte Anzahl von Trainingseinheiten, die man pro Woche hat, zur Verfügung. Da kann man das Training nicht jedes Mal komplett neugestalten, da dies in der Erklärungsphase häufig zu viel Zeit in Anspruch nehmen und so die Anzahl der Wiederholungen darunter leiden würde. Eine

Trainingseinheit bei mir baut also gerne auf Bewährtem auf, wird dann aber immer wieder angepasst und verändert.

Das heißt, Routine bringt viele Vorteile?

Unbedingt, wenn man sie mit Innovation paart. Der Prozess, dass eine Mannschaft die eigenen Werte tief verinnerlicht und diese auch an junge Spieler weitergibt, ist enorm wichtig. Erst dann greift eine Teamphilosophie richtig. Ziel ist, dass erfahrene Führungsspieler hinter dieser Philosophie stehen und im Team bleiben. Junge und neue Spieler können sich dadurch dann schneller orientieren und einfügen. Wer zum Beispiel in Kornwestheim als Neuzugang bereit ist, die Teamphilosophie mitzutragen, ist superschnell integriert und nimmt auch für sich viel Positives, auch in der Persönlichkeitsentwicklung, mit.

Ihre Arbeit besteht darin, junge Talente zu fördern und erfahrene Spieler zu halten. Warum bleiben gestandene Kräfte wie beispielweise Tinti, Döll, Kazmeier oder Reusch so lange im Verein?

Unser Spielkonzept bietet eine äußerst stabile Basis. Darauf können wir aufbauen und Anpassungen zulassen – dabei soll

dann natürlich auch Platz für Kreatives sein. Unter der Woche ist unser Spiel ein „Coaches Game“, wo wir als Trainer sehr viel bestimmen und entscheiden können, aber spätestens mit Spielbeginn wird es zum „Players Game“. Da müssen die Spieler entscheiden und handeln. Es ist dann ihr Spiel und der Trainer ist verhältnismäßig unwichtig. Das ist auch gut so. Diese Selbstständigkeit gilt es in meinen Augen zu fördern. So bekommen erfahrene Spieler bei mir immer wieder neue und herausfordernde Aufgaben aber auch sehr viel Mitspracherecht. Das Fördern und Fordern von erfahrenen Spielern halte ich manchmal für unterschätzt, da man oft denkt, dass die Lernbereitschaft fehlt. Dies habe ich bisher anders erlebt. Fördern und Fordern gilt im Übrigen auch für den Trainer (lacht). Auch ich möchte mich ständig weiterentwickeln und auch permanent fordern.

Und wie machen Sie das?

Ich versuche mir regelmäßig neue Impulse zu holen, auch mal über den Tellerrand zu schauen. Sehr gerne auch bei anderen Sportarten und anderen Trainerkolleg*innen. Dabei hilft mir natürlich mein Beruf, da ich sehr viele Möglichkeiten habe, mich mit sportwissenschaftlichen Experten aus verschiedenen Feldern auszutauschen. Dadurch bleibt es für mich, für alle in der Mannschaft, das gesamte Umfeld und letztendlich auch für die Zuschauer hoffentlich immer spannend.

Sie haben bereits mehrfach betont, dass die dritte Liga finanziell für den SVK eine große Herausforderung ist. Was würde eine Budget-Erhöhung für den Verein bedeuten?

Ich glaube es ist uns in den letzten Jahren gelungen, sehr viel

aus unseren Möglichkeiten zu machen. Sportlich standen wir die letzten Jahre sehr sehr gut da. Mehr Geld würde und sollte vor allem in die Rahmenbedingungen fließen: LED-Banden, eine moderne Spielanzeige – das wäre wichtig, um mit anderen Vereinen mithalten. Auch unsere langjährigen Leistungsträger und das gesamte Team könnten wir für das große Engagement besser entlohnen. Das hätten Sie allemal verdient. Aber: Um den nächsten großen Step zu machen, gar Richtung 2. Bundesliga zu spielen, da sprechen wir von viel mehr als einer kleinen Budgeterhöhung. Daher spielen solche Gedanken hier keine Rolle.

Das heißt, Geld würde sportlich wenig verändern?

Puh, ja und nein. Ich kann nur nochmal betonen, jeder einzelne Euro mehr würde der Abteilung guttun und würde im Dienst des Spiels eingesetzt. Was mich freut ist, wie verantwortungsbewusst die Abteilung mit diesem Thema umgeht und vor allem, dass unsere Spieler sich in Kornwestheim so wohlfühlen, dass das Finanzielle für unsere Jungs nicht der entscheidende Antrieb ist.

Nicht nur für die Jungs, wie ich gehört habe für Sie auch nicht. Was ist denn dann die Motivation, das neunte Jahr in Folge in Kornwestheim zu verbringen?

Die Aufgabe als Trainer ist mit sehr viel zeitlichen Entbehrungen und mit sehr viel Verantwortung verbunden. Es ist aber auch immer wieder eine tolle Herausforderung. Ich prüfe mich daher immer sehr genau, ob ich weiter bereit bin, so viel Energie und Einsatz zu bringen, wie es für ein Engagement auf diesem oder einem noch höheren Niveau notwendig ist. Aber

bisher habe ich immer wieder neu Lust, Teil dieses Ganzen hier zu sein. Die Spieler und ich erleben in Kornwestheim große Wertschätzung, Loyalität und Ehrlichkeit – das spielt eine große Rolle.

Zudem ist es aus meiner Sicht als Trainer sehr wichtig die Aufgabe und Rolle, die man hat, sehr genau zu verstehen. Der Gedanke und auch die Aufgabe, die uns hier in Kornwestheim eint, ist, es erneut möglich zu machen, mit unseren begrenzten Möglichkeiten die Top Teams der Liga zu ärgern und mit vielen Eigengewachsen attraktiven Handball in der dritten Liga zu spielen.

Bei einem anderen Verein kann die Aufgabe dann aber z.B. Aufstieg oder Klassenerhalt lauten. Dies als Trainer für sich klar zu haben, ist aus meiner Sicht sehr wichtig für die eigene Rollenbestimmung.

Ein Trainerkollege hat anscheinend letzte Saison zu Ihnen gesagt, dass in einem Allstar-Team der 3. Liga kein Kornwestheimer Spieler dabei wäre. Was halten Sie von dieser Einschätzung?

Ich war natürlich anderer Meinung (lacht), aber im ernst das hat er mit lobenden Worten gemeint, da wir ja wieder eine tolle Runde gespielt haben. So habe ich das auch empfunden. Er hat mir bzw. uns als Team viel Wertschätzung entgegengebracht. Mir zeigt das, dass wir vor allem auch als Kollektiv funktionieren und jeder hier das Maximum aus sich herausholen kann.

Überspitzt gesagt könnte man sagen, Kornwestheims Spieler haben nur hier eine Chance.

Tatsächlich ist es so, dass viele unserer Jungs in Kornwestheim zu dem geworden sind,



was sie heute sind. In anderen Vereinen hätten sie diese Möglichkeit vielleicht so nicht bekommen. Aber jetzt sind viele von unseren Spielern in der Liga beliebt. Das merken wir ja auch daran, dass es immer wieder Abwerbungsversuche gibt. Doch die Jungs schätzen das Umfeld hier sehr und sind sehr loyal.

Unsere gemeinsame Motivation ist es, aus dem wenigen, was wir haben, etwas Starkes zu formen. Das ist auch meine persönliche Challenge – deshalb bin ich am Seitenrand oft so ein energischer Typ. Ich stecke extrem viel Energie in unser Team und genau deshalb bin ich so emotional dabei. Ich möchte die Mannschaft mit Leben füllen und glaube jedes Jahr aufs Neue daran, dass wir in dieser Liga etwas mehr als nur bestehen können. Das motiviert mich auch im neunten Jahr, alles zu geben.

Ligatechnisch ist der nächste Schritt für mich hier in Kornwestheim nicht möglich. Aber ich habe die Chance, viel zu lernen, viel auszuprobieren, kreativ zu sein und mich persönlich weiterzuentwickeln.

Herzlichen Dank Herr Schurr!

Das Gespräch führte Melanie Bürkle.



BMX

Regula Runge gewinnt 20. Deutschen Meistertitel



Die Saison 2025 lief für die Kornwestheimerin bisher durchwachsen. Nach der Verletzung bei den Olympischen Spielen 2024 in Paris arbeitete Regula den ganzen Winter mit bayrischen Reha-Spezialisten, um wieder schmerzfrei laufen und vor allem auf dem Rad zu sein.

Ihr erstes Rennen war der UEC European Cup in Lempdes, Frankreich. Danach ging es zum ersten Weltcup-Wochenende nach Sarrians, Frankreich. Hier hatte Regula leider im Training einen schweren Hitzschlag und der offizielle UCI Rennarzt verweigerte ihr den Start.

Nun stand das Highlight der deutschen Saison an: Deutsche Meisterschaft in Erlangen.

Regula fuhr solide Läufe und gewann ihren insgesamt 20. Deutschen Meistertitel in Elite Women.

Passion for painters

100% Made in Germany

WIR BILDEN AUS (m/w/d)

- Industriekaufmann
- Fachinformatiker, Systemintegration
- Industriemechaniker

SATA – WER WIR SIND

- 288 Mitarbeiter
- Metall-Industrie
- 92 Millionen Umsatz
- 100 Exportmärkte
- Hohe Übernahmechancen
- In Kornwestheim

Schon berufserfahren?

Neben Azubis suchen wir auch Profis.

INFO

www.sata.com/jobs

Senioren

30.10.2025 →

Mit dem „Kleinen Stuttgarter“ Ausfahrt nach Lahr zur Chrysanthemenwelt.
Abfahrt ist um 8.00 Uhr in Kornwestheim an der Haltestelle am „K“. Um 10.30 Uhr haben wir eine historische Stadtführung in Lahr, die ca. 90 Minuten dauert. Dabei können wir die wunderschönen Chrysanthemen bewundern. Wir haben danach genügend Zeit, die Stadt nach eigenen Interessen zu erkunden. Um 16.30 Uhr haben wir in Freudenstadt in der Kniebushütte reserviert, wo wir Schwarzwaldspezialitäten essen und trinken können. Rückkehr gegen 18.00 Uhr
Kostenpunkt: EUR 50,00
Anmeldung bitte bis: 17.10.2025

14.11.2025 →

Mit dem „Kleinen Stuttgarter“ zum Gänse-Besen nach Fellbach. Variationen von Gänsebraten, leckeren Desserts und passende Weine vom eigenen Weingut Bauerle warten dort auf Euch!
Treffpunkt ist die Haltestelle am „K“ um 11:00 Uhr
Rückkehr gegen 16:00 Uhr.
Die Fahrkosten für den Bus betragen EUR 15,00
Anmeldung bitte bis: 03.11.2025

Anmeldungen für sämtliche Veranstaltungen telefonisch bei der Geschäftsstelle.
Anrufzeiten: Montag bis Freitag von 9:00 – 11:30 Uhr
Tel. 07154 / 8308-30 oder unter 07154/8308-12 oder per Mail unter svksenioren@sv-kornwestheim.de

Bezahlung der Ausfahrten
Die Bezahlung hat grundsätzlich per Überweisung auf das Konto SVK-Senioren Kornwestheim bei der VR - Bank Ludwigsburg zu erfolgen.
IBAN: DE91 6049 1430 0471 2360 20

Seniorenveranstaltungen
"Gemeinsam über Jahre"
Der SV Salamander Kornwestheim schreibt und lebt eine lange Sportgeschichte!

Daran sind Mitglieder aller Altersgruppen beteiligt!

Vor allem aber sind es unsere älteren und langjährigen Mitglieder, die diese Geschichte pflegen! Für diese Mitglieder veranstalten wir verschiedene Ausflüge und Festchen, damit gemeinsame Aktivitäten erzählt und erlebt werden können!

Denksportler
für Ballsportler

Seit vielen Jahren unterstützen wir aktiv die Handballer des SVK und werden auch in Zukunft für sie und ihre Ziele am Ball bleiben.

holzbaur & partner

STEUERBERATER UND WIRTSCHAFTSPRÜFER

Stuttgarter Straße 30 70806 Kornwestheim
Telefon 07154/81600-0 mail@holzbaur.com

23



Unser Herbstknaller

Nur bis 19. Oktober!

Trainiere 2 Monate gratis!

Spare bis zu 224,- €

www.funsportzentrum.de



Das FUN

Familiäre Atmosphäre • Kontinuierliches Betreuungskonzept
Kostenlose Trainertermine • Individuelle Trainingsplanerstellung



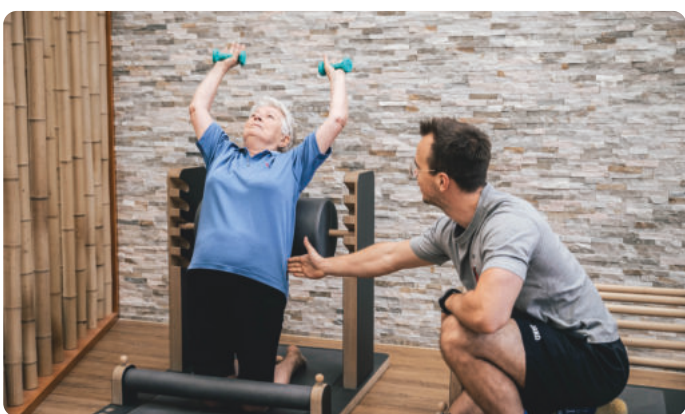
Kostenlose Parkplätze • Außenterrasse mit Blick ins Grüne
Gemütliches Bistro • Außensportbereich



Athletik Trainingsbereich • Funktioneller Trainingsbereich
Großer Gerätepark • Milon Zirkel



Five Rückenzentrum • Abwechslungsreiches Kursprogramm
Saunabereich • Helle und freundliche Kursräume



Kostenloser Trinkwasserspender • Keine versteckten Kosten
Regelmäßige Mitgliederevents • Kostenlose Gesundheitsvorträge



FUN - Spotlight

Dein Badmintonspaß auf vier Plätzen!

4 Plätze, volle Action & Sauna inklusive!

Ihr wollt schnelle Ballwechsel, faire Preise und danach kostenlos in unserer Sauna entspannen? Dann seid ihr bei uns genau richtig. Im FunSportZentrum Kornwestheim könnt ihr euer Können bei jedem Wetter auf vier topgepflegten Badminton-Courts unter Beweis stellen!

Egal ob ihr mit festem Spielpartner, im Team, mit Freunden oder der Familie spielen wollt, wir laden euch herzlich ein vorbeizukommen um euch bei ein paar flotten Ballwechseln so richtig auszupowern.

Warum bei uns aufschlagen?

- **Vier Plätze** - topgepflegt und bei jedem Wetter bespielbar
- **Beste Preise** im Umkreis – bis zu 30% günstiger als die Konkurrenz
- **Sauna gratis** – Schwitzen, spielen, saunieren ... alles in einem Preis
- **Preis gilt pro Platz**, unabhängig von der Spielerzahl
- **Ermäßigung** für SVK-Mitglieder, Schüler, Azubis & Studierende
- **Leihschläger**: 3,-€ pro Schläger, inklusive Ball



Jetzt Court buchen unter 07154 / 83 08 15
Bald auch per Onlinebuchung über www.funsportzentrum.de

Dein Squashspaß auf vier Courts!

4 Courts, volle Action & Sauna inklusive!

Lust auf schnelle Ballwechsel, ein faires Miteinander und entspannte Auszeiten danach? Bei uns im FunSportZentrum Kornwestheim erwarten euch vier gepflegte Squash-Courts, die euch bei jedem Wetter ein energiegeladenes Spielerlebnis bieten – egal ob mit Freunden, der Familie oder eurem festen Spielpartner.

Erlebt gemeinsam die Dynamik des Spiels, powert euch aus und genießt im Anschluss die wohltuende Wärme unserer Sauna – alles inklusive und in freundlicher Atmosphäre.

Warum bei uns aufschlagen?

- **Vier Courts** - topgepflegt und bei jedem Wetter bespielbar
- **Beste Preise** im Umkreis – bis zu 30% günstiger als die Konkurrenz
- **Sauna gratis** – Schwitzen, spielen, saunieren ... alles in einem Preis
- **Preis gilt pro Platz**, unabhängig von der Spielerzahl
- **Ermäßigung** für SVK-Mitglieder, Schüler, Azubis & Studierende
- **Leihschläger**: 3,-€ pro Schläger, inklusive Ball



FUN - Spotlight



Indoor-Basketball in unserem FUN-Court

Der Herbst zieht ein und du suchst eine Sporthalle?

Ihr habt Lust auf schnelle Dribblings, packende Würfe und spannende Matches unterm Hallendach? Dann seid ihr bei uns genau richtig! Auf unserem FUN-Court könnt ihr Basketball spielen – ganz egal ob ein spontanes Match mit Freunden, ein Team-Training oder einfach ein paar lockere Körbe werfen zum Auspowern.

Der Court ist mit zwei Basketballkörben ausgestattet und bietet die perfekte Umgebung für temporeiche Spiele bei jedem Wetter. Und das Beste: Wer Lust hat, kann den FUN-Court auch für Kleinfeldfußball nutzen – Abwechslung garantiert!

Weitere Facts zum FUN-Court:

- **Basketball/Mini-Fußball** - bei jedem Wetter bespielbar
- **Beste Preise** im Umkreis – bis zu 30% günstiger als die Konkurrenz
- **Sauna gratis** – Schwitzen, spielen, saunieren ... alles in einem Preis
- **Preis gilt pro Court**, unabhängig von der Spielerzahl
- **Ermäßigung** für SVK-Mitglieder, Schüler, Azubis & Studierende
- **Leihball:** 3,-€



Jetzt buchen unter 07154 / 83 08 15
Bald auch per Onlinebuchung über www.funsportzentrum.de

NEU für unsere Mitglieder im FunSportZentrum Das FUN-Genusspäsle

Die Idee dahinter? Einmal im Monat tischen wir für unsere Mitglieder eine kleine, kostenlose Leckerei für auf – einfach so, als Dankeschön für's Dabeisein. Zur Premiere gab's süße, erfrischende Melone – frisch aufgeschnitten und über den ganzen Tag hinweg in unserem FUN Bistro bereitgestellt. Jeden Monat wartet eine andere Leckerei um fit und gestärkt ins Training starten zu können.

Wir haben einige Impressionen der bisherigen Termine für euch zusammengestellt - freut euch auch schon auf das nächste Päsle im Oktober!



Rückblick - Der erste Sommer mit unserer Klimaanlage

Ihr habt euch eine Klimaanlage gewünscht – und wir haben geliefert! In unserer großen FUN-Zufriedenheitsstudie 2024 war sie einer der meistgenannten Wünsche: Ein angenehmes Raumklima beim Training, auch wenn draußen die Temperaturen steigen.

Seit dem 9. Juni 2025 ist unsere neue Klimaanlage mit Wind-Free™ 360°-Technologie offiziell in Betrieb. So habt ihr auch bei hohen Außentemperaturen in einer frischen, gleichmäßig temperierten Umgebung trainiert.

So lief der Einbau ab: Am 26. Mai ging's los: Zuerst wurden die Außengeräte auf dem Dach montiert, danach die Kühlleitungen verlegt und abschließend die Airflow-Deckenkassetten im Studio-Obergeschoss installiert. Trotz der Bauarbeiten blieb der Trainingsbetrieb für euch durchgehend geöffnet – danke an dieser Stelle für euer Verständnis!

Wir freuen uns sehr, dass wir euch diesen Wunsch erfüllen konnten. Der nächste Sommer wird kommen – und wir wünschen euch schon jetzt viel Spaß bei eurem coolen Training im FUN!



FUN - Training

Neu im Trainerteam

Wir begrüßen Justin Polito als neuen Trainer

Wir freuen uns, dass Justin seit September unser Trainer-Team bereichert.
Justin verfügt über folgende Qualifikationen:

- Athletiktrainer
- Gesundheitstrainer
- Sportrehabilitationstrainer
- Ernährungstrainer B-Lizenz

Justin ist für euch zu folgenden Zeiten im Studio:

- Montags 08:00 - 12:00 Uhr
- Dienstags 08:00 - 12:00 Uhr



Neues Equipment für den Outdoor-Bereich

Unser Outdoor-Bereich hat Zuwachs bekommen! Ab sofort stehen euch dort noch mehr Möglichkeiten für ein abwechslungsreiches und effektives Outdoor-Training zur Verfügung.

Neu im Angebot sind ein komplettes Kurzhantel-Set von 2,5 bis 30 kg sowie ein Kettlebell-Set von 4 bis 32 kg. Damit könnt ihr euer Krafttraining jetzt noch individueller gestalten. Für Sprungkraft und Athletiktraining haben wir außerdem eine weitere Sprungbox angeschafft. Wer es gerne intensiv mag, kann sich am neuen Gewichtsschlitten zum Schieben und Ziehen austoben – perfekt für Kondition, Kraft und Durchhaltevermögen. Ergänzt wird das Ganze durch verschiedene Kleingeräte, die zusätzliche Abwechslung ins Training bringen.



Mit diesem erweiterten Equipment möchten wir unseren Mitgliedern noch mehr Vielfalt und die besten Voraussetzungen für ein motivierendes Training unter freiem Himmel bieten. Probiert die neuen Geräte gerne aus – unsere Trainer geben euch bei Bedarf Tipps zur richtigen Anwendung.



Investition in die besten Trainingsgeräte für unsere Mitglieder

Im FUN steht die Trainingsqualität immer an erster Stelle. Deshalb haben wir in den letzten Jahren unseren Ansatz bei der Geräteauswahl verändert: Statt ausschließlich auf einen Hersteller zu setzen, vergleichen wir gezielt verschiedene Anbieter – und wählen für euch genau die Geräte aus, die in ihrer Kategorie die besten Ergebnisse liefern.

Der Startschuss fiel mit dem Umbau unseres Studios: Mit dem milon-Zirkel, dem neuen Athletik-Bereich und dem einzigen Outdoor-Trainingsbereich in Kornwestheim haben wir eine wichtige Grundlage geschaffen. Darauf folgten echte Highlights wie die Treppensteiger von Stairmaster für ein intensives Ausdauertraining, die Rogue Rhino Belt Squat Maschine, die ein effektives Beintraining ohne Belastung des Rückens ermöglicht, sowie die Hip-Thrust-Maschine von GluteBuilder, die das Gesäß gezielt stärkt.



Auch in diesem Jahr investieren wir weiter in Qualität: Die Rudermaschine von Hoist sorgt für ein besonders natürliches Bewegungsmuster, zwei legendäre Nautilus-Geräte – Latzug und Brustpresse – bieten maximale Muskelreize, eine butterweich laufende Klimmzugmaschine von Hammer Strength garantiert höchsten Trainingskomfort, und die renommierte Beinstrecker-/Beinbeuger-Kombination von Schnell ermöglicht ein intensives und zugleich gelenkschonendes Beintraining. Die letzten beiden Geräte sind bereits bestellt und treffen in den kommenden Wochen bei uns ein.

Wir sind überzeugt: Mit dieser Auswahl schaffen wir für unsere Mitglieder ein vielseitiges, hochwertiges und motivierendes Trainingserlebnis. Unsere Trainer stehen selbstverständlich jederzeit bereit, um euch bei der richtigen Einstellung der Geräte und der optimalen Übungsausführung zu unterstützen.



FUN Friends Day – Gemeinsam trainieren, gemeinsam profitieren!

Im FunSportZentrum wird Freundschaft großgeschrieben: Jeden ersten Dienstag im Monat kannst du deine Freunde kostenlos mit zum Training bringen – unverbindlich und voller Spaß! Testet gemeinsam unser Studio, powert euch aus und erlebt Training auf allen Ebenen.

Das Beste: Schließen deine Freunde danach einen Vertrag ab, erhältst du einen Gratismonat – und deine Freunde trainieren bis Monatsende kostenlos mit. Je mehr Freunde du mitbringst, desto mehr Gratismonate gibt's für dich!

Also: Markier dir den nächsten Friends Day im Kalender und kommt einfach vorbei – ganz ohne Anmeldung!

FUN - Kursbetrieb

Der FUN-Kursbetrieb startet mit viel Energie in den Herbst 2025

Der FSZ-Kursbetrieb startet mit erweitertem Kursangebot in den Herbst 2025

Im FunSportZentrum bieten wir im Herbstplan wöchentlich 50 Fitness-Kurse. Egal, ob man seine Ausdauer verbessern, Muskeln aufbauen oder einfach nur Stress abbauen möchte – hier findet man garantiert seinen Lieblingskurs!

Im Kursbetrieb des FunSportZentrums wird man bestens bewegt. Jeder sucht sich einen Platz und los geht's mit lockerem, schwungvollem und abwechslungsreichem Warm Up am Platz. Beine, Arme, Schultern – Schritte, Rhythmus, Schwung – die Bewegungen sind vielseitig, funktionell und für jedes Alter geeignet.

Die Kursleiter sagen die Bewegungen an und motivierende Musik gibt den Takt vor. Beim Work Out werden diverse Kleingeräte eingesetzt. Ob Redondo-Ball, Hanteln, Stab, Elastiband, Ball, Step oder nur die Gymnastikmatte – wir trainieren Körperspannung, Beweglichkeit, Gleichgewicht und allgemeine Kraftausdauer.

Dabei wird immer darauf geachtet, dass die Übungen rücken-, gelenkschonend und stabilisierend angeboten werden. Im Vordergrund steht die Freude an der Bewegung und das Wissen, etwas sehr Gutes für die Gesundheit getan zu haben.

Die Kurse werden von ausgebildeten und erfahrenen Kursleitern geleitet. Gerne beraten unsere Trainer Interessierte über das Kursangebot.

Für Kursteilnehmer bieten wir diese Teilnahmemöglichkeiten:

- Einzeleintritt zum „Schnuppern“
- 15er Kurskarten
- Vollmitgliedschaft im FunSportZentrum

Für die Kursbuchungen nutzen wir jetzt die Buchungs-Software von Eversports. Damit man einen Kurs online buchen kann, muss man sich zunächst einmal bei Eversports registrieren.

Auch ist eine telefonische Anmeldung zu den Kursen möglich, ebenso über unsere Internetseite.

Kursplan ab 01.10.2025

Athletik Bereich / Outdoor						
Montag	09:30 RückenFit	10:30 Fit 50+	17:30 RückenFit	18:30 F-Step	19:30 PowerMix	
			17:30 Functional Step	18:30 Bodystyle & Stretching		
				18:45 Jumping Fitness		
Dienstag	09:00 RückenFit	10:00 Pilates		18:00 Aerobic Bodystyle	19:00 Step	18:00 HybridFit Willi
				18:00 PowerMix	18:00 Cycling	19:00 Cycling
			17:15 Pilates	18:15 Yoga	19:15 Jumping Fitness	19:00 HybridFit Willi
Mittwoch	09:30 Step	10:30 Fit 50+			19:00 Zumba	20:00 Stretching & Entspannung
	09:15 Cycling		NEU! 18:00 Power Ride	18:00 Jumping Fitness	19:10 Pilates	
Donnerstag	09:30 Step	10:30 Fit 50+	17:30 RückenFit	18:30 TRX	20:00 Yoga	19:10 HybridFit Dome
				18:30 Workout of the Day	19:30 Stretching	
				18:30 Jumping Fitness	19:30 Zumba	19:30 Cycling
Freitag	NEU! 07:10 Power Ride	NEU! 11:00 Wirbelsäulengymnastik	16:00 RückenFit	17:00 PowerMix	18:00 F-Step	
				17:00 Step	18:00 Stretching	
Sonntag	10:00 Step	10:00 Cycling	11:00 Bodystyle			
	Jeden 1. Sonntag im Monat					
	10:00 Zumba	11:00 Jumping Fitness				

!!! Eine Reservierung ist für alle Kurse erforderlich. Dies geht bevorzugt über die eversports App. Alternativ auch telefonisch unter 07154/83 08 15.

Neu im Kursplan

Power Ride

Hier treffen intensive HIIT-Intervalle auf mitreißende Beats und kleine Choreographien direkt auf dem Bike. Tritt im Rhythmus der Musik, spür den Flow und push dich an deine Grenzen – gemeinsam in der Gruppe macht es doppelt so viel Spaß!

Ob am Mittwoch um 18:00 Uhr zum Auspowern nach Feierabend oder am Freitagmorgen um 07:00 Uhr, um voller Energie ins Wochenende zu starten – dieser Kurs bietet dir die perfekte Mischung aus Ausdauer, Beats und guter Laune.

- Mittwoch, 18:00 Uhr mit Jessi und Caro
- Freitag, 07:10 Uhr mit Caro



Wirbelsäulengymnastik

Meldet sich immer wieder dein Rücken? Dann wird dieser neue Kurs der richtige für dich sein: Wirbelsäulengymnastik ist eine Kombination von Fitnessübungen speziell für den Rücken. Sie wird von ausgebildeten Trainern angeleitet und kräftigt den gesamten Rumpf. Sie kann zur Prävention und zur Behandlung von Rückenschmerzen eingesetzt werden. Erlerne dabei Übungen, die den Rücken stärken und bekomme Tipps für einen rückschonenden Alltag.

- Freitag, 11:00 Uhr mit Pavel



FUN - Kursbetrieb

Neu im Kursbetrieb

Wir begrüßen Tabea Müller als neue Kursleiterin

Ich bin Tabea, 29 Jahre und ich bin ausgebildete Jumping-Fitness-Trainerin. Seit Herbst 2023 gebe ich mit viel Leidenschaft Kurse auf dem Trampolin – eine Sportart, die nicht nur Kondition, Kraft und Koordination trainiert, sondern vor allem richtig gute Laune macht.

Hauptberuflich arbeite ich bei der Landeshauptstadt Stuttgart als Teamleitung im Personalmarketing. Wenn ich mal nicht auf dem Trampolin stehe, bin ich gerne mit Freunden unterwegs, kreativ beim Malen oder Armbänder gestalten oder erkunde die Berge beim Wandern und Klettern. Ich freue mich sehr, nun Teil des FUN-Teams zu sein und meine Begeisterung für Bewegung und Musik mit euch in den Kursen zu teilen.



Neu im Kursbetrieb

Wir begrüßen Christian Arens als neuen Kursleiter

Hallo liebe Cycling-Fans,

mein Name ist Christian Arens, ich bin 51 Jahre alt und ab Oktober werde ich einen Cycling-Kurs am Freitag anbieten. Am Cycling reizt mich, dass ich mich zu motivierender Musik richtig auspowern kann, das Gefühl den Körper ordentlich zu fordern. Wenn auch euch das reizt, freue ich mich euch in meinem Cycling-Kurs zu treffen.



Auf viele tolle und gemeinsame Stunden!

Neu im Kursbetrieb

Wir begrüßen Michaela Lieb als neue Kursleiterin

Hallo liebe FunSportZentrum- und Vereinsmitglieder, mein Name ist Michaela Lieb, ich bin 52 Jahre alt, verheiratet, Mutter eines Sohnes und lebe in Ludwigsburg. Seit 2000 arbeite ich im Bereich Aerobic und Groupfitness und habe verschiedene Ausbildungen unter anderem in Aerobic, Pilates und Step absolviert. Besonders wichtig ist mir, die Freude an Bewegung weiterzugeben.

Ich freue mich sehr darauf, mein Wissen und meine Leidenschaft im Sportstudio einzubringen und gemeinsam mit euch aktiv zu sein!



Advents-Cycling-Night im FunSportZentrum am 12. Dezember 2025

Schon jetzt den Termin für die nächste Cycling-Night im FunSportZentrum reservieren.

Am Freitag, 12. Dezember werden die FSZ-Cycling-Trainer wieder eine Cycling-Night bei fetziger Musik, romantischem Kerzenlicht und sportgerechter Verpflegung organisieren.

Gestartet wird um 18 Uhr auf unseren 17 Rädern im Gymnastiksaal 4 des FunSportZentrums. Jede dreiviertel Stunde wechseln die Cycling-Trainer auf dem Podium. Die teilnehmenden Sportler können wählen, ob sie eine, zwei, oder drei Einheiten auf dem Rad ihre Kalorien verbrennen möchten.

Rechnet man für eine Stunde Cycling ungefähr 600 bis 700 Kilokalorien für einen Mann, 450 bis 550 Kilokalorien Mehrverbrauch für eine Frau, so können sich die Teilnehmer je nach gefahrener Stundenzahl mit ruhigem Gewissen auf die Weihnachtsleckereien freuen.

Anmeldung für die Cycling-Night ab 24. November 2025 über die Eversports-App.

Teilnahmebedingungen: FunSportZentrum-Mitgliedschaft oder Kurseintritt

Kurshighlight im Oktober: Basic-Stepaerobic-Kurs

Das FunSportZentrum bietet als eines der wenigen Fitnessstudios täglich Stepaerobic-Kurse seit vielen Jahren erfolgreich an. Die Kursteilnehmer – jeden Alters / Damen und Herren – des FunSportZentrums schätzen Stepaerobic wegen seiner vielfältigen Vorteile für die körperliche Fitness, vor allem die Stärkung des Herz-Kreislauf-Systems, sowie die Steigerung der Ausdauer und Verbesserung der koordinativen Fähigkeiten. Aber an erster Stelle steht der gemeinsame Spaß in der Gruppe und die Freude an diesem Training.

Seinen Ursprung hat das Stepaerobic-Training aus der Knie-Rehabilitation, da nur vorwärts aufgestiegen und rückwärts abgestiegen wird, was besonders kniegelenkschonend ist, aber die Bein- und Gesäßmuskulatur kräftigt und aufbaut. Gleichgewicht, Rhythmusfähigkeit und Reaktion werden zu motivierender Musik trainiert. Auch kann das Training zu emotionalem Wohlbefinden und Stressabbau beitragen – lachende und freudige Gesichter zeigen dies im und nach dem Kurs.

Als Kurshighlight bieten das FunSportZentrum mit seinen Stepaerobic-Kursleitern in diesem Herbst einen Basic-Einführungskurs Stepaerobic an. Hier können alle Interessierten die Basic-Schritte von Grund auf in 6 Kurseinheiten eintrainieren, um anschließend problemlos in die bestehenden Stepaerobic-Kurse wechseln zu können.

Start:	30. Oktober 2025
Dauer:	6 x jeweils donnerstags
Uhrzeit:	17:30 – 18:20 Uhr
Teilnahme-Modus:	FUN-Mitgliedschaft oder mit Kurskarte
Kursleitung:	Step-Kursleiter-Team
Anmeldung:	ab 06. Oktober 2025 am Empfang im FunSportZentrum oder direkt über die Eversports App!



FUN - Events

Yoga- Achtsamkeits- Meditationstag des SV Salamander Kornwestheim 13. Dezember 2025 im FunSportZentrum



Der SV Salamander Kornwestheim lädt alle Interessierten herzlich zu einem kostenlosen Workshop-Tag ins FunSportZentrum ein. Im Mittelpunkt steht die Gesundheitsprävention – mit einem abwechslungsreichen Programm, das Körper, Geist und Seele in Einklang bringt.

In drei verschiedenen Workshops führen erfahrene Kursleiter:innen die Teilnehmenden durch gezielte Übungen. Dabei werden Kopf und Körper aktiviert, neue Energie getankt, Entspannung erlebt und die Kraft der bewussten Atmung genutzt. Ganzheitliches Wohlbefinden steht an diesem Tag im Vordergrund.

Zur Stärkung gibt es Tee und Energiekekse nach den Rezepturen von Hildegard von Bingen.



Die Teilnahme ist flexibel: Jede:r kann an einem, zwei oder allen drei Workshops teilnehmen – ganz nach Lust und Zeit. Der Eintritt ist frei, eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Bitte bringt bequeme Sportkleidung und ein großes Handtuch mit. Yoga- und Gymnastikmatten stellen wir bei Bedarf gerne zur Verfügung. Das vollständige Programm wird in Kürze auf unserer Homepage veröffentlicht.



FUN Vortragsreihe fit und gesund

Termin: 19. Oktober 2025

Ein gesundes Herz beginnt mit der richtigen Ernährung. Mit bewusster Lebensmittelauswahl kannst du aktiv deine Herz- und Gefäßgesundheit stärken, jede Körperzelle mit wichtigen Nährstoffen versorgen und dein Immunsystem unterstützen. So schützt du dich nicht nur vor Krankheiten, sondern steigert auch deine Lebensqualität – Tag für Tag.

Wir schauen mit diesen Fragen auf unsere Ernährung:

- Wie kann man seine Herz- und Gefäßgesundheit beeinflussen?
- Wie kann man die Gesundheit jeder Körperzelle steigern?
- Wie kann man sich vor Krankheiten schützen?
- Wie kann man Lebensqualität verbessern?

Uhrzeit: 11:00 Uhr | Konferenzraum FunSportZentrum | kostenfrei

Eure Anmeldung erfolgt direkt über das FunSportZentrum-Profil in Eversports.



FUN-Workshop

Wir setzen die erfolgreiche Reihe der Ernährungs-Workshop fort mit dem Thema: **„Fermentieren - leicht gemacht“.**

Was erwartet Sie in diesem Workshop?

- Was beeinflusst unsere Gehirngesundheit?
- Wie können wir unsere Gehirngesundheit fördern?
- Welches sind die besten Lebensmittel?
- Rezepte und Tipps für den Alltag

Lassen Sie sich überraschen von den interessanten Inhalten dieses Workshops und melden sich schnell an, da die Teilnehmerzahl begrenzt ist.

Termin: Donnerstag, den 20.11.2025 von 18:00 – 20:30 Uhr

Kosten: 42,90 € inklusive Lebensmittel und Rezept-Handout

Anmelden könnt ihr euch

- **per E-Mail:** d.dautel@sv-kornwestheim.de oder
- **am Empfang des FunSportZentrums, Bogenstraße 35, Kornwestheim oder**
- **mit Anmeldeformular in den Sportgruppen von Dagmar Dautel**



FUN - Rückblick

Vortrag Darmgesundheit:

Über 110 Teilnehmerinnen und Teilnehmer, zwei gut gefüllte Abende und jede Menge Aha-Momente: Der Gesundheitsvortrag „Darmgesundheit“ mit unserer Ernährungsexpertin Dagmar Dautel war ein voller Erfolg. An zwei Terminen im Februar und April tauchten unsere Besucher tief in die faszinierende Welt des Darms ein – jenem Organ, das weit mehr kann als nur zu verdauen.

Für alle, die nicht dabei sein konnten, haben wir die wichtigsten Inhalte und Impulse aus dem Workshop kompakt für euch zusammengefasst – inklusive wertvoller Alltagstipps für ein besseres Bauchgefühl.
Der Darm – unterschätztes Multitalent

Der Darm wird in der öffentlichen Wahrnehmung oft auf seine Verdauungsfunktion reduziert. **Dabei ist er ein echtes Multitalent:**

- Rund 70 Prozent unseres Immunsystems befinden sich im Darm.
- Die dort lebenden Bakterien beeinflussen die Produktion von Neurotransmittern wie Serotonin, was sich direkt auf unsere Stimmung auswirken kann.
- Eine gesunde Darmflora kann sich positiv auf Energie, Hautbild, Schlafqualität und das allgemeine Wohlbefinden auswirken.



Ein gesunder Darm braucht Aufmerksamkeit – und zwar täglich.

So kann man seine Darmgesundheit aktiv fördern:

- Gründlich kauen: Schon im Mund beginnt die Verdauung. Wer langsam und bewusst kaut, entlastet den Magen-Darm-Trakt und verbessert die Nährstoffaufnahme.
- Ohne Ablenkung essen: Handy, TV oder Laptop beim Essen schaden nicht nur dem Genuss, sondern auch der Verdauung. Wer sich voll aufs Essen konzentriert, isst meist weniger – und fühlt sich wohler.
- Richtig trinken: Ein Glas Wasser etwa 15 bis 30 Minuten vor dem Essen regt die Verdauungssäfte an. Während des Essens sollte man nur maßvoll trinken, um diese nicht zu verdünnen.
- Auf Qualität achten: Frische, regionale und möglichst unverarbeitete Lebensmittel enthalten mehr Nährstoffe und weniger schädliche Zusatzstoffe. Qualität geht hier klar vor Quantität.
- Weniger ist mehr: Drei vollwertige Mahlzeiten pro Tag mit ausreichend langen Pausen dazwischen fördern die sogenannte Darmruhe und unterstützen natürliche Reinigungsprozesse im Verdauungssystem.

Fazit: Deine Gesundheit beginnt im Darm

Dagmars zentrale Botschaft lautete: Ein gesunder Darm ist kein Zufall – er ist das Ergebnis bewusster Entscheidungen. Wer auf hochwertige Lebensmittel, regelmäßige Essenszeiten und achtsames Essen achtet, stärkt nicht nur seine Verdauung, sondern auch seine Abwehrkräfte, seine Stimmung und sein allgemeines Wohlbefinden.



Workshop Gehirngesundheit:

Am 5. Juni drehte sich im FUN alles um Brainfood & Konzentration!

Im ausgebuchten Workshop zeigte Dagmar Dautel, wie man mit gezielter Ernährung die mentale Leistungsfähigkeit steigern könnte. Theorie und Praxis gingen Hand in Hand – inklusive leckerer Rezeptideen. Die Workshop-Highlights haben wir in diesem Artikel zusammengefasst.



Das Darmmikrobiom – der geheime Held unserer Gesundheit
Im Zentrum dieser Verbindung steht das Darmmikrobiom – eine gigantische Gemeinschaft aus Billionen nützlicher Bakterien-Helfer, die in unserem Darm leben. Sie helfen nicht nur bei der Verdauung, sondern sind auch an der Produktion lebenswichtiger Botenstoffe beteiligt – allen voran Serotonin, das oft als „Glückshormon“ bezeichnet wird. Übrigens: Etwa 90 % des körpereigenen Serotonins werden im Darm produziert!

Ein ausgewogenes Mikrobiom unterstützt uns dabei:

- Stress besser zu regulieren
- dein Immunsystem zu stärken
- besser zu schlafen
- dich länger und klarer zu konzentrieren

Diese Dinge tun unserem Darm gut:

- Frisches Gemüse & Salate: Sie liefern wertvolle Ballaststoffe für die „guten“ Bakterien.
- Fermentierte Lebensmittel wie Joghurt, Kefir oder Sauerkraut bringen neue Mikroorganismen in deinen Darm.
- Präbiotika wie Zwiebel, Knoblauch, Chicorée oder Lauch
- Weniger Zucker, Gluten und hochverarbeitete Lebensmittel – sie fördern entzündliche Prozesse und schädigen das Mikrobiom.
- Stress abbauen und in Bewegung bleiben – denn psychischer Stress wirkt sich direkt negativ auf unsere Darmflora aus.



Herzgesund essen mit Omega-3 und sekundären Pflanzenstoffen

Der Begriff „gesunde Ernährung“ wird oft verwendet, bleibt aber häufig unklar und mit vielen verschiedenen Regeln belegt.

Eine absolut gesunde Ernährung gibt es nicht – weder für alle Menschen noch für jede Lebensphase. Ernährung hängt stark von individuellen Faktoren ab: Alter, Geschlecht, Aktivitätsniveau, Gesundheitszustand, Kultur, Vorlieben und auch von der Genetik.

Aber es gibt grundsätzliche Ansätze und Wissensgrundlagen, die eine gute Ernährungssituation zur Folge haben.

Mehr und mehr gewinnt die wissenschaftliche Untersuchung spezifischer Nahrungsbestandteile mit präventivem Potenzial zunehmend an Bedeutung. Schauen wir heute auf Omega-3-Fettsäuren und Flavonoide.

Omega-3-Fettsäuren sind ein wichtiges Thema für unsere Gesundheit, da sie im Körper viele Aufgaben haben und in unserer modernen Ernährung oft zu kurz kommen. Omega-3-Fettsäuren sind mehrfach ungesättigte Fettsäuren, welche unser Körper nicht selbst herstellen kann, diese werden als essenzielle Nährstoffe bezeichnet.

Omega-3-Fettsäuren: Der Schlüssel zur Gesundheit!
Die wertvollen Omega-3-Fettsäuren Eicosapentaensäure (EPA) und Docosahexaensäure (DHA) sind für die gesunde Entwicklung und Funktion jeder Körperzelle wichtig, können die Lebensqualität verbessern, helfen bei einer Vielzahl von Erkrankungen und steigern die Immunabwehr.

Was bewirken die Fettsäuren EPA und DHA?

- Reduzierung von Entzündungsprozessen, z.B. Allergien, Hauterkrankungen, Rheuma, usw.
- Zellgesundheit: Entwicklung und reibungslose Funktion der Endothelzellen (Auskleidung der Blutgefäße), des Gehirns und Nervensystems, der Netzhaut, sowie die Zellmembranen der Mitochondrien.
- Darmgesundheit: gesunde Darmflora durch Anzahl und Vielfalt guter Darmbakterien, dadurch Stärkung des Immunsystems.
- Gehirn und Nervensystem: Regulierung des Informationsaustauschs und die Reizübertragung im Gehirn, stimmungsaufhellend und harmonisierend für den Nervenbotenstoffwechsel.
- Haut/Schleimhäute: Omega-3 stärkt die Schutzbarrieren von Haut und Schleimhäuten.
- Gelenke/Knochen: Omega-3 unterstützt die Gelenkgesundheit und die Entwicklung stabiler Knochen.
- Herz-Kreislauf-System: Omega-3 stabilisiert die Herzkraft und den Herzrhythmus, senkt erhöhte Blutdruck- und Blutfettwerte, unterstützt die Entgiftung des Gefäßgifts Homocystein, verbessert die Fließeigenschaften des Bluts und die Sauerstoffversorgung der kleinen Gefäße.

Wo finden wir Quellen für Omega-3-Fettsäuren?

- Fetter Seefisch: Fisch wie Makrele, Lachs, Hering und Kabeljau ist eine ausgezeichnete Quelle für EPA und DHA.
- Pflanzliche Quellen: Leinöl, Leinsamen und Walnüsse sind reich an Alpha-Linolensäure (ALA), die der Körper in EPA und DHA umwandeln kann, allerdings ist deren Umwandlung nicht sehr effizient.
- Algenöl: Eine pflanzliche Alternative, die direkt EPA und DHA liefert und daher eine gute Option für Veganer ist.

Der Tagesbedarf an Omega-3-Fettsäuren liegt für gesunde Erwachsene bei 250 mg EPA und DHA, für Schwangere und Stillende sind 200–300 mg DHA empfohlen, und für Kinder variiert der Bedarf altersabhängig, wobei ab 10 Jahren 250 mg angestrebt werden sollten.



Sekundäre Pflanzenstoffe – Flavan-3-ole

Ein weiterer wichtiger Bestandteil unserer Ernährung

Flavan-3-ole Flavonoide sind sekundäre Pflanzenstoffe mit vielen gesundheitsfördernden Wirkungen, die in vielen Obst- und Gemüsesorten vorkommen und für die Farbe vieler Pflanzen verantwortlich sind.

Aktuelle Forschungen zeigen, dass bestimmte Pflanzenstoffe, welche in alltäglichen Lebensmitteln vorkommen, positive Effekte auf die Herz-Kreislauf-Gesundheit haben können. Neue Forschungsergebnisse deuten darauf hin, dass diese sekundären Pflanzenstoffe den Blutdruck senken und die Endothelfunktion verbessern können. Endothel ist die innere Zellschicht der Blutgefäße. Ihre Funktion ist entscheidend für die Gefäßgesundheit.

Sie kommen reichlich in grünem Tee, echtem Kakao, blauen Weintrauben, Äpfeln und Beeren vor. Ihnen werden antioxidative, entzündungshemmende und gefäßschützende Wirkungen zugeschrieben.



Rezeptidee - reich an Flavan-3-ole

Zutaten für 2 Portionen:

- 250 ml grüner Tee (ungesüßt, abgekühlt)
- 2 EL reines Kakaopulver (ungesüßt, stark entölt)
- 1 Bio-Apfel (mit Schale verwenden)
- 150 g Bio-Blaubeeren (frisch oder tiefgekühlt)
- 1 kleine Bio-Banane
- evtl. 1 TL Honig
- 4 – 5 Eiswürfel

Zubereitung:

1. Den grünen Tee aufgießen und vollständig abkühlen lassen.
2. Apfel entkernen und mit der Schale in Stücke schneiden.
3. Alle Zutaten in einen Mixer geben oder mit dem Mixstab pürieren.
4. Am besten sofort verzehren, damit die antioxidativen Stoffe erhalten bleiben.





FUN Adventskalender
Wie jedes Jahr erwarten euch auch in dieser Weihnachtszeit eine Vielzahl an Aktionen, Verlosungen und Events.
Freut euch auf Rabattaktionen oder die immer beliebten Glühweinabende!
Alle Infos zu den einzelnen Aktionen findet ihr auf unserer Webseite unter www.funsportzentrum.de

FUN EVENTS 2025/2026

OKTOBER Gesundheitsvortrag	OKTOBER FUN Oktoberfest	NOVEMBER FUN Workshop
NOVEMBER Saunaabend	NOVEMBER FUN Black Week	DEZEMBER FUN Cyclingnight
DEZEMBER FUN Adventskalender	DEZEMBER FUN Meditationsworkshop	DEZEMBER Glühweinabend

Dieser Terminkalender ist vorläufig und kann sich ggf. noch ändern.
Alle Infos und genauen Daten finden Sie zeitnah auf unserer Webseite unter www.funsportzentrum.de



FUN - Jobs

Wir suchen dich!
Der SV Salamander Kornwestheim 1894 e.V. und das
FunSportZentrum suchen Unterstützung.
Deshalb bieten wir aktuell folgende Jobs an:

Genaue Beschreibungen der Jobangebote, sowie alle
Infos zur Bewerbung findest Du unter
www.funsportzentrum.de/fun-kornwestheim-jobs

Dualer Student Bachelor of Arts (DHfPG) „Sportökonomie“(m/w/d) beim SVK

Deine Aufgaben:

- Organisation und Koordination von Veranstaltungen der Handball-Abteilung
- Administrative Aufgaben wie Erstellen und Verwalten von Listen/Dokumenten
- Allgemeine Verwaltungsaufgaben
- Koordination der Hallenbelegung
- Organisation und Koordination Bewirtung
- Mitarbeit in der Öffentlichkeitsarbeit
- Mitarbeit im Bereich Marketing
- Bekleidung
- Unterstützung bei der Durchführung von Events im Hauptverein möglich

Dein Profil:

- Teamfähigkeit, Einfühlungsvermögen, Kontaktfreude
- Handballbegeisterung, Eigeninitiative
- Lust auf Mitarbeit in einem dynamischen Team und an der direkten Umsetzung der Studieninhalte in der Praxis

Allgemeine Informationen:

Beginn: ab sofort
Dauer: 7 Semester
Arbeitszeit: 35 h/ Woche
Voraussetzung: Führerschein Klasse B



Das bieten wir:

- Die Studiengebühren werden zu 100% von uns übernommen
- Kostenlose FUN-Mitgliedschaft
- Angemessene Vergütung
- Fortbildungsmöglichkeiten
- Job Rad



Übungsleiter:in Rehasport (m/w/d) - Minijob

Deine Aufgaben:

- Leitung von Rehasport-Gruppen, akuten suchen wir für Dienstagabend
- Betreuung und Anleitung der Teilnehmenden während der Übungseinheiten
- Motivierung und Förderung der Teilnehmenden zur Verbesserung ihrer körperlichen Fitness und Lebensqualität
- Aushelfen als Springer*in anderen Kursen

Das bringst du mit:

- Übungsleiter B-Lizenz Rehasport im Bereich Orthopädie (Lizenzen in weiteren Bereichen von Vorteil)
- Einfühlungsvermögen und Freude am Umgang mit Menschen
- Zuverlässigkeit und Verantwortungsbewusstsein
- Teamfähigkeit und Kommunikationsstärke

Das bieten wir:

- Eine Anstellung auf Übungsleiterbasis oder Minijobbasis
- Die Möglichkeit zukünftig weitere eigene Rehasportkurse zu übernehmen
- Angemessene Vergütung
- Ein motiviertes und unterstützendes Team
- Eine verantwortungsvolle und abwechslungsreiche Tätigkeit

Ansprechpartnerin:

Clara Wolfangel
Verwaltung Rehasport
Bogenstraße 35
70806 Kornwestheim
c.wolfangel@sv-kornwestheim.de
07154/8308-30



Freiwilliges Soziales Jahr (FSJ) im Sport (m/w/d) für 2026/27

Deine Aufgaben im Hauptverein:

- Sportliche Betreuung von Kindern & Jugendlichen (z.B. Kindergeburtstage)
- Unterstützung der Geschäftsstelle
- Unterstützung der Marketingabteilung
- Mithilfe bei Vereinsveranstaltungen
- Aufgaben im Bereich Wartung & Pflege des Sportvereinszentrums

Deine Aufgaben in der Schule:

- Betreuung von Schulklassen im Bereich Sport
- Betreuung von Schüler*innen im Mittagsband
- Planung und Leitung von AG's
- Unterstützung der Lehrkräfte im Unterricht
- Organisation von Veranstaltungen & Projekten im Bereich „Kooperation Schule und Verein“

Allgemeine Informationen:

Beginn: am 15.08. jeden Jahres
Dauer: 12 Monate
Arbeitszeit: 38,5h/Woche
Voraussetzung: Führerschein Klasse B



Deine Vorteile:

- Möglichkeit zur Berufsorientierung in Einsatzstelle
- Kostenlose Mitgliedschaft im FUN & Verein
- Ausbildung zum Übungsleiter C (anerkannt durch WLSB)

Bundesfreiwilligendienst (BfD) (m/w/d) für 2026/27

Deine Aufgaben im Hauptverein (70%):

- Sportliche Betreuung von Kindern & Jugendlichen (z.B. Kindergeburtstage)
- Unterstützung der Geschäftsstelle
- Unterstützung der Marketingabteilung
- Mithilfe bei Vereinsveranstaltungen
- Aufgaben im Bereich Wartung & Pflege des Sportvereinszentrums
- Einblicke in verschiedene Tätigkeitsfelder (z.B. Fitnessstudio, etc.)

Deine Aufgaben in der Schule (30%):

- Individueller Einsatz in gewünschter Abteilung (z.B. Fußball, etc.)
- Unterstützung im Kinder- und Jugendtraining
- Weitere Aufgaben abhängig von bevorzugter Abteilung

Allgemeine Informationen:

Beginn: am 01.09. jeden Jahres
Dauer: 12 Monate
Arbeitszeit: 38,5h/Woche
Voraussetzung: Führerschein Klasse B



Deine Vorteile:

- Möglichkeit zur Berufsorientierung in Einsatzstelle
- Kostenlose Mitgliedschaft im FUN & Verein
- Ausbildung zum Übungsleiter C (anerkannt durch WLSB)



Service

Blutdruckmessung
Blutzuckermessung
Körperfettbestimmung
Kompressionsstrümpfe

Homöopathie
Natürliche ätherische Öle
Kundenkarte
Botendienst
Reiseapotheke

Verleih

Medela-Milchpumpen
Babywaagen
Pari-Boy
Besonderheiten
Caudalie
La mer

5 Euro Gutschein ab 25 Euro Einkaufswert*
Bitte ausschneiden und bei Ihrem Einkauf an der Kasse vorlegen.
*Gilt nicht für Angebote, Rezeptgebühr & rezeptpflichtige Arzneimittel!

PARK
Apotheke

Hanne Mögle-Horn

Ludwig-Herr-Straße 60 · 70806 Kornwestheim
Telefon 07154 / 8 16 16-0 · Fax 07154 / 8 16 16-12
www.park-apotheke-kornwestheim.de · E-Mail: Ihre-parkapotheke@gmx.de

SVK-Mitglieder erhalten bei Vorlage des Mitgliederausweises 5% Rabatt - Gilt nicht auf Angebote, Rezeptgebühr & rezeptpflichtige Arzneimittel!



Sie haben Fragen zum SVK? Dann rufen Sie an, wir beraten Sie gerne!



Ihre Ansprechpartnerin:

Romina Holzwarth

Assistentin der Geschäftsführung &
Geschäftsstellenleiterin

Telefon: 07154 - 8308 - 19
E-Mail:
r.holzwarth@sv-kornwestheim.de



Ihre Ansprechpartnerin:

Denise David-Reinbold

Verwaltung

Telefon: 07154 - 8308 - 30
E-Mail:
d.david-reinbold@sv-kornwestheim.de

Abteilungen

Breitensport

Abteilungsleiterin

Dagmar Dautel 07154 / 155 67 00
(Mo 14:30 - 16:00 Uhr)
Gymnastikangebote in Sporthallen
E-Mail: d.dautel@sv-kornwestheim.de

Assistenz der Geschäftsleitung & Geschäftsstellenleiterin

Romina Holzwarth 07154/8308-19
E-Mail:
r.holzwarth@sv-kornwestheim.de

Verwaltung & Rehasport im Verein

Denise David-Reinbold 07154/8308-30
E-Mail:
d.david-reinbold@sv-kornwestheim.de

Anlagenleitung FunSportZentrum

Willi Kraus 07154/8308-18
E-Mail: info@funsportzentrum.de

SeniorenAusflüge

Anmeldungen:

Petra Steis (Geschäftsstelle)
Mo + Do 8-11 Uhr 07154 / 83 08 12
Denise David-Reinbold
Ute Wiegand
Susanne Bengsch
E-Mail:
svksenioren@sv-kornwestheim.de
Mo - Do 9 - 12 Uhr 07154 / 83 08 30

Aikido

Abteilungsleiter

Oktay Demircan 0172 / 2 76 76 32
E-Mail: aikido@sv-kornwestheim.de

Badminton

Abteilungsleiter

Jochen Grandy 0176 / 57 79 27 42
E-Mail: badminton@sv-kornwestheim.de

Behindertensport

Ansprechpartner

Inge & Dieter Stöckle 07144 / 53 52
- Schwimmen
- Wassergymnastik
E-Mail:
behindertensport@sv-kornwestheim.de

Darts

Ansprechpartner

Michael Klag
E-Mail: darts@sv-kornwestheim.de

Football / Cheerleader

Abteilungsleiter

Andreas Geibel
E-Mail: cougars@sv-kornwestheim.de

Cheerleader

Raphaella Reimann & Sarah Randi
01578 / 2 28 75 00
E-Mail: cheerleading@sv-kornwestheim.de

Fußball

Abteilungsleitung

Uwe Sülzle 0170 / 5 57 96 78
E-Mail: fussball@sv-kornwestheim.de

Abteilungsleiter aktive Herren

Maximilian Frenken
E-Mail: fussball@sv-kornwestheim.de

Jugendleiter

Dennis Janzen
E-Mail: fussball-jugend@sv-kornwestheim.de

Abteilungsleiterin Frauenfußball

Silke Schöninger 0157 / 39 05 53 32
E-Mail: fussball@sv-kornwestheim.de

Handball

Abteilungsleiter

Mirco Henel
E-Mail:
handball@sv-kornwestheim.de

Jugend

E-Mail:
handball-jugend@sv-kornwestheim.de

Männer 3. Liga

E-Mail:
handball-m1@sv-kornwestheim.de

Männer 2/3/4/AH

E-Mail:
handball-maenner@sv-kornwestheim.de

Frauen

E-Mail:
handball-frauen@sv-kornwestheim.de

Karate / Shotokan

Abteilungsleiterin

Ute Dillerup 07141 / 4 32 30
E-Mail: karate@sv-kornwestheim.de

Leichtathletik

Abteilungsleiter

Joachim Meister
E-Mail: leichtathletik@sv-kornwestheim.de

Sportabzeichengruppe

Uwe Bodmer 07154 / 17 88 35
E-Mail: sportabzeichen@sv-kornwestheim.de

Parkour

ab 16 Jahren

Ansprechpartner Aaron Bosch
E-Mail: info@sv-kornwestheim.de

Schwimmen

Abteilungsleiterin

Heike Hartenberger
E-Mail: s.hartenberger@sv-kornwestheim.de

Trainingskoordination

Stv. Abteilungsleiter
Artur Wolter 07154 / 2 39 42
E-Mail: a.wolter@sv-kornwestheim.de

Nachwuchsschwimmen

Christine Martin
E-Mail: schwimmen@sv-kornwestheim.de
E-Mail: c.martin@sv-kornwestheim.de

Sportschwimmen

Silvia Capalija 0176 / 707 68 207
E-Mail: s.capalija@sv-kornwestheim.de

Masters

Dirk Kalka 0178 / 685 78 50
E-Mail: d.kalka@sv-kornwestheim.de

Freiwasser, Wasserball

Christian Hahn 07141 / 6 85 78 50
E-Mail: c.hahn@sv-kornwestheim.de

Springen

Torsten Rehmann 07154 / 80 88 98
E-Mail: t.rehmann@sv-kornwestheim.de

Aqua-Fitness

Sibylle Dehnen
E-Mail: aquafit@sv-kornwestheim.de
**Ansprechpartner SchwimmAusbildung
und Anfänger bis 12 Jahre**

Kindersportschule 07154 / 202-8383
www.kornwestheim.de/start/
kultur_+sport+und+freizeit/program-
muebersicht.html

Tanzsport

Abteilungsleiter

Stefan Rüttler 07154 / 2 80 22

Tennis

Abteilungsleiter

Michael Kampf +49 170 61 80 900
E-Mail: tennis@sv-kornwestheim.de

Jugendleitung

Elke Schäfer 0163 / 905 15 23
E-Mail: tennis-jugend@sv-kornwestheim.de

Tischtennis

Abteilungsleiter

Mirko Hübner
E-Mail: tischtennis@sv-kornwestheim.de

Technischer Leiter

E-Mail: tischtennis@sv-kornwestheim.de

Schüler/Jugend/Anfänger

Laslo Turzo 0152 / 08 82 83 57

Turnen

Abteilungsleiter

Stefan Kenzler 0172 / 80 70 115
E-Mail: turnen@sv-kornwestheim.de

Volleyball

Abteilungsleiter

Carl Schulze 0170 / 524 98 33
E-Mail: volleyball@sv-kornwestheim.de

Kindersportschule

Mitglieder des SVK im Alter von 2 bis 12 Jahren können am Programm der Kindersportschule kostenlos teilnehmen.
Infos unter: Tel.: 07154 / 202-8383
kindersportschule@kornwestheim.de
www.kornwestheim.de
oder in der SVK-Geschäftsstelle, Bogenstr. 35, Telefon 07154 / 83 08-19

Nähere Infos zu allen Abteilungen erhalten Sie bei den Abteilungsleitern oder im Internet unter www.sv-kornwestheim.de



Impressum

Herausgeber: Sportverein Salamander Kornwestheim 1894 e.V.,
Bogenstraße 35, 70806 Kornwestheim
Verantwortlich i. S. d. P.: Thomas Eeg
Anzeigen: Telefon 07154/830811, Fax 07154/830814
E-Mail: info@sv-kornwestheim.de
Druck: Ungeheuer & Ulmer, Auflage: 15.000

Das Einrichtungshaus mit eigener Schreinerei

Wohnforum
WURSTER®

Perfekte Küchen und gute Beratung

- Familien-Tradition als Einrichter seit 1923
- Überzeugende Auswahl an Küchen, Sofas und noch viel mehr. Hier findet jeder seine neuen Lieblingsstücke.
- Auf Wunsch: Planung, Koordination und Ausführung aller Umbau – Maßnahmen über alle Handwerks Gewerke hindurch.

Sorgfältig ausgewählte
Küchen in unserem
Showroom



Bequeme Sofas



Zufriedenheits-Versprechen: Wer sich für Wurster entscheidet hat viel Freude.

Wohnforum Wurster (ist eine eingetragene Marke der Möbel Wurster GmbH) Stuttgarter Str. 78, 70806 Kornwestheim, Tel.: **07154-35080**

Mo. – Fr.: 10.00 – 19.00 Uhr, Sa.: 10.00 – 16.00 Uhr / www.wohnforum-wurster.de / instagramm: moebel_wurster_kornwestheim

