Die Zeitung des Sportverein Salamander Kornwestheim 1894 e.V.

Purzelbaum

Ausgabe Nr. 22 - Oktober 2009

Tag der offenen Tür im SVK FunSportZentrum Sonntag, 11. Oktober 2009

Fragt man in der Bevölkerung nach der liebsten Sportart der Deutschen, nennt ein Großteil das Radfahren als Sportart Nummer 1. Dicht gefolgt von Fitness- und Gesundheitstraining, das bei immer mehr Menschen einen hohen Stellenwert einnimmt.

Gerade wenn die Tage wieder kürzer werden und sich die Sonne schon gegen 18.00 Uhr vom Himmel verabschiedet, bietet es sich an, über den Beginn eines gezielten Fitnesstrainings nachzudenken, da das Radfahren und Sport treiben in der Natur zunehmend unbequemer wird.

Am **11. Oktober** bietet das Team des SVK FunSportZentrums im Rahmen eines **Tages der offenen Tür** jedem die Möglichkeit, die verschiedenen Sportbereiche der multifunktionalen Sportanlage kennen zu lernen und sich individuell beraten zu lassen. Ob Fitnesstraining, medizinisches Training bei Gelenk- und Rückenbeschwerden, Gesundheitskurse, Aerobic, Klettern oder Badminton und Squash, das FunSportZentrum bietet für jeden, der sich bewegen und etwas für seine Gesundheit tun will, das Richtige.

Ein besonderes Highlight sind sicher die neuen Ausdauergeräte im Fitness- und Gesundheitsstudio, die erst kurz vor dem Tag der offenen Tür geliefert wurden und stolz präsentiert werden.

Egal, ob Sie Rücken- oder Gelenkbeschwerden plagen, Sie Ihr Übergewicht bekämpfen wollen oder einfach der Wunsch nach einem gesunden Lebensstil vorliegt, das SVK FunSport-Zentrum hat das passende Angebot für Sie.

Am Sonntag 11.10. öffnet das Sportzentrum um 10.00 Uhr seine Türen und begrüßt die Gäste mit einem Sektempfang, buntem Rahmenprogramm, Kinderbetreuung und Informationsständen rund um das Thema Gesundheit.

Als Partner werden an diesem Tag die Fa. Orthopädietechnik Schweikert,

die Johannes Apotheke, Kosmetik Wurster, sowie Optik Volz mit interessanten Vorführungen und Beratungen mit von der Partie sein.

Speziell an diesem Tag gibt es in allen Bereichen attraktive Angebote, die den Einstieg in ihren ganz persönlichen Fitness-Herbst enorm erleichtern.
So trainieren Sie z.B. bei Abschluss einer Fitness-Mitgliedschaft bis zu 6 Wochen gratis und die Aufnahmegebühr wird Ihnen nur an diesem Tag erlassen. Somit können Sie bis zu 150,- € sparen. Lassen Sie sich diese Gelegenheit nicht entgehen.

unser Partner: AOK Die Gesundheitskasse.

aus dem Inhalt

Aktuelles

Hey Hey Wicki 2
SVK Weinfestival 3
1. Ü 60 Party 4
SVK Sportwoche 5

Sportverein Kornwestheim

Breitensport neue Angebote 6
Die Abteilungen 6 - 19

FunSportZentrum

FSZ-Kurspläne 20 - 21
Klettergruppe 22

Info & Termine / Senioren

Senioren 26
Die Abteilungen 28

Für das leibliche Wohl ist durch unsere beliebte Vereinsgastronomie „Coopers“ natürlich den ganzen Tag bestens gesorgt.

Lassen Sie sich überraschen und besuchen Sie uns am 11.10. im FunSportZentrum, Bogenstr. 35 in Kornwestheim Süd.

Herzlich grüßt Sie

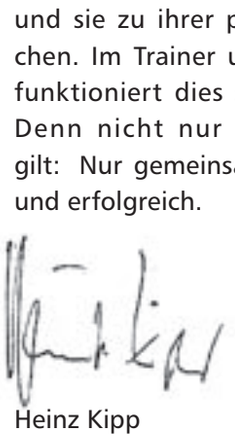
Ihr FunSportZentrum Team

Sport beim SVK hat Signalwirkung bei der Integration

Es soll keiner sagen, Sport und Integration sei kein wichtiges Thema

In Kornwestheim weist jede vierte Bewohnerin und jeder vierte Bewohner einen Migrationshintergrund auf, stammt also aus nach Deutschland eingewanderten Familien. Von den unter 18-Jährigen ist es sogar jeder Dritte. In Verbindung mit dem demographischen Wandel wird da schnell deutlich, dass der Integration, der Einbindung von zugewanderten Bürgern, eine ganz besondere Rolle in unserer Gesellschaft zukommt. Aspekte wie gegenseitige Toleranz und Respekt werden in Zukunft mehr denn je wesentliche Faktoren, auch für ein intaktes Vereinsleben, sein. Neben der Vermittlung von Werten und Verbindlichkeiten muss hier die Gewinnung von Heimat und Identität im Vordergrund stehen.

Der Sport beim SVK bietet die Räume dafür und ermöglicht einen leichteren Zugang als andere Teile unserer Gesellschaft - übrigens das erleben auch Zugezogene ohne Migrationshintergrund. Hierbei geht es nicht nur darum, dass der Sport beim SVK jedem ganz individuelle Chancen eröffnen kann und Möglichkeiten für soziale Kontakte schafft. Es geht auch darum, offen zu sein und den kulturellen Dialog zu fördern, insbesondere auch dort, wo Jugendliche und Kinder zusammentreffen. Dabei benötigt es zunächst nicht einmal vieler Worte. Durch die Konzentration auf Bewegung und das gemeinsame, spielerische Erleben lassen sich erste Barrieren überwinden. Aber, und das zeigt die Erfahrung, wenn die ersten Hürden genommen sind, muss es weitergehen. Das funktioniert aber nicht von alleine und schon gar nicht ohne Anstrengung. Entscheidend für den Erfolg von Ideen und Maßnahmen in der Ausbildung von Übungsleitern, in Projekten oder im Rahmen der Kooperation Schule und Verein ist das Engagement und die Arbeit vor Ort, in den Turnhallen und auf den Sportplätzen. Integration muss sich dort als fester Bestandteil etablieren und ich kann sagen, da sind wir auf einem guten Weg. Nachdenken sollten wir auch über einen Integrationsbeauftragten in unseren Vereins- und Abteilungsvorständen! Das könnte eine Signalwirkung weit über den Sport beim SVK hinaus entwickeln, gerade auch für ganz Kornwestheim. Vorbilder als Zugpferde, so wie viele unserer Fußballstars, können hilfreich sein. Aber wir brauchen auch die Vorbilder, die Funktionen in unserem Verein übernehmen, die sich für die gemeinsame Sache begeistern und sie zu ihrer persönlichen machen. Im Trainer und Betreuerstab funktioniert dies schon ganz gut. Denn nicht nur auf dem Rasen gilt: Nur gemeinsam ist man stark und erfolgreich.



Heinz Kipp
Präsident des SVK

Heinz Kipp
Präsident des SVK

Hey hey Wickie…

Hitradio Antenne 1 hat am 23.08.2009 beim Sportverein Salamander Kornwestheim ein Dream-Team gesucht und gefunden!

Bereits um 08.30 Uhr haben sich die Angestellten, Vereinsmitglieder und Abteilungshelfer am FunSportZentrum getroffen, um sich der Aufgabe von Matthias Raidt (Moderator Radiosender Antenne1) zu stellen. Seit neun Jahren sucht der Radiosender jeden Sonntagmorgen ein Antenne1 Dream-Team. Jeder Verein aus Baden-Württemberg kann sich für diese Aktion bewerben und 500 € für die Vereinskasse gewinnen.
Um 09.00 Uhr erhielten die gespannten Helfer ihre bis dahin unbekannte Aufgabe unter dem Motto „Wickie und seine Freunde“. In 3 Stunden musste das berühmte Wikingerschiff mit rot-weißem Segel nachgebaut, alle Hauptfiguren nachgestellt und 10 zusätzlich als Wikinger verkleidet werden. Da der Originaldarsteller von Wickie ursprünglich aus Heimerdingen stammt, bestand der schwierigste Teil darin, einen Jungen zwischen 10 und 12 Jahren aus Heimerdingen zu organisieren und diesen als Wickie zu verkleiden.

Während im Radio das Verlesen der Aufgabe ausgestrahlt wurde, entwickelten die Helfer des SVK einen Schlachtplan, nach dem die verschiedenen Aufgaben verteilt wurden. Es mussten Stoffe für die verschiedenen Verkleidungen besorgt werden, 2 Helfer machten sich auf den Weg nach Heimerdingen und die männlichen Helfer begannen direkt mit dem Wikingerschiff.

Auf dem großen Parkplatz vor dem Sportzentrum entstand aus Bierti-

schen, Pappe und Holzwänden ein 6 Meter langes Schiff. In einen großen Schirmständer wurde der Segelmast gestellt, an dem wenig später auch ein Segel emporgezogen wurde. Aus Pappe und Footballhelmen wurden Wikingerhelme gebastelt und Eisenstangen wurden zu Rudern umfunktioniert.

Die Helfer, die sich auf den Weg nach Heimerdingen gemacht hatten, zerbrachen sich zeitgleich den Kopf darüber, wo man am Sonntag einen kleinen Jungen finden könnte, der bereit wäre, bei der Aktion mitzumachen. Somit kamen nur der Bäcker und die Kirche in Frage. Da zufällig gerade ein

Herr beim Bäcker seine Sonntagsbrötchen holte, der einen Sohn hatte, wie wir ihn suchten, war auch dieser Teil der Aufgabe gelungen.

Nach 3 Stunden handwerklicher und kreativer Arbeit kam dann der große Moment: Matthias Raidt bittet alle Wikinger ins Boot. „ Die Aufgabe ist erfüllt, wir haben Wickie, alle Hauptdarsteller, 10 zusätzliche Wikinger und ein geniales Wikingerschiff“.

Der Moderator überreichte einen gläsernen Pokal an den Vereinspräsidenten Heinz Kipp. Der Gewinn in Höhe von 500 € wird an die Abteilungen weitergegeben, die mitgeholfen haben.

Wir möchten uns an dieser Stelle bei allen Helfern der Abteilung Football, der 2. Fußballmannschaft und der Abteilung Karate für die tatkräftige Unterstützung bedanken!

SVK Weinfestival 2009

Als feste Größe im Veranstaltungskalender hat sich das Weinfestival des SV Salamander Kornwestheim etabliert, das dieses Jahr bereits zum siebten Mal stattgefunden hat und wieder regen Anklang gefunden hat.

So nutzten auch dieses Jahr zahlreiche Kornwestheimer die Gelegenheit und verbrachten zwei schöne Sommerabende beim SVK Weinfestival. Von Freitag, 31.07 bis Samstag, 01.08. war der sehr schön dekorierte Innenhof des Salamander Areals mit fast 2000 Besuchern zu jeder Zeit bestens gefüllt.
Bei strahlendem Sonnenschein hatten die Gäste die Auswahl aus über 30 verschiedenen Sekt-, Prosecco- und Weinspezialitäten von besonderen Tropfen aus der Region bis zu ausgewählten Spitzenweinen aus Italien und Spanien.
Die Kellereien Bottwartal, Ilsfeld und Cleebronn-Güglingen stellten eine große Auswahl an schwäbischen Weinen zur Verfügung, wobei besonders die gut gekühlten Weißherbst- und Roséflaschen bei den Besuchern großen Anklang fanden.

Abgerundet wurde das große Sortiment an guten Tropfen durch Weine aus Sizilien und der Toskana, sowie durch Spanische Weine, die durch das Weinparadies Weimer in Kornwestheim und durch Terre Piane geliefert wurden.

Auch alle Bierliebhaber kamen auf ihre Kosten und konnten sich an einem kühlen Pils oder frisch gezapften Hefeweizen erfreuen.

Für das leibliche Wohl der Gäste war bestens gesorgt. Kulinarische Spezialitäten von Pizza, Souvlaki bis zu Flammkuchen und Crepes ließen keine Wünsche offen.

Neben dem guten Wein zeichneten natürlich die Bands mit ihrer Live Musik für die gute Stimmung an beiden Abenden verantwortlich.

Am Freitag sorgte, wie schon letztes Jahr am Samstag, die Gerlinger Combo „Fab 5“ mit ihrer bunten Palette an Rock und Popklassikern für eine volle Tanzfläche.

Die Kornwestheimer Band JUUNS begeisterte am Samstag mit Coversongs für Alt und Jung. Von wahren Oldies aus den 50er-Jahren, bis zu aktuellen Hits aus den Charts, schafften es die fünf Musiker, jedem im Publikum einzuheizen. Ob mit sanften Balladen oder mitreißenden Rocksongs der letzten 30 Jahre, die JUUNS begeisterten durch ihr vielseitiges Repertoire und sorgten für einen ausgelassenen Abend.
Das siebte SVK Weinfestival war eine für alle Beteiligten gelungene Veranstaltung und ein voller Erfolg.
Das Organisationsteam um Christian Fina und Thomas Eeg möchte sich an dieser Stelle noch einmal ganz herzlich bei allen Helfern für die tolle Mitarbeit bedanken, ohne die eine Veranstaltung in dieser Form nie möglich wäre.
Insbesondere die Jungs von den Cougars, die SVK American Football Abteilung und ihre Wildcats, die Cheerleader, sowie die Helferinnen und Helfer der Turnabteilung sorgten für einen reibungslosen Ablauf der Veranstaltung.

Wir freuen uns bereits auf die achte Auflage des SVK-Weinfestivals 2010 und laden Sie alle schon herzlich ein, auch im nächsten Jahr mit einem guten Tropfen ein paar schöne Sommerstunden zu genießen.

GluckerSchule

Die staatlich anerkannte GluckerSchule, das GluckerKolleg und das GluckerNetzwerk ziehen zum 1. Oktober in das neu renovierte Gebäude in der Jägerstraße 90 in Kornwestheim.

Die staatlich anerkannte Gymnastik- und Sportschule Glucker wurde am 22. November 1923 in Stuttgart durch „Ago“ (August) Glucker ins Leben gerufen. Seit dieser Zeit bildet die GluckerSchule zum staatlich geprüften Sport- und Gymnastiklehrer aus.

Gluckers Auffassung von Sport und Bewegung war gekennzeichnet von einem heute wieder sehr modernen, ganzheitlichen Ansatz, einem Körper- und Menschenbild, bei dem sich „Körper und Seele nicht trennen lässt“ (Veröffentlichung 1926). Ago Glucker verstarb 1975.

Im Jahr 1987 übernahm der jetzige Geschäftsführer Julius Vogelmann als Schulleiter die GluckerSchule und machte sie zu einer der führenden Sport- und Gymnastikschulen in Deutschland. Die GluckerSchule genießt heute wegen ihrer qualitativ hochstehenden Ausbildung, ihren zahlreichen Zusatzangeboten und ihrem fast einmaligen Arbeitsklima einen exzellenten Ruf unter den Ausbildungsstätten. Sie besinnt sich immer wieder auf ihre Wurzeln und versucht, Sport- und Gymnastik stets im Sinne ihres „Gründers“ in ganzheitlichem Ansatz zu sehen und nie zu vergessen was Gymnastik auch soll: „Freude und Lebenslust vermitteln“!

Schwerpunkte der Ausbildung zum Sportlehrer sind u.a.:
Sporttherapie, Bewegungstherapie, Erlebnispädagogik, Wellness, Fitness, Gesundheitssport, Gruppentraining, Trainingslehre, Ernährungslehre, Reha, Tanz, Aerobic, Step, Gymnastik, Leichtathletik, Ballsportarten, Schwimmen, Geräteturnen, Aquasport, Outdoor, uva.

Nach der Ausbildung finden die Abgänger ihre Arbeitsstellen in folgenden Bereichen:
Vereinen, Verbänden, Schulen, Rehakliniken, Fitness Studios, Animation, Kindersport, Personal Fitness Training, Sozialbereichen, Krankenkassen, Sportfachhandel, Betriebssport, Gesundheitsberatung uvm.
Der Gluckerverbund kooperiert mit vielen namhaften Partnern im In- und Ausland u.a. mit:
AIDA, Robinson, Club med, Aldiana, Sport Scheck uva.

GluckerKolleg
Das GluckerKolleg wurde im Jahr 1997 von Armin Herrmann, Kurt Stübel und Stephan Müller als Weiterbildungskolleg der GluckerSchule gegründet. Der Schwerpunkt des GluckerKollegs liegt in der Ausbildung von qualifizierten Personal Fitness Trainern, Rückenschulleitern/lehrern, Gesundheitstrainern und Ernährungscoaches in ganz Deutschland, der Schweiz, sowie Österreich. Der jährlich stattfindende Glucker Kongress in den Räumlichkeiten des SV Kornwestheim mit über 300 Sportlehrern gehört zu den besonderen Events, bei denen sich die Trainer auf den aktuellen Stand im Gesundheits- und Fitness Bereich bringen und ist durch die zusätzliche Fitness-Messe mit vielen Ausstellern ein Highlight für alle Teilnehmer. Am 12. und 13. Juni 2010 findet unter dem Motto „100 Jahre Glucker“ der nächste Kongress mit Jubiläumsfest in Kornwestheim statt.

GluckerNetzwerk
Das GluckerNetzwerk ist ein Netzwerk von über 500 Sportlehrern, Sporttherapeuten, Rückenschulleitern, Personal Fitness Trainern, Kurstrainern und Gesundheitsreferenten in D, A, CH bei dem man für Training, Beratung, Gesundheitstage das qualifizierte Personal findet. Die Aufnahme in das Netzwerk setzt eine fundierte Grundausbildung, eine Zusatzqualifikation in diesem Bereich, eine bestandene Prüfung und einen bestandenen Aufnahmetest in Theorie und Praxis voraus. Das GluckerNetzwerk zählt zu einem der größten Netzwerke im Gesundheitsbereich.

Laufseminar im SVK FunSportZentrum

Laufen – aber richtig!

Unter diesem Motto stand der erste Laufsporttag im SVK FunSportZentrum am 30. Mai.

Ausdauertraining und besonders auch das Laufen werden in der Bevölkerung immer beliebter und immer mehr Sportler beschäftigen sich mit der Thematik.

Auch im FSZ gibt es viele Laufinteressierte, Walker, Jogger bis zu ambitionierten Läufern, wovon einige auch erfolgreich den Halbmarathon in Stuttgart im Juni gemeistert haben.
Das alles bewegte das FSZ Trainerteam dazu, einen Seminartag rund um das Thema Laufen anzubieten.

Dem Ruf kamen viele Laufsportler nach und so trafen sich an diesem Samstagvormittag um neun Uhr über 30 Sportlerinnen und Sportler, um einen aktiven Tag im FunSportZentrum zu verbringen.

Die Veranstaltung war für alle Laufinteressierten ausgerichtet, ganz unabhängig vom jeweiligen Trainingszustand.

Nach einer kurzen Begrüßung ging es gleich los mit einer theoretischen Einführung in die Welt der Laufschuhe, Lauftechnik und worauf der Läufer beim Schuhkauf unbedingt achten sollte. Nach einer ersten kurzen Stärkung an der Obst- und Getränketheke, die den Teilnehmern kostenlos zur Verfügung stand, versammelten sich alle in der Badmintonhalle, die kurzerhand in eine Laufarena umfunktioniert wurde.

Luciano Adami von AR Sport aus Asperg, einem Lauffachgeschäft, brachte den Teilnehmern das so genannte „Lauf ABC“ und die korrekte Lauftechnik bei. Er ging ausführlich auf typische Fehlhaltungen bei Läufern ein und erarbeitete mit der Gruppe Abrollbewegung, Schrittlänge und die richtige Rumpfhaltung.

Im Anschluss an diesen aktiven Tagesstart folgte dann ein sehr informativer Theorieblock mit einem Vortrag über die Auswirkungen von Ausdauertraining, optimale Trainingssteuerung, Laktatdiagnostik und konkreten Trainingstipps durch Philip Scheller, der in Leonberg eine Sportwissenschaftliche Diagnostik Praxis betreibt.

Krafttraining und Rumpfstabilität sind gerade für Läufer von enormer Bedeutung zur Verletzungsprophylaxe.
Jens Babel und Benjamin Doser vom FSZ zeigten den Teilnehmern dann in Theorie und Praxis anschaulich effektive Trainingsmethoden, Übungen und spezielle Geräte, die jeder Läufer in sein Trainingsprogramm integrieren sollte.

Zum Abschluss kamen die Läufer dann noch richtig ins Schwitzen und konnten auf einer 1000-Meter-Strecke mit Zeitmessung und Pulskontrolle ihre Kondition testen. Jedem Läufer wurde hier im Anschluss noch eine Laktatprobe entnommen, sodass konkrete Hinweise auf den individuellen Trainingszustand und entsprechende Trainingstipps ausgesprochen werden konnten.

Das FSZ Laufseminar war eine für alle Beteiligten gelungene Veranstaltung. Das breit gefächerte Programm bot allen die Möglichkeit, sich nützliche Tipps für das eigene Lauftraining zu holen und gab sicher auch die eine oder andere neue Anregung.

Wir möchten uns an dieser Stelle noch einmal ganz herzlich bei unseren beiden Gastreferenten bedanken und natürlich bei allen Teilnehmern, die aktiv an dem Seminar teilgenommen haben.

Erste Ü 60 Party des SVK – ein voller Erfolg

In den Reigen der jährlichen Veranstaltungen des SVK reihte sich in diesem Sommer erstmals eine Ü 60 Party ein, die gleich bei ihrer Erstauflage enormen Zuspruch erfuhr.

Die Vereinsverantwortlichen hatten sich entschieden, auch mal eine Veranstaltung speziell für die vielen älteren Mitglieder im SVK zu machen und lud am Sa., 23. August, in den Biergarten der Vereinsgaststätte Coopers ein.

Pünktlich zum festgelegten Starttermin um 16.00 Uhr strömten die Besucher in den Biergarten und konnten sich gleich zu Beginn über ein Freibier, gestiftet von unserem Pächter Edi Shala, freuen. Schon nach kurzer Zeit war der Garten gut gefüllt und der extra engagierte Alleinunterhalter konnte schnell die Massen für sich gewinnen.

Beim Blick in die Runde sah man viele wippende Füße, schunkelnde Körper und singende Mitglieder. Da auch das Wetter so perfekt passte, als wäre es extra für die Veranstaltung bestellt worden, hatten alle Besucher von Anfang an viel Spaß an der ersten Ü 60 Party des SVK.
Besonders schön war zu beobachten, wie sich viele Mitglieder, die sich zum Teil seit 40 Jahren und mehr nicht gesehen hatten, freudestrahlend begrüßten und sofort in alten Zeiten schwelgten.
„Weißt du noch damals im Trainingslager….. „ ; „Kannst du dich an den ….. erinnern?“, so klang es aus allen Ecken des Biergartens.

Nach der ersten Musikrunde ergriff der Präsident des SVK, Heinz Kipp, das Mikrofon und begrüßte alle Anwesenden, bevor er Hans Dachtler zu seinem 80. Geburtstag gratulierte, den dieser am Tag zuvor feiern durfte. Hans Dachtler erhielt außerdem eine Ehrung für seine langjährige ehrenamtliche Tätigkeit in der Seniorenbetreuung beim SVK. Seit nunmehr 59 Jahren ist er schon für den Verein ehrenamtlich tätig, sei es nun bei der Leitung seiner Gymnastikstunde oder bei der Organisation der vielen Ausflüge und geselligen Veranstaltungen des Vereins für seine älteren Mitglieder.

Hans Dachtler mit Ehefrau Gerlinde

Selbst weit nach 21.00 Uhr feierten noch viele der Gäste im Biergarten und ließen den perfekten Sommerabend nur langsam bei einem letzten „Viertele“ ausklingen.

Da die Veranstaltung so großen Anklang fand und ca. 200 Mitglieder den Weg in den Coopers Biergarten gefunden hatten, wird es sicher eine Wiederholung der ersten Ü 60 Party geben. Wir freuen uns schon auf nächstes Jahr.

SVK Sportwoche

40 Kinder wollen bei der SVK Sportwoche hoch hinaus

Bei der zweiten Kindersportwoche des SV Salamander Kornwestheim waren das FunSportZentrum und die umliegenden Sportanlagen vom 31.08. – 04.09. fest in Kinderhänden.
Nachdem die Teilnehmerliste mit über 40 Anmeldungen bereits seit einigen Wochen voll ausgebucht war, ging es am Montag, den 31.08. um 9.00 Uhr morgens endlich los. Die Kinder und Jugendlichen und ihre Eltern warteten gespannt auf den Beginn des Sportprogramms.
Nach einer kurzen Begrüßung durch die Organisatoren Jens Babel und

Benjamin Doser, beide als Sportlehrer beim SVK beschäftigt, ging es auch gleich mit dem Aufwärmprogramm los, bevor sich dann alle Sportler auf die ersten Programmpunkte Beachvolleyball, Klettern und Slackline mit vollem Tatendrang stürzten.
Der Nachmittag stand im Zeichen des Kampfsportes und die Sportkarate-Abteilung des SVK weihte die Teilnehmer in die Künste der Selbstverteidigung ein.

Auf dem Programm standen in den folgenden Tagen klassische Ballsportarten wie Handball, Basketball und selbstverständlich auch Fußball.
Aber die jungen Sportler probierten sich auch im Turnen, schwangen den Tennisschläger und rollten auf Inlinern um das FunSportZentrum herum.
Immer wieder standen auch kleine Wettkämpfe wie Brennball, Völkerball, ein Biathlonparcours, ein Zirkeltraining, die FSZ-Rallye und natürlich ein kleines Fußballturnier auf dem Programm, bei denen sich die Kinder immer lautstark gegenseitig anfeuerten und unterstützten, wenn sie um die Wette rannten, warfen oder spielten.

Beim Fahrradausflug an den Max-Eyth-See bzw. bis zum Mercedes-Museum in Cannstatt, trotzten alle tapfer dem Regen und bewältigten die Strecke trotz aller Anstrengungen und kämpften sich zurück ins FunSportZentrum.
Erschöpft, durchnässt und hungrig ließen sich dann alle das Mittagessen

schmecken, das die Kinder an diesem Tag zur Belohnung von den Betreuern an den Tisch serviert bekamen.

Besonders angetan hatte es vielen Teilnehmern die 8,50 Meter hohe Kletterwand im FunSportZentrum, wo es nicht unbedingt auf körperliche Größe ankommt sondern viel mehr bedarf es einer gehörigen Portion Geschicklichkeit, Mut, Technik, Koordination und Gleichgewicht. Immer wieder wurden die Betreuer zum

Sichern an die Kletterwand gerufen. Nach anfänglichem Respekt schafften es am letzten Tag dann aber auch fast alle Kinder, auf den verschiedensten Routen bis ganz oben an der Wand zu gelangen. „Eigentlich hat alles Spaß gemacht, aber das Klettern war am coolsten“ so einer der Jungs, der mit diesem Zitat das treffend widerspiegelt.

Während eines der älteren Mädels sonst am liebsten Tennis spielt, hat sie nebenbei ihr Talent für das Balancieren auf der Slackline während der Tage entdeckt und dies auch immer wieder aufs Neue geübt. Dass es eine sehr schwierige und wackelige Angelegenheit ist, auf einem in etwa einem halben Meter Höhe gespannten Seil die Balance zu halten, ist spätestens bei näherem Hinsehen offensichtlich und fordert ein hohes Maß an Konzentration.

Alle Sportprogramme wurden von ausgebildeten Sportlehrern und erfahrenen Übungsleitern des SV Kornwestheim durchgeführt, sodass die Kinder unter professioneller Anleitung eine Woche aktiv Sport treiben konnten.
Auch an der Verpflegung mangelte es den jungen Sportlern nicht, da sie neben einem warmen Mittagessen jeden Tag Äpfel und Bananen als Pausensnacks zu sich nehmen und ihre Trinkflaschen jederzeit auffüllen konnten, wovon alle auch reichlich Gebrauch machten.

Die Hauptintention der Veranstalter vom SVK war es, den Kindern und Jugendlichen ein breites Spektrum an Sport- und Bewegungsformen zu präsentieren und ihnen Spaß an körperlicher Aktivität zu vermitteln, aber auch die eigene Leistungsfähigkeit kennen lernen, neue Sportarten auszuprobieren und Talente zu entdecken.

Die 40 Teilnehmer der zweiten SVK-Kindersportwoche waren über die fünf Tage mit vollem Einsatz dabei und trotz der großen Altersspanne von sieben bis 14 Jahren, war es eine homogene Truppe, die untereinander viel Spaß hatte. Auch die drei Betreuer Jens Babel, Benjamin Doser und Dominik Fischer, die die „Rasselbande“ die ganze Woche durch das Sportprogramm coachten und begleiteten, waren mit großem Engagement im Einsatz und hatten viel Spaß in der Durchführung der Sportwoche.

Die SVK Sportwoche war ein voller Erfolg und wir freuen uns bereits auf die dritte Auflage im Sommer 2010, mit hoffentlich wieder so einer hohen und guten Beteiligung.

Sport nach Krebs Gruppe feiert 20-jähriges Bestehen

Die Sport nach Krebs Gruppe feierte im Mai 2009 mit einem Ausflug ihr 20-Jähriges. Der 2-Tages-Ausflug führte die Gruppe an den Bodensee in die Wasserburg.
Die Gruppe um Ruth Kollmer trifft sich jeden Mittwoch in der Osthalle von 9.00 Uhr bis 10.15 Uhr und wird von der Ärztin Fr. Dr. Schaldecker betreut. Im Anschluss an den Sport findet noch ein gemütliches Beisammensein mit Kaffee und Kuchen statt.

Sport nach Krebs Gruppe mit Anhang

Breitensport

Präventionssportkurse in der Breitensportabteilung

Beginn des Wintersemesters nach den Sommerferien ab 16.09.2009 in den städtischen Turnhallen. Einstieg auch noch nach Beginn möglich.
Infos und Anmeldung über die SVK-Geschäftsstelle bei Frau Petra Kürten Telefon 0 71 54 / 83 08 19

Präventionssportkurse im Rahmen des Breitensports:

Wirbelsäulengymnatik
jeden Mittwoch, 18:30 Uhr, Gymnasiumhalle klein, Leitung: Petra Lindner

Bandscheibengymnastik
jeden Donnerstag, 09:00 Uhr, Osthalle klein, Leitung: Christine Lange

Bandscheibengymnastik
jeden Donnerstag, 17:15 Uhr, Osthalle klein, Leitung: Ingrid Simmendinger

Bandscheibengymnastik
jeden Donnerstag, 18:15 Uhr, Osthalle klein, Leitung: Ingrid Simmendinger

Herz-Kreislauftraining und Rückenschule
jeden Freitag, 17:30 Uhr, Realschulhalle, Leitung: Doris Frey-Rochhausen

Rehabilitationssportkurse im Rahmen des Breitensports:

Sport nach Krebs
jeden Mittwoch, 09:00 Uhr, Osthalle klein, Leitung: Ruth Kollmer

Sport in Herzgruppen
jeden Mittwoch, 19:30 Uhr, Stadionhalle, Leitung: Doris Frey-Rochhausen

Sport in Herzgruppen
jeden Mittwoch, 20:00 Uhr, Stadionhalle, Leitung: Mathias Möricke

Sport in Herzgruppen
jeden Mittwoch, 20:45 Uhr, Stadionhalle, Leitung: Mathias Möricke

SVK Breitensport für Senioren

Dienstag	
10:00 Uhr Gymnastik für Ältere, ESG-Halle *Silvia Keidel*	
Dienstag	**Dienstag**
15:00 Uhr Gymnastik Spaß ESG-Halle *Ruth Eith*	20:00 Uhr Gymnastik für Herren, Realschulhalle *Reinhold Fischer*
Mittwoch	**Mittwoch**
9:30 Uhr „Junge Alte“ ESG-Halle *Ruth Eith*	16:00 Uhr Senioren Gymnastik 60+, Uhlandhalle *Hans Dachtler*
Freitag	**Sonntag**
19:00 Uhr Ehepaar-Gymnastik Osthalle klein *Hans Dachtler*	jeden 2. Sonntag des Monats Wandergruppe *Anita Betz*

SVK Behindertensport

Dienstag	Mittwoch
15:00 - 17:00 Uhr Kegeln Stammheim *Walter Grötzinger*	19:00 - 20:30 Uhr Schwimmen Alfred-Kercher-Bad *Alfred Heckler*
Freitag	
19:15 - 21:45 Uhr Sitzball Uhlandhalle *Lothar Fahrbach*	

SV Salamander Kornwestheim

SVK Allgemeiner Breitensport

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
08:15 Uhr Gymnastik für Alle Stadionhalle *Dagmar Dautel*		**18:15 Uhr** Bauch-Beine-Po Osthalle II *Isabella Buske*	**07:00 Uhr** Frühsport FunSportZentrum *Walter Schrenk*	
	09:00 Uhr Gymnastik 40+ ESG-Halle *Silvia Keidel*	**19:00 Uhr** Fitness-Gymnastik Osthalle *Dagmar Dautel*		
18:15 Uhr Yoga Gymnasiumhalle klein *Silvia Keidel*		**19:00 Uhr** Funktionelle Gymnastik Osthalle klein *Daniela Fuchs*		**17:00 Uhr** Jazztanzgruppe Teenies Gymnasiumhalle klein *Patrizia Tinello*
18:45 Uhr Funktionelle Gymnastik Osthalle klein *Petra Eppinger*		**20:00 Uhr** Fitness-Gymnastik Osthalle *Dagmar Dautel*	**19:00 Uhr** Bauch-Beine-Po Realschulhalle *Mingo Greiner*	**19:00 Uhr** Herrengymnastik 40+ „2. Weg“ Realschulhalle *Doris Frey-Rochhausen*
19:00 Uhr Body-Fitness-Spaß Eugen-Bolz-Halle *Petra Heer*	**19:30 Uhr** Step-Aerobic Eugen-Bolz-Halle *Tina Neugebauer*	**20:00 Uhr** Funktionelle Gymnastik Osthalle klein *Monika Wolf-Gröppner*	**19:45 Uhr** Fitness-Gymnastik Realschulhalle *Dagmar Dautel*	**19:15 Uhr** Konditions-Gymnastik Osthalle *Dagmar Dautel*
	20:20 Uhr Fitness Gymnastik Berufsschule Pattonville *Mingo Greiner*	**20:00 Uhr** Fitness 50+ ESG-Halle *Ruth Eith*	**20:45 Uhr** Konditionstraining Realschulhalle *Dagmar Dautel*	

2. Weg

21. Städtereise des 2. Weg vom 14. 4. – 17. 4. 2009

Auch dieses Jahr führte die Herrensportgruppe des 2. Weg wieder ihre traditionelle Städtereise durch, natürlich mit Gattinnen.

Diesmal ging die Fahrt in die Schweiz, in die Gegend des Genfer Sees.

Die erste Station war die schweizerische Bundeshauptstadt Bern, die übrigens von dem schwäbischen Herzog Berchtold V. von Zähringen 1191 gegründet wurde.

Während einer Stadtführung lernten wir die wichtigsten Sehenswürdigkeiten der Stadt kennen. Wie z.B. das Münster mit dem jüngsten Gericht über dem Portal, den Zytglogge-Turm (Zeitglocken-Turm), das Rathaus, die Bundeshäuser und verschiedene Brunnen.
Was wir leider nicht sehen konnten, waren die Namensgeber und Wahrzeichen von Bern, die Bären. Deren Gehege wird zurzeit vergrößert und auf eine artgerechte Haltung ausgerichtet.

Weiter ging es entlang des Genfer Sees und über eine recht enge Passstraße zu unserem Hotel in Les Diablerets, einem Bergdorf mitten im Herzen der Waadtländer Alpen, umgeben von Schnee bedeckten 3000ern.

Am nächsten Tag stand als erstes eine Führung durch Lausanne, dem Sitz des IOC statt. Die Universitätsstadt Lausanne ist eine der elegantesten und lebenslustigsten Städte der Schweiz. Die Kirche Notre-Dame-de-Lausanne gilt als die schönste und größte gotische Kirche der Schweiz. Unter dem Bogenviadukt des Grand-Pont liegt der lebhafteste Teil der Stadt.

Von Lausanne aus ging es zu einer Rundfahrt um den Genfer See, bei dem allerdings das Wetter nicht ganz mitgespielt hat. Trotzdem haben wir bei der Fahrt durch Genf und den Aufenthalt in Evians les Bains viele eindrucksvolle Ausblicke und Gebäude kennen gelernt.

Den Schlusspunkt dieses Tages bildete die Besichtigung des Wasserschlosses Chillon, das bereits im Jahre 1150 das erste Mal schriftlich erwähnt wurde und in dem Francois Bonivard unter unmenschlichen Umständen von 1493-1570 gefangen gehalten wurde.

Am dritten Tag ging es zuerst zur Gruyèrer Schaukäserei, in der wir natürlich auch den wohlschmeckenden Greyerzer Käse probieren durften. Weiter ging es nach Gstaad, nachdem wir diesen Prominentenort besichtigt hatten, kam der Höhepunkt der Reise, die Fahrt mit dem „Golden Pass Panoramic“ in einem extra für uns

reservierten Waggon mit Panorama-Fenster von Gstaad nach Montreux bei strahlendem Sonnenschein und herrlichen Aussichten.

Den Abschluss bildete ein Spaziergang durch die mondäne Stadt der Filmfestspiele, Montreux mit ihren Superhotels und der wunderschönen Uferpromenade.

Am vierten Tag war dann leider die Heimreise angesagt, die uns am Lac de Neuchâtel entlang zu dem gepflegten und stilvollen Neuchâtel führte, das

übrigens 150 Jahre lang preußisch war. Bei einem Spaziergang sahen wir das Schloss, die Stiftskirche und die großzügigen Patrizierhäuser.

Entlang des Bieler Sees ging es anschließend in Richtung Deutschland. Nach einer Fahrt durch den Schwarzwald und einem Kurzaufenthalt in Rottweil sind wir wieder gut in Kornwestheim gelandet.

Wie ihr seht, ist beim 2. Weg immer etwas geboten und wir würden uns jederzeit über neue Sportskameraden bei unserer Freitagsgymnastik ab 19 Uhr in der Realschulhalle freuen.

Oder schaut einfach auf unsere Internetseiten: **http://zweiter-weg.sv-kornwestheim.de**

Trainerin: Doris Frey-Rochhausen

Gruppenleiter:
Peter Schelm Telefon 07154-4118

Badminton

20. Lurchi-Cup am 16./17. Mai 2009 war wieder ein toller Erfolg

Es waren an diesem Wochenende wieder über 200 Spieler aus 60 Vereinen am Start

Siegerehrung Mixed B-Klasse mit Mirjam Müller und Steffen Gerdung vom SVK rechts im Bild

Es wurde auf 20 Spielfeldern in den beiden Sporthallen des BSZ Römerhügel um Wertungspunkte und um den beliebten Lurchi-Cup gefightet. Bei über 700 Spielen an diesem Wochenende gab es tolle und spannende Spiele zu sehen, viele Federbälle mussten ihre Federn lassen. Auch die österreichische U17-Meisterin Alexandra Mattis war am Start, sie musste sich im Finale Stefanie Matt vom BC Viernheim in 3. Satz geschlagen geben. Ein Höhepunkt war dann am Sonntag das Herrendoppelfinale in der S-Klasse, den nach spektakulären Ballwechseln im Entscheidungssatz Rene Nichterwitz und Dennis Lam (BC Wolfurt- A /Dossenheim gewannen. Den Lurchi-Cup für den besten Verein gewannen zum dritten Mal in Folge, die Spieler des BSF Neusatz, und somit bleibt der Pokal in Neusatz.
Auch einige junge Spieler und Spielerinnen vom SVK waren in der B-Klasse am Start und waren recht erfolgreich, Mirjam Müller belegte den 2. Platz im Dameneinzel, mit ihrem Partner Steffen Gerdung den 3. Platz im Mixed, und im Herrendoppel B unterlagen Michael Gerdung mit Jannik Friedrich erst im Finale. Die erst 15-jährige Tamara Gründer schied im Viertelfinale des Dameneinzel aus.

Die Lurchi-Cup-Gewinner

Die 1. und 2. Mannschaft in der Bezirksliga und der Kreisliga haben den Klassenerhalt geschafft.

Die 1. Mannschaft konnte sich nach einer Steigerung in der Rückrunde noch auf den sicheren 5. Platz in der Bezirkliga kämpfen. Bei der 2. Mannschaft war es umgekehrt, sie retteten sich durch eine sehr gute Vorrunde auf den 7. Platz von 9 Mannschaften und waren knapp dem Abstieg entronnen.
Auch für die kommende Saison, die Ende September beginnt, wird der Klassenerhalt das Ziel für beide Mannschaften sein.
Eine Jugendmannschaft kann dieses Jahr nicht an der Jugendrunde teilnehmen, da es zu wenige Jungs gibt, dafür nehmen einige neue Spielerinnen an den Regionalranglisten teil.
Ein weiterer Höhepunkt ist für viele von uns die schon seit 1987 stattfindende Freizeit im Kornwestheimer Haus in Vorderburg. Auch ehemalige Spieler und Spielerinnen werden eingeladen, auch dieses Jahr konnte man Gäste aus Berlin und aus NRW begrüßen. Es wird gewandert, gespielt, gegrillt und viel gelacht. Vom 11. bis 14. Juni fand dieses Jahr die Freizeit mit 35 Teilnehmern unter der organisatorischen Leitung von Renate und Kurt Wagner statt.

Herrendoppelfinale S-Klasse

Freizeit im Kleinen Walsertal

Die **Spieltermine** für die 1. und 2. Mannschaft,
Spielbeginn 15 Uhr und 19 Uhr, Heimspiele Römerhügel Halle 2 oder Rechberghalle

1. 26.09.09	Heimspiel
2. 10.10.09	Auswärts
3. 31.10.09	Heimspiel
4. 21.11.09	Heimspiel
5. 23.01.10	Auswärts
6. 30.01.10	Heimspiel
7. 20.02.10	Auswärts
8. 06.03.10	Auswärts

Freies Spiel für Breitensportler:

Dienstagabend von 18 Uhr bis 19.30 Uhr greifen die Hobbyspieler in der Römerhügel-Halle zum Badmintonschläger. Wer Lust hat, Badminton zu spielen ist herzlich willkommen. Schnuppern Sie ruhig mal rein, um sich selbst von der angenehmen Atmosphäre zu überzeugen, ein Probetraining kostet nichts. Erst bei regelmäßiger Teilnahme ist ein Vereinsbeitritt obligatorisch. Für Anfänger und alle, die noch nie oder nur selten einen Schläger in der Hand hatten, steht ein erfahrener Spieler und Betreuer mit Rat und Tat zur Seite. Nicht nur der Trainingsabend ist sehr gut besucht, auch die anschließende Runde beim Durstlöschen ist stattlich. Für alle, die sich nicht nur auf den sportlichen Teil beschränken, ist die Breitensportgruppe also mehr als nur Badminton. Geselligkeit und Vergnügen stehen ebenso an vorderster Stelle.

Dienstag 18.00 Uhr - 19.30 Uhr
Sporthalle Berufsschulzentrum Römerhügel

Karate

Interview mit Dieter Dambaur – Trainer in der Abteilung Shotokan-Karate zur 40-jährigen Vereinsmitgliedschaft

Hallo Dave (Spitzname in der Abteilung) du feierst in diesen Tagen deine 40-jährige Mitgliedschaft in der Karateabteilung. Kannst du uns ein wenig davon erzählen, wie alles angefangen hat?

Nun, ich hatte damals gerade eine Lehre als Elektromechaniker begonnen und einer meiner Lehrlingskollegen nahm mich einfach mal zum Training mit. Dort konnte ich dann sehen, mit welcher Begeisterung und Verbissenheit die Leute trainierten.
Kniebeugen mit einem Mann auf der Schulter, Spagat bis zur Schmerzgrenze, Fauststöße und Fußtritte bis zur Erschöpfung. Und das alles mit großer Konzentration und Disziplin. Aus heutiger Sicht muss man über viele dieser Übungen den Kopf schütteln.
Der Trainer, Horst Fuchs, hat alle Übungen vor- und mitgemacht, was ich auch heute noch für mich in Anspruch nehme. Am eindrucksvollsten waren für mich die Selbstverteidigungstechniken, mit denen man einen Angreifer zu Boden zwingen konnte. Erstaunt war ich auch darüber, wie sich die in weißen Anzügen gekleideten Kämpfer nach dem Duschen in nette Kumpels verwandelten, die einem schon nach dem ersten Probetraining das Gefühl gaben, dazuzugehören.
Der Einstieg war dann doch härter als ich gedacht hatte. Körperliche Fitness kommt nicht von alleine. Man muss dafür schwitzen. Es gibt Phasen, in denen man denkt, das schaffe ich nie, wozu quäle ich mich hier ab. Oder: ...eigentlich hätte ich große Lust, das Training heute mal zu schwänzen.
Aber mit jedem Fortschritt kam auch die Befriedigung, etwas geschafft zu haben; ein Gefühl, wieder eine Ziellinie überschritten zu haben, begleitet von der Anerkennung des Trainers - unheimlich anspornend!
Im Übrigen stärkte das mit der Zeit auch mein Selbstvertrauen, das damals noch sehr schwach ausgebildet war. Schließlich wusste ich, was ich gelernt hatte. Meine Partner im Training zeigten mir aber auch meine Grenzen auf. Das schützt vor Überheblichkeit.

Was fasziniert dich denn gerade an dieser Sportart?

Vorneweg, aus heutiger Sicht finde ich alle Sportarten gut, wenn sie nur intensiv und konzentriert ausgeübt werden. Deshalb finde ich die Frage müßig: was ist besser? Judo, Karate Aikido etc.? Am Karate fand ich anfangs interessant, dass alle wichtigen Fähigkeiten trainiert werden: Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit, Geschwindigkeit, Motorik, Übungen alleine und mit Partnern. Mit steigendem Interesse versuchte ich auch über Bücher den Ursprüngen dieser asiatischen Kampfsportart näherzukommen. Dadurch wurde mir immer klarer, wie sich das „Kämpfen" mit sich selbst auf Geist, Psyche und Charakter auswirkt. Ich war konzentrierter; ich gab nicht gleich auf, wenn etwas nicht klappte, und das nicht nur im Training!

Wie wird man vom Schüler zum Trainer?

Anfangs ist man natürlich ganz wild darauf, die Gürtelprüfungen zu absolvieren. Das ist jedoch eine Sache von Jahren und nur ein äußeres Zeichen des Trainingsfortschritts. Irgendwann macht man Übungen nicht nur nach, sondern auch vor. Es begann damit, dass mich der Trainer immer öfter nach vorne holte, um mit mir zusammen Selbstverteidigungstechniken vorzuzeigen. Später sollte ich Teile des Trainings, z.B. das Aufwärmen oder die Gymnastik übernehmen. Manchmal musste die große Gruppe aufgeteilt werden und ich durfte die Anfänger unterrichten.
Vor zwanzig Jahren zog sich dann unser Trainer Horst komplett aus dem Training zurück und glücklicherweise konnten wir Kinder, Jugend und das Erwachsenentraining dank ausreichender Schwarzgurt-Träger selbst managen.

Was motiviert dich als Trainer?

In der gegenwärtigen Aufteilung kümmere ich mich hauptsächlich um das Jugendtraining. Ich finde es faszinierend, dass es immer noch Jugendliche gibt, die ihre Zeit nicht nur vor dem PC oder der Playstation verbringen. Wie es scheint, haben sie Spaß daran, sich mit anderen zu messen.
Erstaunlicherweise scheinen sie auch ein gewisses Maß an Disziplin zu brauchen, die sie im Karatetraining finden. Sie genießen es, akzeptiert zu werden, so wie sie sind. Mir scheint, dass Jugendliche im Sportverein weniger anfällig sind für Mobbing, weil sie sich hier anerkannt fühlen, sich mitteilen können und genug Selbstvertrauen entwickeln, um nicht „Opfer" zu werden. Oder anders und flapsig ausgedrückt: Solange sie trainieren, klauen sie schon keine Autos. So kann man als Trainer und Bezugsperson seinen bescheidenen Beitrag zur gesunden Entwicklung von Jugendlichen leisten. An dieser Stelle Dank an alle ehrenamtlichen Mitarbeiter in Vereinen, deren Einsatz für die Gesellschaft nicht hoch genug gewürdigt werden kann!

Was hat sich denn in der Vereinsarbeit in den letzten 40 Jahren verändert?

Vielleicht sieht man die Vergangenheit immer ein wenig verklärt, man redet gerne von der guten alten Zeit. Aber mir scheint, dass die Gemeinschaft und Verbindlichkeit im Verein schon etwas gelitten hat.
Wenn es früher üblich war, sich an einem Samstag zu treffen, um die Umkleideräume frisch zu streichen oder einem Vereinskameraden beim Umzug zu helfen, ist es heute eher so: man zahlt seinen Beitrag und hat dafür seinen unverbindlichen Anspruch auf Training. Und sollte die Dusche mal kalt sein, beschwert man sich halt, statt für Abhilfe zu sorgen.
Was sich leider auch geändert hat, sind die körperlichen Fähigkeiten der Kinder und Jugendlichen. Auch dank fehlender Förderung im Schulsport gehen Fähigkeiten wie Motorik, Kraft, Ausdauer, Gleichgewichtsgefühl usw. zusehends verloren. Das verwundert

auch nicht weiter, schaut man sich den Tagesablauf eines Schülers an.

Was ist dein Motto?

Um mit Konfuzius zu antworten: „Der Weg ist das Ziel". Das trifft ziemlich genau meine Einstellung zum Leben im Allgemeinen und zum Karate im Besonderen. Ständiges Lernen, sich weiter entwickeln, neugierig sein auf Unbekanntes, nicht lange überlegen, sondern einfach tun. Das ist auch eine Erkenntnis, die ich gerne weitergeben würde. Zurückblickend erkennen wir auch, dass das, was wir sind, geprägt ist durch den Weg, den wir gegangen sind, die Entwicklung, die wir erfahren haben, den Menschen, denen wir begegnet sind. Und vielleicht waren ja auch Vorbilder dabei. Wenn du mal nachdenkst, wird dir sicher die eine oder andere Person aus deiner Vergangenheit einfallen.

Was im Karate ist dir wichtig?

Zuerst würde ich gerne mit den Vorurteilen in den Köpfen vieler Menschen aufräumen wollen.
Karate ist nicht das Zerschlagen von Brettern, auch wenn es gerne so demonstriert wird. Karate ist nicht die Ausbildung von Menschen zu unbesiegbaren Kampfmaschinen. Es ist die konsequente Arbeit an sich selbst. Es ist Weiterentwicklung von Körper, Geist und Charakter, Spaß an der Gemeinschaft. Karate hat harmonische und sogar ästhetische Elemente. So gerate ich beim Betrachten einer „Kata", von einem Profi ausgeführt, immer wieder ins Schwärmen. Du weißt nicht was „Kata" ist? Komm mal ins Training. Wir zeigen es dir.

Vielen Dank, Dave. Vor allem herzlichen Dank für deinen jahrelangen, hervorragenden Einsatz als Trainer für unsere Kinder, Jugendlichen und Erwachsenen!

Wir wünschen uns, dass wir noch lange von deinen Erfahrungen und deiner Meisterschaft im Karate lernen können und dir alles Gute für deinen weiteren Weg!

Das Gespräch führte Ute Dillerup

Neue Anfängerkurse Karate/Selbstverteidigung für Kinder, Jugendliche und Erwachsene

Beginn: ab 19. Oktober 2009

Ort und Zeit:

Kinder-Anfängerkurs: ab 7 Jahren
donnerstags 18.00.-19.00 Uhr,
Bolzschule

Kurs Jugendliche: ab 12 Jahren
montags 18.30-20.00 Uhr, ehem. ESG-Turnhalle, Jahnstr. 100

Kurs Erwachsene: für alle Altersklassen (auch Ü 40!)
montags 20.00-22.00 Uhr, ehem. ESG-Turnhalle, Jahnstr. 100
- auch Wiedereinsteiger sind willkommen! -

Anmeldung und Info bei:
Ute Dillerup: 07141/43230 (AB)
E-Mail: info@sv-kornwestheim.de

Karate ist sehr vielseitig: Körperbeherrschung, Kraft, Ausdauer, Reaktionsschnelligkeit, Beweglichkeit und Konzentrationsfähigkeit werden trainiert. Auch ein gewisses Maß an Disziplin und achtsamer Umgang mit dem Partner sind wichtig. Die Grundidee ist, Körper, Geist und Charakter im Einklang zueinander weiterzuentwickeln.

Wesentlich ist die Einstellung, mit der trainiert wird. Wir trainieren traditionelles Shotokan-Karate in gemischten Gruppen mit Schwerpunkt Selbstbehauptung/Selbstverteidigung als Breitensport, kein Wettkampfkarate. Auch Fitness, Gymnastik, Atemübungen, Spiel und Spaß haben ihren Platz im Training!

Einfach mal zum Probetraining vorbeikommen. Wir freuen uns auf dich!

Für Ihre Gesundheit
Blutdruckmessung
Blutzuckermessung
Körperfettbestimmung
Kompressionsstrümpfe

Service
Homöopathie
Natürliche ätherische Öle
Kundenkarte
Botendienst
Reiseapotheke

Verleih
Medela-Milchpumpen
Babywaagen
Pari-Boy

Besonderheiten
Dr. Hauschka Kosmetik
Caudalie

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

Bowling

SVK Bowling Abteilung

Im Jahr 2009 haben zu Beginn des Jahres in den Monaten Januar und Februar die SVK Bowlerinnen und Bowler noch ihre letzten Liga-Spiele absolviert. Die Damen wurden in der Bezirksliga leider Letzte und müssen wahrscheinlich im September eine Klasse tiefer antreten.

Ein Mannschaftsschnitt von 150,74 war für die Bezirksliga nicht ausreichend. Als beste der SVK Bowlerinnen in der Liga belegte Ingeborg Rapczynski Platz 17 mit Schnitt 150,74.

Die zweite Herrenmannschaft wurde ebenfalls Tabellenletzter in der Kreisklasse mit Mannschaftsschnitt 158,56. Bester SVK-ler in der Liga war Mihael Lesnjek auf Platz 3 mit Schnitt 181,0. Er hatte aus Zeitgründen in der Zweiten gespielt.

Die erste Herrenmannschaft belegte den vierten Platz in der Bezirksliga mit Mannschaftsschnitt 176,57. Bester SVK-ler in der Liga war Matthias Elsässer auf Platz 10 mit Schnitt 186,4.

Bei den Württembergischen Meisterschaften waren diesmal aus Zeitgründen nur Ingeborg Rapczynski und Ursel Elsässer bei den Seniorinnen am Start, wo Ingeborg Rapczynski es bis ins Finale schaffte.

Das Hauptaugenmerk der Bowlingabteilung galt der Deutschen Eisenbahner-Meisterschaft, die Manfred Kastl für den VDES Bezirk Württemberg in der Austragung übernommen hatte. Die SVK Bowlerinnen und Bowler durften alle an diesem Turnier teilnehmen, da sie beim VDES Bezirk Württemberg Mitglied sind.

Ingeborg Rapczynski

Manfred Kastl und seine Mannen machten sich an die Ausschreibung in ganz Deutschland und legten die Durchführung auf den 22. und 23.5.2009 fest. Hotels und die Bowling Anlage City Bowling wurden reserviert.
Jeweils 6 Spiele Vorlauf und Finale für alle waren angesetzt und die Siegerin bzw. der Sieger dürfen sich Deutscher Eisenbahnmeister/in Bowling 2009 nennen.
90 Teilnehmer/innen hatten sich beim VDES Frankfurt oder Manne Kastl angemeldet und 24 Teilnehmerinnen und 59 Teilnehmer traten in der City Bowling in Stuttgart dann auch an. Darunter viele SVK-ler, die es auch wissen wollten.
Am Samstagabend im Vereinsheim Nord ESG konnte Volker Rosenkranz, Bezirksvorsitzender VDES Bezirk Württemberg, mit seinem Kollegen Fritz Kowalski aus Berlin sowie VDES Fachwart Bowling Manfred Kastl folgende Sieger/innen küren:

VDES Verband Deutscher Eisenbahner-Sportvereine
Sport der Bahn

Damen:

1. Ingeborg Rapczynski
SVK Kornwestheim, Schnitt 172,08
2. Petra Opitz, Duisburg, 169,5
3. Diana Ludwig, Esslingen, 166,42

Herren:

1. Thomas Metz, Berlin, 201,42
2. Marcel Naggies
SVS Kornwestheim, 199,67
3. Andreas Knodel,
Stuttgart, 198,83

Die Sieger/innen erhielten Urkunden und Sachpreise.

Für den SVK belegten die Teilnehmer noch folgende Platzierungen

Damen:

9. Uschi Elsässer, Schnitt 154,00

18. Renate Schulz, 136,42

Herren:

15. Elsässer Matthias, 170,50

28. Winter Matthias, 157,17

39. Hallmann Bernd, 144,92

47. Naggies Werner, 137,92

Das Turnier endete mit einem gemeinsamen Abendessen, der Siegerehrung in gemütlicher Runde im Vereinsheim Nord.

Die Abteilung beendete die Aktivitäten mit einem Gartenfest bei schönstem Wetter im Juli 2009.

Im September beginnt die neue Liga Spielsaison. In der Planung sind wieder 3 Mannschaften, eine Damen und zwei Herren. Wobei der Sportwart hofft, endlich mal wieder alle ohne Verletzungen oder Krankheiten an Bord zu haben um bessere Platzierungen anzustreben.
Info für Interessierte:
Trainingsabend dienstags von 20.00 Uhr — 22.30 Uhr City Bowling Stuttgart (Hofdiener Garage)

Kontaktadresse:
Manfred Kastl, Traifelbergstraße 13, 70806 Kornwestheim

Von links: Volker Rosenbaum (Württemberg), Manfred Kastl, Ingeborg Rapczynski, Fritz Kowalski (Berlin)

Von links: Diana Ludwig, Rabea-Maria Dolle, Monika Richter, Petra Opitz, Ingeborg Rapczynski, Lothar Krause, Birgit Kronbügel, Thomas Metz, Marcel Naggies, Andreas Knodel, Team-Leiter Manfred Kastl

KKH-Allianz – Ein gesundes Angebot.

Die Allianz hat mit der KKH-Allianz ab sofort eine innovative, gesetzliche Krankenversicherung im Angebot, die Ihnen besondere Leistungen bietet. Darüber hinaus kooperiert sie mit der Allianz Private Krankenversicherung, so dass wir für Sie jederzeit attraktive Pakete schnüren können.

Vermittlung durch:
Schaible und Kuhn OHG, Generalvertretung
Bahnhofstr. 24/1, D-70806 Kornwestheim
schaible.kuhn@allianz.de, vertretung.allianz.de/schaible.kuhn
Tel. 0 71 54.8 25 40

Hoffentlich Allianz.

Allianz

Fußball

Personalprobleme bleiben auch in der neuen Saison bestehen

Bei den Damenfußballerinnen bleibt auch in der neuen Saison das Problem eines kleinen Spielerkaders bestehen. Nur zwei Neuverpflichtungen sind zu vermelden. Stefanie Summer wechselte von Rommelshausen und Claudia Carlotta vom TSV Ludwigsburg zum SVK. Trotz mehrerer Gespräche wollte keine weitere Spielerin zu uns, äußert sich Abteilungsleiter Ralf Albrecht.

Unsere Suche nach weiteren Verstärkungen blieb leider erfolglos. Eigentlich unverständlich, wo wir doch in den letzten Jahren mehr erreicht haben und auch mehr für unsere Frauen getan haben, als Vereine, die schon viel länger im Frauenfußball tätig sind.
Ein weiteres Problem ist der Mädchenfußball bei uns. Von dort ist in naher Zukunft auch keine Verstärkung zu erwarten, da nicht alle Altersbereiche ausreichend abgedeckt sind und wir auch da in Konkurrenz mit einem Kornwestheimer Verein stehen.
Schmerzlich ist auch, dass Martina Eisele, die beruflich nach Worms ziehen musste und Iris Haller, die in Ulm studiert nur noch als Notnagel zu Verfügung stehen.

Als guter Griff erwies sich die Verpflichtung des neuen Trainers Michael Reuss. Seit er die Damen trainiert sind die noch motivierter als in den vergangenen Jahren. Dies zeigte auch der deutliche Sieg gegen den TSV Mühlhausen deren Spielerinnen es unseren Damen über 90 min. nicht leicht machten.

Bedanken möchte sich die Abteilung Damenfußball besonders bei ihren Sponsoren Firma ConceptAS, Schreinerei Hartmut Blank und der Firma Rainer Blank, ohne deren Unterstützung, der Erhalt der Damenmannschaft beim SVK unmöglich wäre.

Des Weiteren bei den ehrenamtlichen Torwarttrainern Claus-Dieter und Werner Brech, dem Sani Achim Poettel und dem Ex-Trainer und neuen sportlichen Leiter Erwin Wagner.

An alle Damen, die mal Fußball gespielt haben oder es wollen, sei gesagt, dass sie bei uns willkommen sind.

Hinten links Torwarttrainer Claus-Dieter Brech, Ralf Albrecht Abtl. und Co-Trainer, Constanze Junge, Tanja Gajic, Sabrina Schlegel, Tamara Garcia Morales, Daniela Riedinger, Nicole Wössner, Anja Albrecht, Trainer Michael Reuss, Sportlicher Leiter Frauen-und Mädchenfußball Erwin Wagner, Torwarttrainer Werner Brech
Vordere Reihe: Claudia Garlotta, Stefanie Summer, Stefanie Theil, Katharina Polzin, Marlene Kindl, Julia Junge, Kerstin Bickert, Susan Schiemann

Fußball

Die fußballfreie Sommerzeit ist zu Ende

Der Spielbetrieb nimmt uns seit kurzem wieder voll in Anspruch.

Nachdem in der vergangenen Saison die sportlichen Ziele sowohl bei der 1. als auch der 2. Mannschaft erreicht werden konnten, wurden die Planungen für die bevorstehende Saison 2009/2010 bereits im Frühjahr durch die dafür Verantwortlichen in Angriff genommen und zum überwiegenden Teil positiv zum Abschluss gebracht. Auch im Umfeld und bei der Durchführung des Spielbetriebes wurden Überlegungen nötig, wie zukünftig verfahren werden soll, teils gezwungen durch äußere Umstände und Änderungen im Profibereich und der daraus resultierenden Übertragungsrechte und Sendezeiten. Das Sommerloch brachte die folgenden Veränderungen.

Die gravierendste Veränderung wurde im sportlichen Bereich vollzogen. Durch das Engagement unseres Abteilungsvorstands Peter Wagner wurde für die Spielzeit 2009/2010 wieder eine 3. Mannschaft für den Spielbetrieb gemeldet. Hier steht nicht der Leistungsgedanke im Vordergrund, sondern die Maßnahme, auch den Breitensportbereich zu stärken. Nachdem sich die Fernsehwelt im Bereich der Übertragungsrechte für die Fußball-Bundesliga drastisch verändert hat, wurden mehrere Heimspiele unserer 1. Mannschaft auf eine Anstoßzeit auf 11.00 Uhr beim Staffeltag vorverlegt, sodass wir hier davon ausgehen, keinen so großen Rückgang im Bereich unserer treuen Zuschauer hinnehmen zu müssen, zumal der VfB Stuttgart wahrscheinlich in der UEFA-Champions-Liga vertreten sein wird und somit sonntägliche Bundesligaspiele zu absolvieren hat.

Unserem Sportdirektor Bernhard Plitzner und den Trainern ist es gelungen, ambitionierte und entwicklungsfähige Mannschaften zusammenstellen zu können. Bei der 1. Mannschaft haben wir 10 Abgänge zu verkraften, allerdings wechseln hiervon 4 Akteure zur 2. bzw. 3. Mannschaft, was diese eindeutig verstärken soll. Definitiv als Abgänge sind Marco Kindermann (pausiert wegen Studium), Allesandro Spanu (Karriereende), Prince Nathan (FC Marbach), Dominik Rometsch (VfB Neckarrems) sowie Serkan Ata (Ziel unbekannt) und Christian Ortlepp (FC Walthershausen/Thüringen) zu verzeichnen.
Neu zum Team von Cheftrainer Martin Deutsch stoßen Tihomir Marusic, Eugen Weimer und Yavuz Tepegöz (alle FV Zuffenhausen), Martin Großmüller (SpvGG Satteldorf), Clement Ezebe (SV Alemannia Ludwigshafen-Maudach), Rückkehrer Carlos Freitas (FV Ermis Stuttgart) und die unserer eigenen A-Jugend entwachsenen Spieler Sofiane-Ali Adem, Timo Binder, Florian Braun, Fathi Kületzi und Davide Nicolazzo. Bei der 2. Mannschaft haben wir die erste Veränderung bereits im Trainerteam, weiterhin an Bord bleibt Franco Porco, der neu von Heiko Stuber attestiert wird, der Peter Trausch ersetzt und weiterhin als Spieler zur Verfügung steht. Die Stammkräfte konnten weitgehend gehalten werden, nachdem bereits in der Winterpause erste Abgänge verkraftet werden mussten. Den SVK II verlassen haben Sebastian Thomas, Enver Ukshini, Stefan Floß und Frank Stütz (bereits in der Winterpause alle zum Nordhangexpress/Freizeitliga), Sami Nobani (Karriereende), Marcel Sabato (Ziel unbekannt), Sascha Bickert (FV Zuffenhausen) sowie Markus Trausch, der eine schöpferische Pause einlegt. Neben den bereits bewährten Kräften der 1. Mannschaft, Fabian Kuhn, Marcel Luttenberger, Antonio la Monica und Dominik Zikofsky konnten Rückkehrer Dominik Kindermann (FV Zuffenhausen), Philipp Richter (FC Schwaben/Freizeitliga), Sven Gmeiner und Tobias Loch (vereinslos) sowie Stefan Langner (DJK Mühlacker) gewonnen werden.

Die 3. Mannschaft wurde unter Federführung von Peter Wagner neu aufgebaut. Hier wird vor allem auf bewährte und altbekannte Gesichter aus Kornwestheim gesetzt. Als Trainer wird Frank Owczarzk fungieren, der ehemalige Kornwestheimer Akteure für das Unternehmen gewinnen konnte. Aus der früheren 4. Mannschaft werden u. a. Kevin, Nico und Stefan Owczarzak, Tobias Uhrich, Mehmet Kütükcü, Dimitrios Marmaras, Michael Seitz, Benjamin Scherl, Marc Teudeloff, Andreas Mitzich, Stefan Berchner, Michael Reuss, Michael Häfner, Marcel Stegmayer, Jan Jordan und Ömer Keskin am Ball sein. Bis Saisonstart soll noch der eine oder andere Spieler hinzukommen.

Von der Arbeit aller Verantwortlicher im sportlichen Bereich bin ich überzeugt. Ich wünsche allen Teams eine erfolgreiche Spielzeit und hoffe, dass Sperren und Verletzungen die Mannschaften nicht schwächen werden.
Weiterhin zur Verfügung steht der Abteilung das altbewährte Hüttle-Team, das so seinen Beitrag zum Gelingen einer hoffentlich gelungenen Saison beisteuert. Die sportlichen Leistungen sollen unseren Zuschauern und Sponsoren über die gesamte Spielzeit Freude bereiten.

Uli Weber
Abteilungsleiter Fußball-Aktive

Fototermin der Fußballjugend

Gesamtbild der Fußballjugend

Viel Trubel und ein Klicken von vielen Fotoapparaten war von den Eltern und Zuschauern zu sehen und zu hören, als die Fußballabteilung ihre Bilder für die neue Saison im Stadion schoss. Ein Gesamtbild, Mannschaftsbilder, und das Trainerteam wurden nach etlichen Stellproben geschossen.
Am Ende war der Fotograf froh, als er alle Bilder im Kasten hatte.

Die genervten Trainer und Betreuer

HOLZBAUR & PARTNER

STUTTGARTER STRASSE 30
70806 KORNWESTHEIM
TELEFON (07154) 81600-0
TELEFAX (07154) 81600-16
MAIL@HOLZBAUR.COM
WWW.HOLZBAUR.COM

holzbaur & partner
STEUERBERATER UND WIRTSCHAFTSPRÜFER

Nicht das, was wir können, sondern das, was Sie brauchen, steht bei uns an erster Stelle. Und das ist immer mehr Engagement.

Judo / Ju-Jutsu

15 Jahre Judo in Kornwestheim

Auf eine mittlerweile 15-jährige Geschichte kann das Judo in Kornwestheim zurückblicken.

Denn im März 1994 begann alles mit der ersten Trainingseinheit mit einer kleinen Anzahl an Kindern und Jugendlichen unter dem damaligen Trainer JÖRG EISELE in der Schillerschule im Norden von Kornwestheim. Einige Zeit später übernahm JÜRGEN RAUSCHOPF zusammen mit MARTIN BENZING das Training.
Wenig später im Oktober 1996 wurde das Ju-Jutsu-Training für die Erwachsenen etabliert, um natürlich auch diesen etwas bieten zu können.

Einige Jahre später wiederum übernahmen dann HEIKO SCHWENK und MARTIN BENZING das Ruder im Judo und führten die bisherige Erfolgsgeschichte fort. Die Mattenfläche war bis zum Ende ihrer Trainerzeit im Jahr 2002 auf 150 qm² angewachsen.

Judogruppe 1999

Judogruppe November 2002

Im Januar 2003 übernahm dann ein ehemaliger Schüler der beiden, MARTIN ETTER, das Training. Die Gruppe hatte mittlerweile eine Teilnehmerzahl von 33 Teilnehmern erreicht. Am Anfang desselben Jahres stieß auch CHRISTIAN WENZEL als Trainerkollege dazu und von nun an sollten die beiden jungen Trainer das Training gemeinsam abhalten.

In der folgenden Zeit mussten sich die beiden erst einmal in ihre neue Aufgabe einarbeiten und so führten sie die Konzepte ihrer Vorgänger eine Zeit lang fort, bis dann die ersten beiden Gürtelprüfungen im Dezember 2004 stattfinden konnten.

Im Laufe der Jahre verfeinerten die beiden zusehends ihre eigenen Techniken und Trainingsmethoden und so gewann das Kinder- und Jugendtraining an Qualität. Genau 15 Jahre später, im März 2009 erreichte die Gruppe mit einer Teilnehmerzahl von 66 Teilnehmern, verteilt auf 3 verschiedene Trainingstage, ihr Maximum.

Insgesamt haben die beiden in ihrer bisherigen Amtszeit eine Vielzahl von Kindern und Jugendlichen auf insgesamt 16 Gürtelprüfungen vorbereitet, wobei im März 2009 die bisher größte Prüfung auf drei Matten parallel mit 3 Prüfern stattfand.

Aber nicht nur das Technik- und Prüfungstraining gewann an Form, sondern auch das Wettkampftraining, was man an den zahlreichen Erfolgen sehen kann. Die größten Erfolge und die dazugehörigen Judoka sind nachstehend aufgelistet. Zudem war einer der vielen wettkämpferischen Höhepunkte das vereinsinterne Weihnachtsturnier, welches 2003 stattfand.

Organisatorisches hat sich den vergangenen Jahren aber auch einiges getan. Im Jahr 2007 bekam die Judo-Gruppe unter „www.judo-kornwestheim.de“ ihre eigene Homepage, auf der Ergebnisse und Termine bekannt gegeben werden, sowie eine Vielzahl von Bildern der vergangenen Jahre zu finden sind.
Aber nicht nur im Bereich Homepage hat sich etwas geändert, sondern auch im Vereinsbereich. So verschmolz der 1. FV Salamander Kornwestheim 1902 e.V. zusammen mit dem TV Kornwestheim 1894 e.V. und der ESG Kornwestheim e.V. im Jahr 2006 zum SV „Salamander“ Kornwestheim 1894 e.V.
Und auch auf der Matte bekamen die beiden Trainer Zuwachs. So helfen seit einiger Zeit zwei Elternteile, GREGOR BRESKE und MICHAEL NETHE, wenn es ihnen die Zeit erlaubt, aktiv auf der Matte mit.

Wenn man alle Personen und Helfer nennen möchte, die in den letzten 15 Jahren maßgeblich an der Entwicklung des Judo in Kornwestheim beteiligt waren, so würde man eine sehr lange Liste erhalten. Ein besonderer Dank aber gilt natürlich erst einmal den Trainern im Judo und Ju-Jutsu, sowie unserer Abteilungsleiterin SABINE WANDER, welche alle gemeinsam maßgeblich das Training gestaltet haben und der Abteilung ihren persönlichen Stempel aufgedrückt haben.
Ein weiterer Dank gilt dem MTV Ludwigsburg unter der Federführung von JACQUES COSSON, mit welchem wir seit vielen Jahren eine äußerst harmonische Kooperation im Budo-Sport haben.
Und natürlich auch Dank an alle Eltern, die die Trainer und ihre Kinder so hervorragend über all die Jahre unterstützt haben.

Zum Schluss kann man dem Judo-Sport in Kornwestheim nur alles Gute wünschen und wir sind gespannt auf die nächsten 15 Jahre...!

柔術

Ehrenamtspreis für Judo-Trainer

Im Rahmen der Internationalen Deutschen Einzelmeisterschaft im Judo, den German Open, wurde neben hochkarätigen Kämpfen unter anderem mit dem Olympiasieger Ole Bischof, auch der Ehrenamtspreis des Württembergischen Judo-Verbandes an verdiente Trainer und Vereinsfunktionäre übergeben. Darunter auch an den Judotrainer Christian Wenzel des SV Salamander Kornwestheim.
Unter vielen Bewerbern für diesen Preis wurde Christian Wenzel aufgrund seines ehrenamtlichen Engagements im SV Kornwestheim ausgesucht. Seit beinahe 6 Jahren steht er dem SV Kornwestheim als Trainer zur Verfügung und hat in den ganzen Jahren einiges an Aufopferung für den Sport und für den Verein gezeigt.
Nicht nur, dass er immer ein offenes Ohr für die Kindern und Eltern hat, nein auch am Wochenende opferte er oft Zeit, um die Kinder auf den Turnieren und Meisterschaften zu unterstützen. Aus diesen Gründen wurde ihm vom Württembergischen Judo-Verband durch den Vize-Präsident Gerd Lamsfuß dieser Preis verliehen.
Neben Christian Wenzel wurden auch noch Martina Hanke und Sven Albrecht vom Judozentrum Heubach mit diesem Preis bedacht. In seiner Rede bedankte sich Gerd Lamsfuß bei allen Ehrenamtlichen in den Vereinen und Verbänden und wünschte den Preisträgern eine gute Zukunft für ihr ehrenamtliches Engagement.

Christian Wenzel (links) und Martin Etter (rechts) nach der Preisverleihung mit Scheck

Wettkampferfolge der letzten Jahre:

1. Platz Süddeutsche Einzelturnier U17 2003 - Marian Hertle

3. Platz Württembergische Landeseinzelmeisterschaft U20 2006 - Marian Hertle

3. Platz Nord-Württembergische Einzelmeisterschaft U17 2007 - Nicole Mathes

3. Platz Nord-Württembergische Einzelmeisterschaft U17 2008 - Lisa Bagli

1. Platz offene Bayerische Katameisterschaften Kategorie Nage-No-Kata 2008 - Martin Etter

2. Platz Württembergische Katameisterschaften Kategorie Nage-No-Kata 2008 - Martin Etter

4. Platz Württembergische Katameisterschaften Kategorie Nage-No-Kata 2008 - Axel Rothert, Philipp Bagli

1. Platz offene Deutsche Katameisterschaften Kategorie Nage-No-Kata 2008 - Martin Etter

2. Platz Fellbacher Kappelbergturnier U12 2008 - Nunziatina Nassrallah

1. Platz Württembergische Katameisterschaften Kategorie Nage-No-Kata 2009 - Martin Etter

2. Platz offene Deutsche Katameisterschaften Kategorie Nage-No-Kata 2009 - Martin Etter

...und eine Vielzahl von Medaillen auf kleineren Turnieren

Die Dienstagsgruppe

Die Mittwochsgruppe

Leichtathletik

Nachwuchs des LAZ Salamander lieferte vier Titel ab

Bei den Landesmeisterschaften der Nachwuchsleichtathleten, für die erstmals das Großstadion von Ulm zur Verfügung stand, holte das LAZ Salamander sofort vier Titel ab. Dies war von Bedeutung, weil ja unter der Regie von Stadtverbandtrainer Marko Lindner die Nachwuchstruppe nach vielen altersbedingten Veränderungen neu aufgestellt werden musste. Die Junioren waren dabei besonders erfolgreich. Denn zur großen Überraschung war der Hürdenspezialist Berthold Daubner auf der von ihm zusätzlich gewählten 200-m-Strecke direkt als Seiteneinsteiger erfolgreich: er schlug in 21,68 sec auch den VFB-Läufer Fabian Sterzing sicher.Auch als Erfolg einer Umstellung kann der Sieg von Alexander Müller über die 110 m Hürden angesehen werden, der zwar in München studiert, aber Salamander treu blieb und in 14,79 sec in persönlicher Bestzeit gewann. Als A-Jugendliche stieg über die 400

m Hürden Christina Kupprion bei den Juniorinnen ein. Und der Schützling von Trainer Sony Kromer holte klar in strömendem Regen in 59,98 sec die Meisterschaft ab. Die Jugend war über die 4 x 100 m voll da und gleich mit Bestzeit, die deutsches Format hatte: 48,62 sec. Nicole Sandrieser, Sara Kuhnle (Vizemeisterin in 100 m), Laura Wolf (Vizemeisterin im Stabhochsprung) und Judith Werner waren nicht zu schlagen. Eine Fülle von Medaillen auf den Rängen zwei bis drei, gute weitere Plätze kamen noch dazu für die von Marko Lindner, Sven Rees und Manfred Reichert aufgebauten Talente.

Deutsche Meisterschaft für die Jugend von LAZ Salamander

Mit einer Finishleistung aus aussichtsloser Lage eroberte sich die Mannschaft der weiblichen Jugend in Rhede bei den deutschen Meisterschaften den Titel über die 4 x 100 m-Staffel der B-Jugend. Eine Glanzleistung, die alle Nerven kostete, denn Salamader war nach einem famosen Vorlauf mit Bestzeit von 47,27 sec als haushoher Favorit ins Finale gegangen. Doch der erste Wechsel war schwächer als sonst, sodass das Team von Trainer Marko Lindner an seinem Geburtstag in Rückstand kam, aber durch prächtige weitere Wechsel und eine Schlussläuferin mit Elan aus der Hinterhand wie Judith Werner noch die Spitze eroberte und mit 47,81 sec vor Wattenscheid in 48,02 sec gehalten werden konnte, nach jahrelangen Aufbauarbeiten mit Talenten aus drei verschiendenen Talentgruppen unter Trainern wie Claudio Tarantini, Marc Julian Bonnet und in Einzelübungen auch Sven Rees hier seine Krönung fand und in der württembergischen Kolonie, aber auch im Fankreis der Lurchis große Freude auslöste. Verständlich, denn Die Meisterschaft des Landes wurde in Ulm erobert und nun wurde der deutsche Titel aufgesattelt sodass Vereinspräsident Heinz Kipp spontan meinte: „Wir sind jetzt im Jugendsektor vielfach nach vorne gekommen und nun auch in den deutschen Titelkömpfen in zahlreichen Finals dabei, da kann man im Salamander-Team und seinen Trainern stolz sein."

Die Namen der Läuferinnen: Nico Sandrieser, Sara Kuhle, Laura Wolf, Judith Werner, Ersatz Judith Krauth.

Branka Hajek Vierte bei der EM in Belgien

Mit neuer persönlicher Bestleistung 2009 hat Branka Hajek vom LAZ Salamander Kornwestheim/Ludwigsburg bei der Europameisterschaft über die 100-Kilometer-Distanz in Torhout (Belgien) aufgewartet. Nach 8:07,49 Stunden erreichte die 25-Jährige das Ziel und wirde damit ein Jahr nach dem Gewinn der deutschen Meisterschaft Vierte bei der EM und Verhalf den deutschen Frauen zum zweiten Platz und Silber in der Teamwertung.

Branka Hajek hatte die Engländerin Adela Salt bei Kilometer 85 vom dritten Platz in der EM-Wertung verdrängt und lag auf Medaillenkur, bis die Kilometer 90 noch Helena Crossan aus Irland im Schlussspurt an der Salamander-Athletin vorbeizog. Schnellste Frau war die US-Amerikanerin Kami Semick mit 7:37,23 Stunden vor der Russin Irina Vishnevskaya (7:46,25) und der Italienerin Monica Carlin (7:53,57). In der EM-Wertung kam die Irin Helena Crossan mit 8:04,39 Stunden auf Rang 3. In der EM-Teamwertung der Frauen siegte Russland vor der deutschen Mannschaft und Italien.

Andy Eder wieder deutscher Doppelmeister

Er ist immer wieder zur Stelle, wenn es gilt, für den SV Salamander eine deutsche Meisterschaft zu gewinnen. Dann kommt der Geschäftsführer einer Handelsgesellschaft in Erfurt - und wenn es sein muss, auch mit einer Nachtfahrt – zu den Standorten der deutschen Titelkämpfe: „Andy" Eder, wie der Hammerwerfer in M55 genannt wird. Bei den Winterwurfmeisterschaften in Düsseldorf legte er aber zuvor noch eine Nachtpause am Rhein ein – um ja nicht durch die Straßenglätte zu spät am Ring zu sein. So schaffte er es pünktlich und gewann den ersten deutschen Titel für den SVK mit 50,05 m sicher und mit großem Vorsprung. Bei den deutschen Meisterschaften in Vaterstetten kam er aber aus Sindelfingen – denn Eder ist auch bei den deutschen Behindertensportlern als Trainer für den Wurf tätig. So kam er von der Rolle des Trainers blitzschnell in die Rolle des Aktiven. Und er schaffte es wiederum

mit 47,5 m im vierten Versuch und damit zur Doppelmeisterschaft in diesem Jahr. Dazu kann der Purzelbaum nur sagen: Toll, Andy, und weiter so 2010 mit Schwung im Hammerkreis.

Das bittere Aus in Berlin

Seine 4. Teilnahme an Leichtathletik-Weltmeisterschaften durfte aufgrund seiner 10,18 sec über 100 m in Ulm und tollen 38,40 sec über 4 x 100 m in der deutschen Nationalstaffel in Wattenscheid Tobias Unger in Berlin Im Olympia-Stadion feiern. Es war auch bitter für ihn, was passierte. Im 100-m-Zwischenlauf war nach 10,42 sec in einem der 12 Vorläufe kein Platz für ihn und die 4 x 100 m Staffel wurde für Tobias Unger vor 40.000 Zuschauern zur Katastrophe, ohne dass in selbst Schuld traf. Auf der Außenbahn acht lieferte er ein tolles Startrennen, bracht Deutschland bei der Übergabe an seinen Tübinger Kollegen und Freund Marius Broening klar vor Italien und Jamaica ohne seinen Star in Front. Doch aus 100 m Entfernung musste er zusehen, dass der Wechsel zwei zu Alexander Kosenkow, TV Wattenscheid, total in die Hose ging. Ausgeschieden das deutsche Team, das im Finale auf Bronze bis Platz 4-5 eine echte Chance hatte. Ob jedoch Unger 2010 bei der EM nochmal

eine Staffelchance hat, ist offen. Ebenso, ob er bei der jetzigen Finanzlage bei seiner Stadt, der er seit 10 Jahren leidenschaftlich verbunden ist, bleiben kann.

Handball

DIAGNOSE HANDBALLVIRUS

Elternabend der Jugendabteilung

Unter dem Motto „Diagnose Handballvirus" hatte die Jugendleitung zu einem gemeinsamen Elternabend der weiblichen und männlichen Jugend eingeladen. In den voll besetzten Konferenzraum des FunSportZentrums waren mehr als 80 Eltern gekommen, unter den Anwesenden war auch Abteilungsleiter Jürgen Kreyer.

Jugendleiterin Daniela Assmann übernahm die ‚Anamnese' am Beispiel des neunjährigen Nilsson Hartmann, der auf die Frage, wie lange er denn schon Handball spiele, spontan antwortete: schon immer und damit war die Diagnose klar: infiziert mit dem Handballvirus, hochansteckend, gleiche Symptome auf Nachfrage auch in der gesamten Familie.

Die Moderation des Abend übernahm gekonnt der hauptamtliche Jugendtrainer Reinhard Zinsmeister, der das Behandlungsteam, also die Jugendtrainer, die Jugendfunktionäre und externe Fachleute vorstellte. Er legte zunächst die sportliche Konzeption der männlichen Jugend dar und erläuterte dann die Ziele für die nächsten drei bis fünf Jahre. Der Schwerpunkt von Jörg Andres, Jugendleiter der Mädchen, war die geplante Kooperation im weiblichen Jugendbereich mit dem Regionalligisten TV Möglingen. Daniela Assmann unterstrich mit dem pädagogischen Teil des Jugendkonzepts die Ganzheitlichkeit der Kornwestheimer Nachwuchsarbeit im Bereich Handball.

Spannend wurde es bei den Behandlungskosten, als Mirjam Bahmann den Jugendetat erläuterte und auf die Notwendigkeit eines deutlich zu steigernden Finanzrahmens hinwies. Alles, was uns bislang zur Verfügung steht, diene ausschließlich der Deckung der Grundbedürfnisse, alle zusätzlichen Maßnahmen seien momentan nur mit Hilfe des Fördervereins und Spenden zu decken. Cora Weiss und Günter Blum richteten als Vorsitzende des Fördervereins einen leidenschaftlichen Appell an die Anwesenden, über den Beitritt zum Förderverein einen kleinen Beitrag zur Qualitätssteigerung in der Handballjugend zu leisten, denn jeder Euro für den Förderverein komme hundertprozentig und eins zu eins bei den Kindern an. Unter dem Motto ‚Jugend-stark-machen' hat der Hauptverein eine Aktion gestartet, mit der per Mausklick Gelder für die Jugendarbeit gespendet werden können, wie Christian Fina darstellte.

Mit dem Stichwort ‚Wechselwirkungen' stellte Walter Schrenk die Sportschule Via Nova vor, mit deren Hilfe ein individuelles Ergänzungstraining zum Mannschaftstraining organisiert wird, ohne die Finanzen der Handballabteilung zu belasten und trotzdem eine wichtige Unterstützung geleistet werden könne. Den größten Beifall des Abends erhielt der Trainer der 1. Mannschaft, Reiner Havenith, der das neue Jugendprojekt ‚Doppelpass' vorstellte. Jede Jugendmannschaft wird künftig als Paten einen Spieler der 1. Mannschaft haben, der einmal

pro Monat ein Training leiten wird, ‚seine' Jugendmannschaft zu mindestens einem Spiel begleiten und auch sonst Ansprechpartner sein wird.

Das Abschlussreferat des kurzweiligen und sehr informativen Abends hielt Aleksandra Forstbauer. Zum Thema ‚Ernährung' stellte die Heilpraktikerin das Baukastensystem nach Dr. Feil vor. Auf großes Interesse stießen ihre Ausführungen über Regeneration nach dem Spiel / Training, die Basisernährung des jugendlichen Sportlers und ihre Anregungen für die Spielversorgung.

Handball

Frauen-Mannschaft

Nachdem man die letzte Saison beendet hatte war klar, nächstes Jahr muss das anders werden. Nach einem holprigen Start konnte man in der Mitte der Saison einige Siege erzielen und brach am Ende dann wieder ein. Die Frauen-Mannschaft des SVK wird auch in dieser Saison wieder in der Bezirksklasse spielen. Das Saisonziel ist es, einen guten Mittelplatz zu erreichen. Durch einige Abgänge ist die Mannschaft stark dezimiert. Dennoch ist die Stimmung gut und man ist hoch motiviert, in dieser Saison zu zeigen, was man kann und durch Zusammenhalt und Kampfgeist zu gewinnen. Leider können Vanessa Resta und Jasmin Stanzel diese Saison nicht bei allen Spielen dabei sein, doch hofft die Mannschaft um Trainer Jörg Andres dies durch erhöhten Trainingseinsatz wettzumachen. Glücklicherweise konnte man mit Sandra Koslitsas und Britta Winkler zwei Neuzugänge verzeichnen, da leider der Nachwuchs aus den eigenen Reihen fehlt.

Auch die alten Hasen Melanie Stanzel, Mihriban Stehle, Christine Rost, Bianca Bajmel, Anja Sautter und Tatjana Rohfleisch, sowie unsere Neuzugänge aus der letzten Saison, Christiane Wittemann, Lisa Weichsel und Alexandra Bojew haben zugesagt, noch eine Saison zu spielen. Dennoch ist dringend Unterstützung nötig. Wer möchte, darf gerne im Training vorbei schauen, dienstags und donnerstags von 20.15 bis 22 Uhr in der Stadion-Halle. Die Mannschaft würde sich auch über lautstarke Unterstützung bei den Spielen freuen.

Nach zwei Jahren intensiver Arbeit schauen Abteilungsleiter Jürgen Kreyer und sein Vize Dieter Sturhahn auf eine Erfolgsstory zurück

Der bisherige sportliche Höhepunkt war der Aufstieg der 1. Mannschaft in die Baden-Württemberg Oberliga.

In einem Herzschlagfinale konnte der Lokalrivale SV Ludwigsburg-Oßweil am letzten Spieltag noch abgefangen werden. Die unbeschreiblichen Jubelszenen in der Osthalle sind allen, die dabei waren, ein unvergessliches Ereignis. Nicht minder spannend war dann der Gewinn der württembergischen Meisterschaft gegen die SG Lauterstein, den Sieger aus der Staffel Süd der Württembergliga. Nur wegen eines auswärts mehr geschossenen Tors brandete wieder Jubel in der Sporthalle Ost auf. Routinier Christian Fina setzte mit seinem Treffer in

Württembergischer Meister

der letzten Sekunde und der damit verbundenen Meisterschaft der Saison das Sahnehäubchen auf. Und da bekanntlich aller guter Dinge drei sind, erkämpfte sich die Mannschaft in den HVW-Final Four mit einem Sieg über den 2. Bundesliga-Aufsteiger TV Neuhausen/Erms die Teilnahme am DHB-Pokal. „Der Weg, über die Landesliga zu gehen und nicht gleich wieder in der BWOL oder sogar höher einzusteigen, war der absolut richtige. Wir konnten verlorenes Vertrauen unserer Fans mit der Mischung aus Routiniers wie Christian Fina, Peter Gucanin oder Steffen Drehmann und unseren Youngstern besser zurückgewinnen.“, bestätigt Kreyer die damals sehr umstrittene Entscheidung als die richtige. „Auch wenn der Aufstieg etwas glücklich zustande gekommen ist, verdient war er allemal. Unser Trainer Reiner Havenith hat sehr gute Arbeit geleistet. Nun müssen wir aber schauen, dass wir uns in der BWOL stabilisieren und unseren Kurs auf solider Basis weiterfahren.“, fährt er fort. „Sportlich dürfte es uns wesentlich leichter fallen als wirtschaftlich.“ legt sein Vize und Kassier Dieter Sturhahn den Finger in die Wunde. Mit Christoph Hämmerle (22 Jahre), der zum SVK zurückgekehrt ist und dem HVW-Auswahlspieler Christopher Tinti (20) vom letztjährigen Konkurrenten HSG Fridingen-Mühlheim wurden zwei erstklassige Nachwuchsspieler in den Kader geholt. Ergänzt mit den A-Jugendlichen Marco Dömötör und Denis Zwicker bleibt man sich beim SVK treu und setzt weiterhin auf die Jugend. Mit einem Durchschnittsalter von 23,2 Jahren dürfte das Team von Reiner Havenith wohl zu den jüngsten in der BWOL gehören. „Wir haben in jedem Fall das Zeug, uns in der Liga zu halten.“ bekräftigen Kreyer und Sturhahn unisono die Spielstärke der ersten Mannschaft. Parallel zu der sportlichen Entwicklung wurden neue Wege bei den Finanzen eingeschlagen. „Wir haben erstmalig in der 84-jährigen Geschichte der Handballabteilung im SVK einen eigenen Jugendetat ausgewiesen. Wir versprechen uns zusammen mit den Jugendleitern Dani Assmann, Jörg Andres und Walter Jungwirth, dass dieser Schritt die Selbstständigkeit der Jugend fördert und das ewige Gerede aufhört, dass die Aktiven den Etat auf Kosten der Jugend verbraten. Wir sind in diesem Jahr in einer Art Probephase. Auf der anderen Seite haben wir mit diesem Schritt auch die Möglichkeit, an Fördertöpfe zu kommen, die uns bisher verschlossen waren. Wir sind uns mit der Jugendleitung einig und sicher, dass mit der Entscheidung kein Verein im Verein gebildet wird.“, erläutert Jürgen Kreyer das neue Finanzkonzept der Jugend. „Weiterhin haben wir die Marketingaktivitäten der Abteilung in eine sogenannte Unternehmergesellschaft ausgelagert. Dies ist ein bedeutender Schritt, um die nötigen Finanzmittel für das langfristige Ziel Regionalliga zu akquirieren.“, fährt Kreyer fort. Also auch im Bereich Finanzen wird der solide Kurs beibehalten.

Zufrieden mit der Feldrunde dürfte der hauptamtliche Trainer Reinhard Zinsmeister sein. Wieder haben es die männliche C-, B- und A-Jugend geschafft, sich für die Verbandsebene zu qualifizieren. Selbst die Nummer 1 im Bezirk, die SG BBM Bietigheim konnte, trotz verstärkter Bemühungen nicht an dieses Ergebnis heranreichen. Mit dem Aufstieg in die BWOL hat man nun im Jugendbereich die Möglichkeit, Nachwuchstalente über das attraktive Doppelspielrecht schon früher an den Verein zu binden. Ohne die Arbeit der fast ehrenamtlich arbeitenden Trainer und Betreuer in Frage zu stellen, wird es in Zukunft umso wichtiger sein, dass die Stelle des Hauptamtlichen bei den Handballern verbleibt. Ebenfalls erfolgreich abgeschnitten haben die jüngeren männlichen Jugendmannschaften. Die männliche D-Jugend wurde Vizemeister im Bezirk und Sieger beim Bezirksspielfest und zwei E-Jugendmannschaften wurden Staffelsieger. Aber nicht nur der sportliche Erfolg zählt im Jugendhandball, um die Jugendleiter Assmann, Andres und Jungwirth wurde ein pädagogisches Konzept entworfen, das deutlich machen soll, dass Handball mehr ist als gewinnen. In diese Richtung geht auch die Gründung des Förderverein Handballjugend; der ein Jahr nach seiner Gründung die ein oder andere unterstützende Maßnahme, wie ein Gewaltpräventionstraining für Mädchen oder einen Kurs über Verletzungsprophylaxe, schon sponsern konnte. „Wir könnten schon noch ein paar Mitglieder vertragen, um noch mehr tun zu können.“, so die beiden Vorsitzenden Günter Blum und Corinna Weiß werbend. Aber auch in der weiblichen Jugend ist vieles in Bewegung, herausragend der Bezirksmeistertitel der weiblichen D-Jugend. Wie ihre männlichen Kollegen, heimsten die Ladies beim Bezirksspielfest den Sieg ein. Die Mamma-Mia-Aufführung war hierbei Extra-Sonderklasse. Die weibliche E-Jugend errang den Staffelsieg. Leider konnte sich aber keine Mannschaft auf Verbandsebene qualifizieren. Nichtsdestoweniger ist der weibliche Bereich ein boomender. Ob man die Früchte irgendwann dann bei den Aktiven einfahren kann, bleibt abzuwarten.

Jugendleiterin Daniela Assmann „Handball ist mehr als gewinnen!“

Die zweite Mannschaft von Martin Wittlinger hat nach ihrem bravourösen Aufstieg in die Bezirksklasse ebenfalls keine Ruhepause. Damit die Zweite tatsächlich der Unterbau für die erste Mannschaft sein kann,

sollte die Wittlinger-Sieben schnellstmöglich auf Verbandsebene spielen. D. h., mindestens noch zweimal aufsteigen. Warten wir es mal ab, ob die Mannschaft die Erwartungen erfüllen kann.

Man sieht also an allen Stellen, dass der Schwung des Neuaufbaus noch nicht verloren gegangen ist. „Ich bedanke mich bei allen, die die Abteilung so tatkräftig in den letzten beiden Jahren unterstützt haben. Und ich hoffe, dass es zukünftig noch mehr werden, damit wir auf allen Ebenen langfristig erfolgreichen Handball bieten können. Wir wollen und werden uns nicht auf den Lorbeeren ausruhen!“, so ein anpackender und motivierender Abteilungsleiter Jürgen Kreyer.

Tischtennis

SVK in der Saison 2008/2009 wieder erfolgreich

Herren 3 schafft Aufstieg , Herren 4 wurde Meister und die Senioren 60 holen ungeschlagen den Meistertitel der Bezirksliga. Herren 3 wurde Dritter beim Bezirkspokal, Herren 5 gewinnt den Bezirkspokal der C-Klasse.

Die vergangene Saison 2008/2009 brachte nicht immer die von uns gesteckten Ziele. Während sich die Herren 1 im 2. Jahr der Zugehörigkeit zur Bezirksliga achtbar schlugen und den 7. Platz erreichten, war für die Herren 2 die abgelaufene Saison nicht so gut gelaufen. Die Erwartungen, eine gute Platzierung zu erreichen , wurden leider nicht erfüllt. Denn durch viele Ungereimtheiten (Spielerausfall durch Verletzung usw.) hatte es die Zweite sehr schwer und belegte nach dem Aufstieg den vorletzten Platz in der Bezirksklasse. Die Herren 3 konnten noch im Endspurt den 2. Platz in der A-Klasse und somit den Aufstieg in die Kreisliga erreichen. Diesen Erfolg verbuchten folgende Spieler: Schulz, Döllgast, Busch, Lehmann, Soyal, Kamara, Hellfeuer, Schmierer und Papadopoulos. Die 4. Herrenmannschaft konnte sich nach einer spannenden Saison am Ende doch behaupten und holte sich den Meistertitel in der B-Klasse mit den Spielern: Hellfeuer, Müller, Kuschel, Michelfelder, Szettili, Haußwald. Die 5. Herrenmannschaft konnte die Erwartungen nicht erfüllen und landete am Ende der Saison auf dem 3. Platz in der C-Klasse. Die Damen-Mannschaft belegte mit ausgeglichenem Spielverlauf einen Mittelplatz in der Kreisklasse. Besonders noch hervorzuheben sind die Seniorenmannschaften. Während die Senioren 40 den 2. Platz erreichten, machten die Senioren 60 ihr Meisterstück. Ungeschlagen holten sie sich die Meisterschaft der Bezirksliga in der Besetzung Turzo, Schulz, Weimer, Kipp, Striegel und Döbler. Absoluter Höhepunkt war dann der 3. Platz bei den Württembergischen Seniorenmeisterschaften in Isny /Allgäu. Zudem gewann Spitzenspieler Laslo Turzo zum 2. Mal die Württembergische Meisterschaft der Senioren 60.
Die beiden Jugendmannschaften erreichten nach Abschluss der Saison beachtliche Platzierungen. Die U18/1 belegte in der Bezirksklasse den 4. Platz, während die U18 /2 sogar den 3. Platz in der Kreisklasse erreichte. Die Mädchenmannschaft, die mit vielen Anfängerinnen an den Start ging, musste viel Lehrgeld bezahlen und konnte lediglich ein Spiel gewinnen. Bei den Pokalwettbewerben konnte man ebenfalls Erfolge verzeichnen. So erreichten die Herren 3 den 3. Platz in der Besetzung: Schulz, Busch, Döllgast, Kamara. Die Herren 5 machten es noch besser und holten sich mit dem Team: Hertle, Haußwald, Trieu und Benni Mateja den Bezirkspokal der Kreisklasse C.

3. Platz bei den Württembergischen Seniorenmeisterschaften in Isny. Von links nach rechts: Laslo Turzo, Klaus Schulz, Hans Weimer, Eugen Striegel, Heinz Kipp, Hans Döbler.

Mit neuen Zielen in die Saison 2009 / 2010.

Verstärkt durch vier Neuzugänge gelten die Herren 1 als Topfavorit für den Aufstieg in die Landesliga. Unsere Verstärkungen sind: Timo Wahl, Tim Gänger, Ivica Sicaja und Dominik Metz. Zusammen mit L. Turzo, L. Cseh und U. Auwärter will man das Ziel Aufstieg in Angriff nehmen. Es verspricht also eine spannende Saison zu werden, hoffentlich mit einem positiven Ausgang für die Tischtennis-Abteilung des SVK.
Die Herren 2 hatten das Glück, durch Rückzug einer Mannschaft aus der Bezirksklasse, in der Bezirksklasse zu verbleiben. Durch die Verstärkung der Herren 1 kann man nun eine schlagkräftige Mannschaft stellen, die von Routinier Ralph Rohfleisch angeführt wird. Die Herren 3 haben nach dem Aufstieg in die Kreisliga eine schwere Saison vor sich und hoffen, dass sie in der anstehenden Spielrunde die Klasse halten können. Die Herren 4 starten nach ihrem Aufstieg in der A-Klasse und wollen auch dort einen vorderen Platz erreichen. Die Herren 5 werden in der C-Klasse spielen und hoffen, bei der Meisterschaftsvergabe dabei zu sein. Ganz neu ist die 6. Mannschaft, die in der B-Klasse antritt und neben vielen Männern auch mit einigen Damen an den Start geht. Leider konnte aufgrund einiger Abgänge keine Damenmannschaft mehr gemeldet werden.
Die Senioren 40 und 60 können aufgrund ihrer starken Spieler wieder im Rennen um die Meisterschaften dabei sein.
Die drei gemeldeten Jugendmannschaften gehen teilweise in veränderter Besetzung in die neue Saison, deshalb bleibt es abzuwarten, wie sie sich in der Saison schlagen werden.

Die Abteilungsführung unter der Leitung von Klaus Schulz und Ralph Rohfleisch erhofft sich natürlich wieder einige Erfolge in der anstehenden Saison 2009 / 2010, und würde sich über zahlreiche Zuschauer bei den Heimspielen in der Halle des Ernst-Sigle-Gymnasiums freuen.

Die nächsten Veranstaltungen außerhalb des Spielbetriebs:

Samstag, den 09.01.2010 und Sonntag, den 10.01.2010 Neujahrsturnier Jugend

3. Platz im Pokalwettbewerb. Von links nach rechts: Santigie Kamara, Klaus Schulz, Phillip Döllgast, Marcus Busch

Bambini-Runde 2009

13 Mannschaften und 46 Teilnehmer bzw. Teilnehmerinnen starteten bei der diesjährigen Bambinirunde (Jahrgang 97 und jünger) im Bezirk Ludwigsburg. Nach 2 Spieltagen der Vorrunde in Hofen, Kornwestheim und Iptingen hatten sich die Mannschaften Großbottwar 1, Ötisheim, Nussdorf und Kornwestheim 1 für das Finale der besten 4 Mannschaften in Kornwestheim qualifiziert. In den beiden Halbfinalbegegnungen setzten sich die Mannschaften aus Kornwestheim 1 und Nussdorf gegen Großbottwar 1 und Ötisheim durch. Im Finale sah die Mannschaft aus Kornwestheim nach einer 3:1-Führung schon wie der sichere Sieger aus, doch konnte Nussdorf nochmals zum 3:3 ausgleichen. Im entscheidenden letzten Spiel konnte Kornwestheim aber doch noch mit einem 3:2-Sieg die Bambinirunde 2009 gewinnen.

Kornwestheim 1

Kornwestheim 2

Ergebnis der Mannschaftwertung:
1. Kornwestheim 1
2. Nussdorf
3. Großbottwar 1
4. Ötisheim
5. Hirschlanden
6. Kornwestheim 2
7. Freiberg
8. Hofen 1
9. Iptingen
10. Großbottwar 2
11. Hofen 2
12. Großvillars
13. Hemmingen

Komm, beweg' dich - im Verein!

SV Salamander Kornwestheim

Herbstaktion! Jetzt Mitglied werden!

Oktober bis Dezember ohne Aufnahmegebühr

Ranglisten-Turnier Schwerpunkt - 1 - Ausspielung – Jugend

Am 8. März fand in der Sporthalle am Römerhügel ein Ranglisten-Turnier statt. Insgesamt ein echt gelungenes Turnier. Vielen Dank an alle, die am Samstag und Sonntag so fleißig geholfen haben, damit die Rangliste so gut über die Bühne ging.

Erstes Saisonspiel
am 03.10.2009 18.00 Uhr
SV Salamander Kornwestheim
-
TSV Korntal II

Gymnasiumhalle

Schwimmen

Ein SVK-Master sorgt für das Sommer-Highlight

Gerhard Schiller beeindruckt bei den Deutschen Meisterschaften mit Europa- und Landesrekorden

Der frühere Weltklasseschwimmer Gerhard Schiller sorgte in der vergangenen Sommersaison bei seinen Auftritten für den SV Kornwestheim für Furore. Zunächst bei den Württembergischen in Heidenheim und wenig später dann bei den Deutschen Meisterschaften der Masters-Schwimmer in Magdeburg holte sich der agile Sportler in der Altersklasse 60 die Titel fast am Fließband. Und nicht nur das. Schiller unterstrich seine Klasse auch mit mehreren Deutschen Rekorden und zwei Europa-Rekorden. Letztere fielen jeweils über 100m Freistil auf der 25m- (in 0:59,79min) und auf der 50m-Bahn (1:01,03min) und bescherten dem SVKler damit das begehrte „Doppel".

An der ersten Stelle der ewigen Bestenlisten des Deutschen Schwimmverbandes auf der langen 50m-Bahn steht Gerhard nunmehr auch über 200m Freistil (2:21,74min) und auf der 50m-Freistilstrecke (0:28,33min), die er auch auf der 25m-Kurzbahn (0:27,14min) anführt. Auf der langen (0:30,42min), wie auf der kurzen Bahn (0:31,76min) wird der Kornwestheimer zudem auf Platz 2 über 50m Schmetterling geführt.
Schiller musste nach seinem überragenden Vierfach-Triumpf bei den Deutschen natürlich viele Hände schütteln und Glückwünsche entgegennehmen. „Vierfacher Deutscher Meister – das gab's in meiner Aktivenzeit nie. Und schnellster 60er in Europa zu sein, ist ja auch nicht schlecht. Das ist für mich ein ganz neues, aber sehr schönes Gefühl", so das neue Aushängeschild der SVK-Masters.

Gerhard Schiller reiht sich damit ein in die Garde der erfolgreichen Kornwestheimer Mastersschwimmer Anita Gamm, Lothar Kremer und Wolfgang Stickel, die allesamt mit entsprechend hohen Auszeichnungen und Leistungen in den Meisterschaftsannalen des Deutschen Schwimmverbandes auftauchen. Auf die weitere „zweite Karriere" des SVK-Masters darf man gespannt sein.

Europarekordler Gerhard Schiller hat in den Farben des SVK allen Grund zur Freude.

Jugendschwimmer überzeugen

Für die Besten aus dem Leistungskader der Schwimmabteilung waren die Württembergischen Meisterschaften der Wettkampf-Höhepunkt der Sommersaison. Die enorm hohen Pflichtzeiten sorgten schon im Vorfeld für eine starke Selektion. Dennoch kamen große Starterfelder zusammen, was die hohe Leistungsdichte im Württembergischen Schwimmverband dokumentiert. Da war es schon ein Erfolg, dass der SVK einige Aktive entsenden konnte. Und die schlugen sich sehr achtbar und bewiesen mit zahlreichen persönlichen Bestleistungen ihren guten Leistungsstand.

Im Vierkampf über alle Stilarten sicherte sich Sonja Wolter überraschend die Bronzemedaille, Annika Mörike, Julian Diehl, Phillip Dehnen und Daniel Müller platzierten sich immerhin unter den Top-10. Bei den Jüngeren waren die Starterfelder noch größer und so durften Sven Vennebusch, Laura Fischer und Maike Malik mit ihren Plätzen unter den besten 20 sehr zufrieden sein.
Einen College-Schwimmer hatten die Kornwestheimer mit dem 12-jährigen Andrew Heinz am Start, dessen Eltern aus Kornwestheim stammen und seit Jahren in Thailand leben. Über Homepage und Internet wurden die Formalitäten geklärt und der Neu-SVKler gemeldet. Und das sollte sich dann auch gelohnt haben, denn Andrew holte einen kompletten Medaillensatz. Bronze über 100m Schmetterling, Silber über 400m Freistil und schließlich in überlegener Manier und toller Zeit Gold und Meisterschaft über die schweren 200m Schmetterling (2:40,76min). Bei fünf weiteren Starts verfehlte das vielseitige Talent die Medaillenränge jeweils nur denkbar knapp. Die nächsten wichtigen Meisterschaftstermine jedenfalls hat sich Familie Heinz bereits notiert und will rechtzeitig die Flüge nach Deutschland buchen.

Wachwechsel

Eine Zäsur steht bei den Schwimmern im Trainerstab an, denn mit Heike Henningsen verlässt nach über 20 Jahren ein Eigengewächs, als Chefcoach Dreh- und Angelpunkt der SVK-Schwimmabteilung, die Kommandobrücke, auf der sie weit über 2000 Einsätze zuverlässig und überaus erfolgreich absolvierte. „Heikes Wunsch haben wir respektiert und anerkennen ihr hohes Engagement über eine so lange Zeitspanne. Und wir hoffen, dass sie uns an anderer Stelle verbunden bleibt", so Abteilungsleiter Hans-Joachim Tröscher.

Wasserballer überzeugen nicht immer

Nach einer im Grunde guten und teilweise überzeugenden Punkterunde in der Bezirksliga ließen die SVK-Wasserballer zum Saison-Ende leider die nötige Konstanz vermissen und fielen nach einigen unnötigen Punktverlusten noch auf Platz 4 in der Tabelle zurück.
Trainer Uli Czerwatzky zog dennoch eine positive Bilanz, hatte sich die Mannschaft doch gegenüber den Vorjahren insgesamt deutlich stabilisiert und auch im Training mitgezogen.
„Die Nachwuchsspieler konnten gut integriert werden, die Erfolgserlebnisse überwogen und vielleicht wäre uns ein besseres Abschneiden und damit der Aufstieg auch gar nicht so gut bekommen", so der langjährige Spielertrainer. Wermutstropfen nach dieser Runde ist der Entschluss von Mannschafts-Kapitän Christian Hahn, der aus gesundheitlichen Gründen seine aktive Laufbahn beendet, der Abteilung aber durch die Übernahme einer Aufgabe am Beckenrand weiter zur Verfügung stehen wird.

Lebensfreude pur !

Das bewährte Gesundheits-Angebot in der **SVK-Schwimmabteilung**

Aqua-Fit4Fun im SVK

Aqua-Fit4Fun ist ein **ganzheitliches Fitness-Training im Wasser** mit intensiven Belastungen von Herz und Kreislauf und dient somit auch der Kräftigung der Muskulatur und der Straffung der Haut. Ideal auch für Neu- und Wiedereinsteiger und optimal bewährt als Aufbautraining nach Sportverletzungen.

Aqua-Fit4Fun macht richtig **Spaß**! Dafür steht auch der Einsatz einer professionellen Anleitung. Sie werden betreut von einer staatlich geprüften Aqua-Instruktorin nach den Richtlinien des Deutschen Schwimm-Verbandes.

Bei **Aqua-Fit4Fun** wirken die Bewegungen im Wasser wie eine **Massage** und stärken somit Haut und Bindegewebe. Der hohe Gesundheitswert dieses Fitness-Trainings im Wasser wird erreicht durch:

- Fast vollständige Gelenkschonung
- Geringe Verletzungsgefahr
- Kaum Muskelkater
- Entlastung der Wirbelsäule durch die reduzierte Schwerkraft
- Förderung der Muskulatur
- Förderung des Herz-Kreislauf-Systems
- Abhärtung und Stärkung des Immunsystems
- Anregung des Stoffwechsels
- Körperliche und psychische Entspannung
- Verbesserung der Stressbewältigung
- Schulung des Gleichgewichtssinns
- Stärkung der Konzentrationsfähigkeit
- Spaß, Freude und positive Gruppendynamik

Sie wollen etwas für ihre **Gesundheit** tun? Wir bieten beim **Aqua-Fit4Fun** Einsteiger- und Trainingskurse, die einen gezielten und sicheren Weg zu Ihrer persönlichen Aqua-Fitness ermöglichen!

Also nichts wie hin ins Alfred-Kercher-Bad Kornwestheim! Treffpunkt Sprungbecken!

Das Gesundheits-Angebot **Aqua-Fit4Fun** über jeweils 10 Übungseinheiten à 50 Minuten startet zunächst mit einem Einsteigerkurs, den wir zum „Schnuppern" und zur Eingewöhnung grundsätzlich empfehlen.
Durch eine auf maximal 15 Teilnehmer **begrenzte Gruppengröße** (mindestens aber 8 Personen) ist eine intensive und persönliche Betreuung gewährleistet.

Jetzt anmelden !

Auskünfte unter **Tel. 0 71 54 / 83 08 0** oder bei unserer **Instruktorin Makrina Andreadou** unter 01 72 / 6 76 13 51.

Rundum gesund – mit Nudl !

Ein weiteres Gesundheits-Angebot in der **SVK-Schwimmabteilung**

Nudl'up-4Fun im SVK

Nudl'up-4Fun ist als **alternatives Gesundheitstraining im Wasser** angelegt. Mit überraschend einfachen Hilfsmitteln ermöglichen wir nahezu unter Schwerelosigkeit ein Rund-um-Programm für Körper und Seele. Schonende Belastungen der Gelenke, von Herz und Kreislauf, wechseln sich ab mit der beruhigenden Massagewirkung des Wassers.

Und **Nudl'up-4Fun** macht richtig **Spaß**! Dafür steht auch der Einsatz einer professionellen Anleitung. Sie werden betreut von einer Sporttherapeutin und geprüften Nudl'up-Instruktorin nach den Richtlinien des Deutschen Schwimm-Verbandes.

Mit **Nudl'up-4Fun** verbessern Sie Ihre Fitness und Ihr Wohlbefinden. Der hohe Gesundheitswert dieses Trainings im Wasser wird erreicht durch:

- Maximale Gelenkschonung
- Geringe Verletzungsgefahr
- Entlastung der Wirbelsäule durch die reduzierte Schwerkraft
- Schonendes Muskel- und Ausdauertraining
- Förderung des Herz-Kreislauf-Systems
- Abhärtung und Stärkung des Immunsystems
- Anregung des Stoffwechsels
- Körperliche und psychische Entspannung
- Verbesserung der Stressbewältigung
- Schulung des Gleichgewichtssinns
- Stärkung der Konzentrationsfähigkeit
- Spaß, Freude und positive Gruppendynamik

Sie wollen etwas für ihre **Gesundheit** tun? Wir bieten mit **Nudl'up-4Fun** einen gezielten und sicheren Weg zu Ihrer persönlichen Fitness! Hierfür empfiehlt sich die Teilnahme an mehreren Kursen, um einen nachhaltigen Effekt sicherzustellen.

Das Breitensport-Angebot **Nudl'up-4Fun** umfasst jeweils 10 Übungseinheiten à 50 Minuten. Die benötigten Materialien stellen wir komplett zur Verfügung! Und die obligatorische „Nudl" dürfen Sie nach Kursende behalten – ein Spaß auch bei anderen Gelegenheiten!

Durch eine auf maximal 15 Teilnehmer **begrenzte Gruppengröße** (mindestens aber 8 Personen) ist eine intensive und persönliche Betreuung gewährleistet.

Jetzt anmelden !

Auskünfte unter **Tel. 0 71 54 / 83 08 0** oder direkt bei unserer **Sporttherapeutin Sibylle Dehnen** unter 0 71 41 / 89 54 53.

Ihr Friseur
salon schrenk

Spezialist für basische Haar- und Hautpflege

Öffnungszeiten:
Montags geschlossen
Di.-Fr. 08 - 12.30 Uhr
14 - 18.00 Uhr
Sa. 07 - 13.00 Uhr

salon schrenk
Teckstraße 18
70806 Kornwestheim
Fon 0 71 54 - 35 37
Fax 0 71 54 - 18 27 32

Sport-Karate

WM Tickets in der Tasche

Der einzige Weg, der zu einer Weltmeisterschaft der WKA (World Kickboxing and Karate Association) führt, ist, kontinuierlich das ganze Jahr über in den Disziplinen Pointfighting, Leichtkontakt, Formen, Karate oder Kickboxen sich in den oberen Rängen auf nationalen Wertungsturnieren zu befinden. Die SVK´ler treten im Pointfighting und Leichtkontakt an.

Die Teilnehmer der IDM mit Ihren Trophäen. v.l. Trainer Nico, Nicolai, Sascha, Nunziatina, Kevin, Parthena und Trainer Lalli

Das erste Wertungsturnier 2009, der Deutschlandpokal, der am 28. März mit exakt 1004 Startern stattfand, erbrachte den Sportkaratekas des SVK erste Erfolge. Dies war der Auftakt zu einer siegreichen Saison. Parthena Manoloudi (PF Kids weiblich -12 Jahre, +45 kg) erzielte den 1. Platz und erweckte somit die Neugier des griechischen Nationaltrainers, dessen Mannschaft ebenfalls an diesem Turnier teilnahm und sie prompt zu den WKA Greek-Open Championchips einlud. Diese fanden am nächsten Wochenende in Athen statt. Für Kevin Wehner (PF Juniors männlich 13-17 Jahre, -45 kg) war der 3. Platz der Startschuss für eine erfolgreiche Saison. Der älteste Kämpfer im Team, Björn Thiemann (LK Man +90 kg), kam mit 3 Siegen ins Finale und landete nach einem sehr umstrittenen Urteil der Kampfrichter auf Platz 2. Bei seinem ersten Doppelstart holte Sascha dos Santos Coelho (PF Juniors männlich 13-17 Jahre, -50 kg) den 1. und (PF Juniors männlich 13-17 Jahre, -55kg) den 3. Platz. 2008 war er der einzige SVK`ler, der Kornwestheim bei der WM in Orlando/Florida /USA vertreten hat.

Das nächste Wertungsturnier, die am 16. Mai in der Osthalle stattfindenden Baden- Württembergische Meisterschaften, war für die SVK´ler ein echtes Heimspiel und das Erfolgreichste der Saison. Dieses Turnier war organisatorisch und sportlich gesehen ein großer Durchbruch für die junge Abteilung. Während das Orga- Team (bestehend aus engagierten Eltern und ehrenamtlichen Helfern) dafür sorgte, 570 Startern einen reibungslosen Ablauf zu bieten, kämpften sich die SVK´ler auf die obersten Ränge.
7 Sportler sorgten am Ende für 8 Medaillen. Landesmeister wurden jeweils in ihren Gewichtsklassen Kevin, Parthena und Celine Saied- Ahmad (Kids weiblich -25 kg). Sascha, der erneut einen Doppelstart hinlegte, kämpfte sich in beiden Klassen bis ins Finale. Beide davon gab er nur knapp aus der Hand und konnte sich somit über zwei Vizetitel freuen. Ebenso siegreich war die 11-Jährige Nunziatina Nassrallah, die auf einem sehr guten zweiten Platz landete. Bei ihrem ersten Wettkampf in diesem Jahr überzeugte sie in den Vorkämpfen und traf im Finale auf die Ranglistenerste aus Niedernhall (Kids weiblich –30 kg). Nach der regulären 2-minütigen Kampfzeit herrschte Gleichstand. Es folgte die Verlängerung über 1 Minute und letztendlich musste der „Golden Point“ entscheiden. Nicolai, der in zwei Gewichtskategorien (Juniors

Kevin links wurde vor heimischen Publikum BW- Meister

-65kg und -70 kg) startete, erreichte beide Mal das Halbfinale. Im Endeffekt erreichte er zweimal Rang 3. Der 12-jährige Tobias Glaser (Kids -40 kg) schaffte es ebenso ins Halbfinale und wurde am Ende Vierter. Dass dies kein einmaliges Event war, verdeutlicht das positive Feedback von Kämpfern, Helfern, Zuschauern, dem Verband und der Presse. Erfreulich war dann ebenso die erneute Zusage für die Ausrichtung der Meisterschaften im nächsten Jahr. Diese sollen am 20. Februar 2010 wieder in der Osthalle stattfinden. Die Vorbereitungen dafür laufen bereits mit dem Ziel, die vorangegangene Meisterschaft organisatorisch sowie sportlich zu toppen.

Eines der größten Turniere auf internationaler Ebene stellt der WAKO-Worldcup, der Anfang Juni dieses Jahr in Rimini stattfand, dar. Rund 1700 Sportler aus aller Welt, darunter 5 SVK´ler,

570 Starter kamen zu den BW- Meisterschaften nach Kornwestheim

Die Cheerleader sorgten am Jugendtag für Super Stimmung.

Wildcats des SVK für ein abwechslungsreiches Programm. Showeinlagen wie asiatische Kampfkünste präsentierten das All-Style-Karate-Team vom TSV Oberbohingen 1891 e.V. und Nationalmannschaftsmitglieder der WKA Greece mit Kung- Fu.

Der SVK unterhielt die Zuschauer mit einer Sport- Karate Aufführung. Der Sportkarate-Parcours seinerseits forderte die Kids auf, verschiedene Hindernisse und Geschicklichkeitsaufgaben schnellstmöglich zu bewältigen. Die Sieger erhielten anschließend ihre verdienten Medaillen.

Beim Sportkarate Jugendtag, der erstmals am Sonntag, 29. März, in der Rechberghalle von der Abteilung veranstaltet wurde, standen folgende Punkte auf dem Programm: Vergleichskämpfe und Vorführungen, Cheerleading und Folkloretänze sowie ein Sportkarate-Parcours für alle Kinder und Jugendliche. Die Paarungen der 16 Freundschaftskämpfe im Pointfighting fanden zwischen Sportlern aus Athen/Thessaloniki (WKA Greece), Carlsberg (TSV Carlsberg 1900 e.V.) und den Fightern des SVK statt. Zwischen den jeweiligen Kampfpausen sorgten die Kinder des griechischen Elternvereins Kornwestheim e.V. sowie die Candy &

Faire und spannende Freundschaftskämpfe am Sport- Karate Jugendtag.

Über 1700 Starter aus aller Welt beim Wako- Worldcup im Rimini

traten an der 3-tägigen Veranstaltung auf höchstem internationalen Niveau gegeneinander an. Die Kampftruppe, bestehend aus Parthena, die Rang 3 erreichte, Nunziatina, Kevin, Nicolai und Sascha, hielt beeindruckend gut mit und Trainer Lalli erkannte, dass mit etwas mehr Erfahrung die eine oder andere Medaille mehr drin gewesen wäre. Mit einem Besuch in Europas größten Wasserrutsch-Park ließ die Truppe dann ein ereignisreiches Wochenende ausklingen.

Die 10. WKA Internationale Deutsche Meisterschaft in Simmern war Ende Juni mit 1150 Startern. Darunter Teams aus Italien, Belgien, Türkei, der Schweiz, Österreich und Irland. Für die Sportler die letzte Möglichkeit, noch Punkte zu sammeln. 3 von 5 SVK´ler traten als Ranglisten-Erste an und wollten diesen Rang auch verteidigen. Der Wunsch der Trainer war, mindestens drei Platzierungen unter „den Besten Drei“ zu erreichen, um das Vorjahres-Ergebnis (2 x Gold) zu verbessern. Mit 2 x Gold und 3 x Silber ist es ihnen auch gelungen. Parthena, die bereits die Nominierung der griechischen Nationalmannschaft hatte, wollte sich noch den begehrten Titel holen. Dies wäre ihr auch fast gelungen, denn der einzige Kampf, den sie an diesem Tag verlor, war das Finale. Dennoch reichte ihr der 2. Platz aus, um am Ende als Ranglisten-Erste die Saison zu beenden. Kevin konnte früh aufatmen, denn sein größter Konkurrent um den 1. Ranglistenplatz schied bereits in der zweiten Runde aus, somit war sein Weg zum Finale frei. In vier grandiosen Kämpfen untermauerte er den 1. Ranglistenplatz und wurde verdient Internationaler Deutscher Meister. Nicolai, dem nur ein Sieg des Turniers zur WM reichen würde, stand enorm unter Druck. Ihm fehlte das Quäntchen Glück. Er verlor knapp den ersten Kampf gegen den späteren Drittplatzierten. Als Ranglisten-Fünfter, unter 21 geführten Kämpfen, beendet er ein lehrreiches Jahr. Mit ihm ist aber in der nächsten Saison zu rechnen. Nunziatina kam souverän mit zwei Siegen ins Finale, das sie deutlich überlegen mit 11:3 Punkten für sich entschied. Durch diesen Sieg rutschte sie von Rang 5 auf Rang 2. Somit war der 2. Titel für den SVK perfekt. Sascha, der vor dem Wettkampf in der 50 kg Klasse auf Rang 1 und in der 55 kg Klasse auf Rang 2 geführt wurde, startete in beiden Klassen und kämpfte sich beide Male erneut ins Finale. Doch es sollte dieses Jahr nicht sein: nach regulärer Kampfzeit und Verlängerung verlor er das Duell durch den Golden Point. In der anderen Klasse sah er 15 Sekunden vor Schluss mit 5:3 Punkten wie der sichere Sieger aus, dennoch musste er kurz vor Ende die Niederlage einstecken. Trotzdem konnte der 14-jährige seine Ranglistenplätze verteidigen und ist erneut für die Weltmeisterschaft qualifiziert.
Die WM findet dieses Jahr vom 27.10. – 03.11.2009 in Huelva/ Spanien statt. Alle 63 Mitglieder der Abteilung drücken den drei WM-Teilnehmern, Parthena, Kevin und Sascha die Daumen und wünschen ihnen für die Vorbereitung alles Gute.

Unsere Homepage www.svk-sportkarate.de ist mit allen Infos stets aktuell.

Auch dieses Jahr Ranglisten- Erster. Sascha beim Sprung- Kick

Am 5. April 2009 fand die WKA Greek-Open-Championship statt. Die Reise nach Athen war für Parthena eine erneute Möglichkeit die Aufmerksamkeit des griechischen Nationaltrainers auf sich zu ziehen. Nach leichten Anfangsschwierigkeiten legte sie ihre Nervosität ab und gewann einen Kampf nach dem anderen. Letztendlich holte sie den Siegerpokal und wies somit auch internationale Konkurrenzfähigkeit auf.

Prominente Begegnung in Athen. Parthena mit K1 Star „Iron“ Mike Zambidis.

Nicolai im hessischen Lauterbach

Doppelten Einsatz zu zeigen galt es für die Abteilung am Samstag, den 25. April 2009 bei den WKA Hessischen Meisterschaften und beim Sportmix-Eröffnungsfest. Trainer Niko Papadopoulos präsentierte sich mit einer Auswahl von Jungen und Mädchen bis 12 Jahre, die ihr Können reibungslos und selbstsicher in einer Vorführung darboten. Das Wettkampfteam, unter der Leitung von Trainer Lalli Emmanouilidis, fuhr in das hessische Lauterbach um dort weitere wichtige Wertungspunkte zu sammeln. Generell lohnen sich Wertungsturniere in doppelter Weise: zum einen der Titel und zum anderen wichtige Zähler für die Rangliste. Die volle Punktzahl (50) holten bei den Juniors: Kevin (-45 kg) und Sascha (-50 kg). Parthena (Kids +45 kg) erlangte nach dem Einzug ins Finale, das sie knapp abgeben musste, 40 Punkte, genauso wie Nicolai Anischenko (Juniors -65 kg), bei dem endlich der Knoten platzte und er auf dem Weg ins Finale sogar den Ranglisten Ersten besiegte. Mit dem Vizetitel erlangte er seinen ersten nationalen Wertungserfolg. In der Gewichtsklasse -55 kg sicherte sich Sascha mit seinem 3. Rang zusätzlich noch 30 Punkte.

Volleyball

Lange Anfahrtswege

Die erste Damenmannschaft des SV Kornwestheim geht in dieser Saison nach erfolgreichem Klassenerhalt wieder in der Landesliga an den Start

Dafür müssen diese Saison besonders lange Anfahrtswege in Kauf genommen werden. So führen die Spieltage unter anderem nach Weikersheim, Niederstetten, Geißelhardt und Aalen.
Neben Ingo Bohn wird diese Saison Verena Schmid den Trainerposten bekleiden, da der langjährige Trainer Dietmar Gaus aus Zeitgründen nicht mehr zur Verfügung steht.
Das Team muss zudem die Abgänge von Anke Mader, Fruzsina Kovats und Maja Augustinovic verkraften, wird aber von Lisa Ruck verstärkt, die vom letztjährigen Ligakonkurrenten Feuerbach nach Kornwestheim wechselte.
Für den SVK wird in dieser Saison wieder Almut Ulrich auf der Zuspielposition agieren. Susanne Sprenger, Diana Rothfuß und Astrid Hoyer werden auf der Mittelblockposition ins Geschehen eingreifen und Bärbel Gaus nimmt den Posten der Diagonalspielerin ein. Im Außenangriff setzt das Trainergespann auf Sonja Walz, Ines Neff und Lisa Ruck. Sandra Schulz wird auf der Liberoposition für den gewohnten Rückhalt im Hinterfeld sorgen.
Die Mannschaft befindet sich bereits seit Juni in der Vorbereitungsphase auf die neue Saison, zu der auch zwei Turniere im September gehören, bei denen vor allem an der Feinabstimmung und dem Zusammenspiel zwischen den Spielerinnen gefeilt werden soll.
Am 03.10. beginnt die Saison für die SVK-Mädels mit einem Auswärtsspiel gegen den langjährigen Rivalen Esslingen. Hier soll mit einem Sieg der Grundstein für eine erfolgreiche Saison gelegt werden, in der man möglichst frühzeitig den Klassenerhalt sicherstellen will.

Damen II

Beachvolleyballplatz am FunSportZentrum versinkt wieder in den Winterschlaf

Den ganzen Sommer über nutzten die Volleyballer jeden Sonnenstrahl, um im Sand zu spielen. Die Höhepunkte der Beachsaison waren das Ranglistenturnier im Mai und der Beach-Triathlon im Juli, bei dem die besten Sportler Kornwestheims und Umgebung Beachvolleyball, Beachhandball und Beachfußball spielten. Dabei setzten die „Handballrentner" ihre nun schon vierjährige Siegesserie in der Herrenkonkurrenz fort, während beim Mixed das Team „Bolla Rotz" gewann. Die Kombination aus Spaß, Sport und Sonne hat wieder alle Teilnehmer begeistert, und natürlich wird die Volleyballabteilung auch 2010 sowohl ein reines Volleyballturnier als auch den Beach-Triathlon veranstalten, dieser findet dann bereits zum 12. Mal statt.

Das Gesicht der zweiten Herrenmannschaft des SVK ist diese Saison ein komplett neues.

Die meisten Spieler der letztjährigen Mannschaft haben sich in den wohlverdienten Volleyballruhestand verabschiedet und Platz für den Volleyballnachwuchs des SVK gemacht

Die Mannschaft, die von Trainerin Susanne Sprenger betreut wird, wagt diese Saison den Sprung vom Jugendbereich in den Aktivenbereich. Ziel ist es, in der B-Klasse Spielerfahrung zu sammeln, und sich möglichst weit oben in der Tabelle zu platzieren.
Eine erste Standortbestimmung für das Team um Kapitän Maximilian Koy wird das Vorbereitungsturnier in Walldorf Ende September bieten, bevor die Saison dann am 3. Oktober mit einem Heimspiel in der Sporthalle Pattonville gegen die Teams aus Murrhardt und Ludwigsburg losgeht.
Maximilian Koy und Chris Helwig, die letzte Saison bereits bei der ersten Herrenmannschaft Aktivenluft schnuppern konnten, werden auf der Zuspiel- bzw. Diagonalposition zum Einsatz kommen, genauso wie Marius Janek, der auf beiden Positionen einsetzbar ist. Den Mittelblock bilden diese Saison Tim Schönleber, Carl Schulze und Markus Köther. Philipp Herrmann und Maximilian Tröscher werden als Außenangreifer auf Punktejagd gehen, genauso wie Helge Sprenger und Daniel Frintrop, die außerdem auch als Libero zur Verfügung stehen, um das Hinterfeldspiel zu stärken.

Hintere Reihe von links nach rechts: Tim Schönleber, Helge Sprenger, Carl Schulze, Marius Janek. Max Tröscher, Susanne Sprenger. Vordere Reihe: Daniel Frintrop, Max Koy, Philipp Herrmann. Es fehlen: Markus Köther und Chris Helwig

macromedia. die welt der medien

macromedia

Studiengänge (Bachelor of Arts) an der Macromedia Hochschule für Medien und Kommunikation in den Studienrichtungen

- **Sport- und Eventmanagement**
- PR und Kommunikation
- Crossmedia- und Onlinemanagement
- Markenkommunikation und Werbung
- Musikmanagement
- Mediendesign
- Sportjournalismus
- Kulturjournalismus

mhmk

Ausbildungen mit optionalem IHK-Abschluss zum

- **Sport- und Fitnesskaufmann/frau (MM)**
- Veranstaltungskaufmann/frau (MM)
- Mediengestalter/in Digital und Print (MM)
- Fachinformatiker/in Anwendungsentwicklung (MM)
- Kaufmann/frau für Marketingkommunikation (MM)
- Informatikkaufmann/frau (MM)

macromedia hochschule für medien und kommunikation ■ berufskolleg für medien und kommunikation
naststraße 11 ■ 70376 stuttgart ■ tel 0711.280 738-0 ■ info.stgt@macromedia.de

Ihr Reifenexperte in Kornwestheim empfiehlt:

Jetzt schon an den Winter denken!

Verkauf
Beratung
Montage
alle Größen
alle Fabrikate
Einlagerung
Auswuchten
Bremsen & Auspuff
Achsvermessung
Leasing-Abrechnung

Gutschein!
Gegen Vorlage dieser Anzeige, reinigen wir Ihre Räder kostenlos.*
* nur Gültig bis zum 15.11.2009 und bei Kauf von mind. 2 Reifen

Bauer
Motorgeräte Reifendienst

Remsstraße 4
70806 Kornwestheim
Fon 0 71 54 - 2 10 21
eMail bauer.motorgeraete@arcor.de
www.bauer-reifenundmehr.de

Tennis

Bericht der SVK-Tennisabteilung von März bis August 2009

Jugendarbeit - Die Jugendarbeit in der Tennisabteilung „trägt Früchte“. Seit Elke Schäfer Jugendleiterin ist, hat die Abteilung einen regen Zulauf von Jugendlichen. Das wöchentliche Abteilungstraining für alle Abteilungskinder, verbunden mit „Schnuppertennis“ für Nichtmitgliederkinder, unter der Leitung von Silvia Schmidt, ist ein fester Bestandteil als Fundament für die Jugendarbeit geworden. Leider läuft der „Spaß am Tennis“ mit Anita Gamm für die Kornwestheimer Kindersportschule nicht mehr so gut wie im letzten Jahr, da wird sich die „Werbeabteilung“ für die Zukunft was einfallen lassen. Auskunft Jugend: Elke Schäfer Tel. 07154- 70036, Kindersportschule- Tennis: Anita Gamm Tel. 07154-29721

Senioren-Tennis - Ebenso wichtig wie die Jugendarbeit ist in der Tennisabteilung die Seniorenarbeit, verbunden mit dem Seniorensport. Da hat sich in den letzten zehn Jahren eine tolle Truppe gebildet. Unter der Regie von Jürgen Schied spielen die Pensionäre und Rentner jeden Montag und Donnerstag ihre Tennisrunden, mit anschließender „Besprechung“. Die freiwilligen Arbeitsdienste der Gruppe sind bei der Abteilungsleitung auch sehr gerne gesehen.
Auskunft: Jürgen Schied, Tel. 07154-16700 und 07154-181033.

Jahres-Abteilungsversammlung
Dienstag, 3. März 2009
Ein sehr wichtiger Punkt der Ordentlichen Abteilungsversammlung war die Satzungsänderung mit der Einführung eines Abteilungs- Familienbeitrages. In Zukunft können Familien für 160.- € Abteilungsbeitrag im Jahr Tennis spielen. Ein Novum bei dieser Einführung ist die Einbeziehung der **Großeltern.** Als Abteilungsdelegierte wurden gewählt: Elke Schäfer, Rolf Herwig, Konrad Sangel, Gerhard Käfferlein und Heinz Jahrstorfer, als Ersatzdelegierte: Rudolf Becker, Albert Karrais und Andreas Bürkle, Kurt Schenkel ist als Abteilungsleiter automatisch Delegierter.

Frühjahrswanderung
Samstag, 5. April 2009
„Auf kurzem Weg durch große Vergangenheit in die Gegenwart“, so lautete das Motto zur von Roland Gauß organisierten Frühjahrswanderung. Die Kurzwanderung ging über den Killesberg und Rosensteinpark nach Bad Cannstatt. Im ältesten Wohnhaus Stuttgarts, im Weinhaus „Klösterle“, war „gemütliches Beisammensein“ angesagt.

Tag der offenen Tür, Saisoneröffnung, Deutschland spielt Tennis
Sonntag, 26. April 2009
Zur Saisonöffnung fand auf der Anlage Bogenstraße ein „Tag der offenen Tür“ statt, verbunden mit dem traditionellen Bändelesturnier für Erwachsene. Die meisten Bändele erspielte sich Klaus Schulz, knapp gefolgt von Andreas Bürkle und Joachim Hickl. Die Kinder der Abteilung spielten zum Trainingsauftakt ein Kurzturnier. Bei den „Großen“ Kids siegte Armin Bacic, bei den „Mittelgroßen“ Janina Warnke, bei den „Untergroßen“ Christos Dalkaranis. Gleichzeitig mit dem SVK begannen zahlreiche Tennisklubs in ganz Deutschland unter dem Motto des Deutschen Tennisbundes „Deutschland spielt Tennis“ mit der Sommersaison, eine schöne gemeinsame Aktion der großen Tennisfamilie.

Porsche-Tennis-Grand-Prix
Ende April 2009
Mitgespielt beim Damenturnier in der Porsche-Arena in Stuttgart hat niemand vom SVK, aber teilgenommen schon. Bei der Aktion Player’s Cheer Up wurde die Salamanderjugendgruppe der Spanischen Spielerin Carla Suarez Navarro, 24. der WTA Weltrangliste, als Fangruppe zugeteilt. Daniel Notz durfte Carla bei der Vorstellung der Spielerinnen auf den Center Court begleiten. Ein tolles Erlebnis für die Kinder und Begleiter und vermutlich eine gewisse Motivation für die Tenniszukunft.

Einzel-Stadtmeisterschaften
Donnerstag, 14. bis
Sonntag, 17. Mai 2009
Die Zahl der teilnehmenden SVK’ler bei den Tennis- Einzel- Stadtmeisterschaften war dieses Jahr zufriedenstellend. Bei den Herren belegte Marko Jäckle wie im letzten Jahr Platz drei. Ausrichter war wieder der TCK.
Einzel- Vereinsmeisterschaften-

Sommer 2009
Die Damenmeisterschaften mussten wegen zu geringer Beteiligung leider ausfallen. Bei den Herren meldeten sich 16 und bei den Herren- Senioren (ab 60) 10 Teilnehmer an. Sie spielen im Laufe der Sommersaison die Gruppenspiele aus und ermitteln im September nach den Halbfinals die Vereinsmeister.

Jugend- Vereinsmeisterschaften, Jugendtag- Samstag, 08. Juli 2009
Auf der Anlage Jahnstraße (ehem. ESG) ging es beim Jugendtag zu wie beim Kindergeburtstag, bunt und

lustig. Ernst wurde es bei den Meisterschaften. 16 Kinder hatten sich zum Turnier gemeldet. In der Gruppe der „Nachwuchstalente“ setzte sich Christos Dalkaranis vor Vivien Royce und Vincent Royce durch. Bei den „Fortge-schrittenen“ wurde der Jugendvereinsmeister ermittelt, der „Längste“, Patrick Schäfer war am Ende auch der „Größte“ und holte sich den Siegerpokal, vor Julian Anhorn und Marcel Noel Dogan.
WTB- Verbandsspiele Herren- Kreis-

klasse 2
Um auch die Nachwuchsspieler einsetzen zu können spielten die Herren mit einer Sechsermannschaft. Marko Jäckle übte als Trainer und Spieler Nr. 1 eine vorbildhafte Doppelfunktion aus. Neben ihm kamen noch folgende Spieler zum Einsatz: Robin Holzberger - er blieb als Einziger ungeschlagen, Heiko Jüngling - Mannschaftsführer, Raphael Schäfer, Patrick Mössner, Patrick Martin, Christopher Herwig, Denis Herwig und Florian Mössner.
In der Gruppentabelle belegten die Herren mit 4:2 Punkten den vierten Platz, punktgleich mit dem Tabellendritten, unter sieben teilnehmenden Vereinen.

Doppel-Vereinsmeisterschaft mit Abteilungsfest - Samstag, 09. bis Sonntag, 10. Mai 2009
Umrahmt war der Sport auf der Anlage Bogenstraße vom Abteilungsfest mit allerlei kulinarischen Köstlichkeiten, dargeboten, wie immer, vom Vergnügungswart Jatzl mit seinen Helferinnen und Helfern.
Den Meistertitel der Damen holten sich Petra Krist/ Marianne Stolz vor Andrea Holzberger/ Dagmar Oertel und Anita Gamm/ Gabi Walker. Bei den Herren siegten zum dritten Mal infolge Marko Jäckle/ Stefan Hugger, Zweite wurden Joachim Hickl/ Gerald Oertel und Dritte Werner Zeman/ Albert Karrais. Seniorenmeister wurden Emil Arnold/ Helmuth Aunitz vor Roland Gauß/ Wolf-Dieter Risel und Kurt Schenkel/ Andreas Zetelaky.

WTB-Verbandsspiele Herren 55 Staffelliga
Wie in den letzten Jahren traten die Herren 55 mit einer Vierermannschaft bei den Verbandsspielen an. Es kamen folgende Spieler zum Einsatz: Werner Zeman - als Einzelspieler ungeschlagen, Andreas Zetelaky, Emil Arnold, Klaus Schulz - Mannschaftsführer - als Einzelspieler ungeschlagen, Albert Karrais, Reiner Walther und Raimund Dielacher. Mannschaftstrainer während der Verbandsspielzeit war Peter Weimer. In der Gruppentabelle belegten die „Jung-Senioren“ unter sechs teilnehmenden Vereinen den vierten Platz.

WTB-Verbandsspiele Herren 65 Bezirksstaffel 1
Die Herren 65-Mannschaft verspielte in der Verbandsrunde durch unglückliche Doppelaufstellungen eine bessere Platzierung. Der mögliche Abstieg konnte aber verhindert werden. In der Endtabelle belegte die Mannschaft den sechsten Platz von acht teilnehmenden Vereinen. Folgende Spieler nahmen an der Verbandsrunde teil: Helmuth Aunitz, Jürgen Weisser - als Mannschaftsneuling gleich ungeschlagen in den Einzelspielen, Konrad Sangel, Willi Simmler, Roland Gauß - Mannschaftsführer, Kurt Schenkel, Jürgen Riedhof und Wolf-Dieter Risel.

Zukunft der Abteilungsmannschaften - 2010 usw.
Die Mannschaften werden wohl auch in Zukunft der Grundstock der Abteilung sein. Die Herrenmannschaft wird die Junioren, die aus der Jugend kommen, aufnehmen und integrieren. Es muss nicht immer nach dem Aufstieg getrachtet werden, wenn die Harmonie stimmt. Die Herren-55 und -65 werden wieder mit viel Freude im nächsten Jahr in die Verbandsspiele gehen. Jugendmannschaften werden bei weiterem Zulauf in der Jugendabteilung auch zu bilden sein. Obwohl eine Herren 70-Mannschaft, bedingt durch die Altersabteilungsstruktur, den „größten Nachwuchs“ verzeichnen könnte, klappt es bis jetzt mit der Bildung einer Mannschaft noch nicht. Eine sehr gute Rolle würde eine Damen 50-Mannschaft in der Verbandsrunde spielen, nur die „Betroffenen“ selbst lassen sich noch nicht davon überzeugen. Vielleicht klappt es mit einer gemischten Hobbymannschaft.

Mitgliederwerbung der Tennisabteilung
Durch kostenloses, vierwöchiges „Schnuppertennis“ konnte die Abteilung in der Sommersaison einige Interessierte aufmerksam machen und teilweise auch zum Beitritt bewegen. Besonders im Jugendbereich klappte das sehr gut. Die Abteilung wird sich auch in Zukunft nach außen noch mehr öffnen, um allen Bevölkerungsschichten eine mögliche sportliche Heimat zu bieten.

Gesundheits- und Sportkongress des Gluckerkollegs

Am 9. Mai dieses Jahres fand der bisher größte Gesundheits- und Sportkongress des Gluckerkollegs im FunSportZentrum statt.

Mit fast 300 Teilnehmern war das Sportzentrum in allen Räumlichkeiten mit sportbegeisterten Trainern bis an den Rand belegt. In der Galerie konnte man sich an vielfältigen Messeständen rund um das Thema Sportgeräte, Ausrüstung, Bekleidung und Software informieren. Im Jahr 2010 wird das „100-jährige" der Gluckerschule und des Gluckerkollegs im FSZ über zwei Tage in einem Event gefeiert werden.

Prävention und Rehabilitationstraining

Gesundheitssport im medi-aktiv

Nachhaltiger Nutzen für die Gesundheit durch effektives, individuelles Trainingsprogramm

Computergestütztes Test- und Analyseverfahren

Ideal bei Erkrankungen am Stütz- und Bewegungsapparat Chronische Rückenbeschwerden, Hüft- und Kniearthrosen

Medizinisches Gerätetraining mit therapeutischer Betreuung

Bis zu 200 € Kostenerstattung durch die Krankenkasse

Infos:
FunSportZentrum
Bogenstr. 35
70806 Kornwestheim
www.funsportzentrum.de

Ansprechpartner:
Jens Babel
Fon: 07154/8308-18
Mail: j.babel@sv-kornwestheim.de

Fun **Sport** Zentrum

Der **neue Veranstaltungsraum**
in Kornwestheim ist fertig!

Optimum – Der neue Veranstaltungsraum in Kornwestheim:

Ideal für Hochzeiten,Geburtstage,Partys, Firmenfeiern...
großer Innenhof mit überdachter Raucherecke
integrierte Bar
Beamer mit Leinwand
große Tanzfläche mit professioneller Musik - und Lichtanlage
separater Cateringbereich mit Equipment

Vereinbaren Sie einen Besichtigungstermin
Tel. 07154/21021
Remsstr. 4
70806 Kornwestheim
Bei Bauer Motorgeräte und Reifendienst

Qualität - Kompetenz - Service

Als Ihr kompetenter Ansprechpartner rund um Ihren Mercedes-Benz und smart bieten wir Ihnen in allen Bereichen des Vertrieb und Service ein überaus großes Leistungsspektrum. Unser hoher Qualitätsanspruch und unsere hochqualifizierten Mitarbeiter sorgen dafür, dass Sie sich bei uns rundum wohlfühlen. Überzeugen Sie sich selbst - wir freuen uns auf Ihren Besuch.

smart
open your mind.

Mercedes-Benz

AHG HOFFMANN
www.ahg-hoffmann.de

Verkauf: AHG Autohandelsgesellschaft mbH & Co. KG, Frankfurter Str. 6, 71732 Tamm, Tel. 0 71 41/30 00-0, verkauf@ahg-hoffmann.de
Service: Autohaus Hoffmann GmbH & Co. KG, Karlsruher Allee 1, 71636 Ludwigsburg, Tel. 0 71 41/46 38-0, service@ahg-hoffmann.de

Kursbetrieb - Gesundheitsprävention: Krafttraining der Zielgruppe *50+*

Beim über 50-Jährigen spielt das Kraftausdauertraining eine besonders wichtige Rolle. Der Mensch verliert mit zunehmendem Alter Muskelmasse, die Kraftfähigkeit lässt deutlich nach, dabei baut er an Körpermobilität und Alltagsmotorik ab. Man kann von einem Muskelmassenverlust von 2-3 kg pro Lebensjahrzehnt schon ab dem 30. Lebensjahr ausgehen, der ab dem 50. Lebensjahr weiter beschleunigt wird. Die Kraft nimmt analog zur Muskelmasse pro Lebensjahrzehnt um ca. 8% ab. Auf der anderen Seite kann jedoch jeder Mensch (auch als Trainingsanfänger oder im etwas fortgeschrittenen Alter) durch ein intensiv betriebenes Kraftausdauertraining seine Körperkraft in allen Gelenken verdoppeln und Kraftwerte bis auf das 5-7fache steigern. Die Kraft jedes Muskels, bzw. jedes Gelenks und jeder Körperregion, sowie komplexe koordinative Bewegungsabläufe sind trainierbar.

Mit zunehmendem Alter spielen muskuläre Dysbalancen eine große Rolle, da sie für Bewegungsschmerzen und orthopädische Erkrankungen verantwortlich sein können. Störfaktoren wie einseitige Arbeitshaltung, Bewegungsmangel, falsches Schuhwerk, fehlende Ausgleichsgymnastik und Fehl- oder Überbelastung spielen bei muskulären Dysbalancen eine erhebliche Rolle.

Die Maxime eines ausgewogenen Krafttrainings sind neben gezielten Trainingsreizen, die die Gelenkstrukturen nicht negativ belasten sollen, die Umsetzung für den Alltag, das Berufsleben und die Gesundheit und Leistungsfähigkeit bis ins hohe Alter erhalten zu können. Dabei steht das Prinzip Sicherheit immer vor der Geschwindigkeit, Konstanz im Training vor der Intensität und das Individuelle vor dem Generellen. Je nach Könnensstand müssen Alternativen und Variationsmöglichkeiten vorhanden sein, um den Trainierenden die bestmögliche Effektivität neben der Sicherheit zu gewährleisten.

Neue Herausforderungen für das Nervensystem und die motorischen Strukturen des Muskels ergeben sich bei diesem Prinzip. Neue Übungen wirken sich ebenso deutlich positiv auf die intra- und intermuskuläre Koordination wie auch auf die Bindegewebsstrukturen aus. Gelenkstrukturen und Knochen entwickeln eine höhere Widerstandskraft gegen äußere Belastungen, zudem kommt der mentale Effekt des „abwechslungsreichen" Trainings hinzu. Hier kommt dem Hanteltraining auch eine

Bilder: Krafttraining in den FSZ-Kursgruppen

besondere Bedeutung zu, es ist fast überall praktizierbar, Koordination und Körperstabilisierung werden verbessert, dadurch ist die erworbene Kraftfähigkeit auch im Alltag besser umzusetzen. Das Training zeichnet sich dabei durch einen großen Übungspool, eine zielgerichtete Übungsauswahl und Übungsvariationen aus, mindestens 2x wöchentlich über je 30 – 45 Minuten zum Gewährleisten einer lebenslangen Grundleistungsfähigkeit und Gesundheit.

Regelmäßige, ausgewogene Druck-, Zug- und Scherbelastungen der Knochen führen zu vermehrter Knochenmineralisierung, was zur Folge hat, dass sich der Knochendurchmesser vergrößert. Man hat in Untersuchungen festgestellt, dass mit einem Training von mindestens 2 x pro Woche über 3 bis 18 Monate eine Steigerung der Knochendichte von 1 bis 12 % bei den Teilnehmern gemessen werden konnte. Dies gibt einen Hinweis darauf, wie Krafttraining das Osteoporose-Risiko erheblich minimieren kann, was vor allem Frauen in und nach der Menopause betrifft. Bei der Osteoporose ist einmal die Knochenmasse erniedrigt und der Aufbau des Knochengewebes gestört. Besonders betroffen sind hier Oberschenkelhalsknochen und Wirbelsäule (Wirbelkörper). Je mehr dem Knochen erforderliche Belastungsreize durch Inaktivität vorenthalten werden, desto mehr reagiert er mit abnehmender Dichte und Festigkeit. Genau hier kann ein gezieltes, differenziertes Krafttraining einsetzen, das sich durch Trainingsregelmäßigkeit (Schaffung von Motivation), ausreichende Trainingsdauer, die Wahl des richtigen Widerstands sowie vielschichtige Reize (Steuerung durch den Trainer) auszeichnet.

Dosiertes vielfältiges Kraft- und Kraftausdauertraining bietet das FunSportZentrum in allen Präventions- und Rehabilitationsgruppen:
Fit im Rücken, Wirbelsäulengymnastik und Osteoporoseprävention, ebenso im Mediaktiv und im FSZ-Gesundheitsstudio.

Dagmar Dautel

FSZ-Kursplan ab 14. September 2009

Montag			Dienstag			Mittwoch			Donnerstag			Freitag	Sonntag	
Großer Saal	Kleiner Saal	Cycling	Großer Saal	Kleiner Saal	Cycling	Großer Saal	Kleiner Saal	Cycling	Großer Saal	Kleiner Saal	Cycling	Gr. Saal	Großer Saal	Cycling
9:30 Fit im Rücken **„PR"** *Dagmar*	9:15 Pilates **M** *Karin*		9:15 Step **A** *Steffi*		9:10 Uhr Cycling **E** *Ellen*	9:30 Basic Step **E** *Dagmar*			9:30 Step/ Workout **A** *Dagmar*				10:30 Step **M** *Team*	10:15-11:30 Cycling Maxi-Tour **A** *Michael/ Christine*
10:30 Fit 50 + „PR" *Ellen*	10:15 Geschlossener Kurs Pilates *Karin*		10:15 Fit im Rücken „PR" *Ellen*				10:30 Fit 50 + bis 11:45 „PR" *Christine*	10:00 Cycling A *Ellen*	10:45 Osteo-porose/ Krebs ‚PR' *Dagmar*				11:30 Aerobic / Bauch-Beine-Po A *Team*	
17:30 Fit im Rücken **„PR"** *Dagmar*		18:00 Cycling **E** *Evi*	17:30 Aerobic/ Workout **A** *Dagmar*	18:00 Geschlossener Kurs Pilates *Karin*		17:45 Sport in Herzgr. **„PR"** *Dagmar*	17:30 Wirbel-säulen-Gym. **„PR"** *Ellen*	18:00 Cycling **E/A** *Michael*	17:30 Fit im Rücken **„PR"** *Dagmar*			17:00 Hantel-Training **A** *Dagmar*		
18:30 Step **M** *Dagmar*	18:30 Fit mit Boxen **A** *Evelyn*	19:00 Cycling **A** *Falko*	18:30 Step/ Hanteln **A/M** *Dagmar*	19:00 Pilates **M** *Karin*			18:30 Fitness B/B/P **A** *Ina*	19:00 Cycling **A** *Michael*	18:30 Step **E/A** Hanteln *Dagmar*	18:50 Geschlossener Kurs Yoga *Silvia*	19:00 Cycling **A** *Christine*	18:00 Power Step **F** *Dagmar*		
19:30 Hantel-Training **A** *Dagmar*	19:30 Bodystyl B/B/P **A** *Marcel*		19:30 Bauch-Beine-Po **A** *Alex*	20:00 Wirbel-säulen-Gym. **„PR"** *Karin*	19:40 Cycling **A/F** *Dagmar*		19:30 Basic Step **E** *Marcel*			20:10 Geschlossener Kurs Yoga *Silvia*		18:00 Cycling **E/A** *Evi*		
20:40 Basic Step **E** *Dagmar*												19:00 Bauch-Beine-Po **A** *Evi*		

E = Einsteiger · A = Alle · M = mit Vorkenntnissen · F = Fortgeschrittene · „PR" = Prävention / Rehabilitation

Neue Themen-Kurse *
des SVK – FunSportZentrums Oktober 2009

Pilates Einsteiger	05.10.2009	Montag, 10:15 – 11:15 Uhr	Karin Nalop
Pilates Einsteiger	06.10.2009	Dienstag, 18:00 – 19:00 Uhr	Karin Nalop
Yoga Einsteiger	08.10.2009	Donnerstag, 20:10 – 21:00 Uhr	Silvia Keidel
Cycling Einsteiger	Montag, 18:00 – 19:00 Uhr 05.10.2009	Cycling-Kurse für FSZ-Mitglieder kostenlos	Evi Loth
Cycling Einsteiger	Dienstag, 09:10 – 10:10 Uhr 06.10.2009	Cycling-Kurse für FSZ-Mitglieder kostenlos	Ellen Morcher-Kipp

Themenkurse im FSZ - Ihr Vorteil

- Kleine geschlossene Gruppen mit begrenzter Teilnehmerzahl
- Aufbauendes Übungsprogramm
- Intensive Schulung

Info und Anmeldung:

SVK-FunSportZentrum,
Bogenstr. 35, 70806 Kornwestheim,
Tel. 0 71 54 – 83 08 0

* die Kurse werden in der Regel von den gesetzlichen Krankenkassen als Präventionsmaßnahme anerkannt

* abgeschlossene Kurse
10 x 1 Stunde mit Kursgebühr ab € 53,00

Kurssystem im FunSportZentrum

Unsere Kurse sind mit dem Gütesigel
"Pluspunkt Gesundheit" & "Sport pro Gesundheit"
ausgezeichnet.

Spezielle Gesundheitskurse Wirbelsäulen-Gymnastik Fit im Rücken Osteoporose Prävention Sport nach Krebs		Das Gesundheitsplus in unserem Kurssystem: Vielfältige Angebote für alle, die vorbeugend und erhaltend für ihre Gesundheit trainieren möchten. "Gesunder Rücken und Freude an Bewegung ein Leben lang!" (Teilnahme auch auf ärztliche Verordnung möglich)
Step - Aerobic Basic Step + Hanteln Step Power Step	Alle Alle Alle F	Ausdauertraining am Step Von Grundschritten bis zur begeisternden Choreografie "Einmal Step - immer Step!"
Aerobic Aerobic B/B/P Aerobic+Workout Salsa Aerobic Aerobic	Alle Alle Alle F	Schrittkombinationen mit fetziger Musik Vom Ausdauertraining bis hin zur Muskelkräftigung "Schritt für Schritt zum Fitness - Erfolg"
Workout Bodystyling Move & Pump Langhantel	Alle Alle Alle	Alles Gute für die Figur mit und ohne Handgeräte Zur Kräftigung aller Hauptmuskelgruppen und Körperstraffung "Bewegung, die neue Energie schafft!"
Fit mit Boxen	Alle	Mit dem Ganzkörpertraining Kickboxen den Körper in Form bringen, Kondition aufbauen, Box- und Kickboxtechniken erlernen
Cycling für alle Fortgeschrittene	Alle F	Die sportliche Art des Radfahrens bei motivierender Musik. Optimales Herz-Kreislauftraining, hohe Trainingseffizienz und ein hoher Energieverbrauch in kurzer Zeit. "Entdecke deine Möglichkeiten"

A = Alle; Einsteiger, Fortgeschrittene und Evergreens M = mittlere Stufe F = Fortgeschrittene
P = Prävention, Rehabilitation (auch auf ärztliche Verordnung)

Infos:
SVK - FunSportZentrum
Bogenstraße 35
70806 Kornwestheim
Tel.: 0 71 54 / 83 08 - 0
info@tvkornwestheim.de
www.tvkornwestheim.de

SV Salamander Kornwestheim

Neues Kursangebot im FSZ

„Fit mit Kickboxen" heißt das neue Kursangebot im FunSportZentrum

Evelyn Venske, ehemalige Leistungssportlerin in dieser Disziplin wird ab Mitte September ihr Wissen und ihre Erfahrung in diesem Kursangebot an den „Mann" und an die „Frau" bringen. Evelyn Venske hat mit Kickboxtraining als Ausgleichssport angefangen, Schnell wurde Talent und Potential entdeckt und sie besuchte die ersten Turniere. Sie gewann die deutsche Meisterschaft im Kickboxen und die Europameisterschaft.
Wechsel in das Amateurboxlager. Auch da gewann sie fleißig die Turniere. Durfte mittlerweile einen A - Klasse Trainer ihr eigen nennen. Da nun im Amateurboxen zu der Zeit für Frauen die Entwicklungschancen begrenzt waren und das Training nicht mehr mit einem Angestelltenverhältnis harmonierte, wechselte sie ins Profiboxlager. War als einzige Deutsche in der Top-Ten der Weltrangliste im Schwergewicht.

1996 hatte sie ihren letzten Kampf. 1998 kam ihr Sohn zur Welt und 2004 ihre Tochter. Nun sind ihre

Kinder in einem pflegeleichten Alter und sie würde sich freuen, ihre Leidenschaft anderen Sport liebenden Menschen nahe zu bringen. Sie selbst steht seit einem Jahr wieder intensiv im Training.

Der Spaß und die Freude am Tun stehen im Vordergrund. Dieser Sport trainiert den gesamten Körper, ist vielfältig. Fechten mit der Faust und Schach im Kopf.

Neue Kursleiter im FunSportZentrum

Das Kursleiterteam des FunsportZentrums hat Verstärkung bekommen. Neu im Team sind:

Ina Jost,

Aerobictrainerin, Rückenschulleiterin und Cycling instructor.

Sie wird mit Start des neuen Kursplans jeden Mittwoch die Fitnessgymnastik um 18.30 Uhr leiten.

Marcel Bierent,

angehender Sport- und Gymnastiklehrer, Aerobic und Stepaerobic-Trainer.

Marcel Bierent ist Kursleiter für den Bauch/Beine/Po-Kurs am Montagabend um 19.30 Uhr.

Im neuen Kursplan wird er den erfolgreichen Einsteigerstepkurs des Sommerplans weiterführen und man wird mit ihm einmal im Monat am Sonntagmorgen schwitzen können.

Texte und Bilder: Dagmar Dautel

Winterausfahrt - Spaß im Schnee für Jung und Alt

Schon zum festen Bestandteil bei der Programmgestaltung der Klettergruppe, gehört die Winterausfahrt ins Allgäu.

Übernachtet wurde in dem 900 m hoch über Fischen gelegenen Berggasthof. Das Prachtpanorama auf die Berge und auf Oberstdorf ließ sich an diesem verlängerten Wochenende nur erahnen, beim Blick aus dem Fenster konnte nur der Neuschneezuwachs beobachtet werden.

Die Woche über waren bereits 80 cm Neuschnee gefallen und es schneite noch immer weiter. Da bereits die höchste Lawinenwarnstufe herrschte, konnte ans Tourengehen nicht gedacht werden. Die ganze Gruppe, außer den Langläufern, verbrachte deshalb den Freitag und den Samstag im Zwei-Länder-Skigebiet Fellhorn/ Kanzelwand.

Mit Deutschland längster Einseil-Umlaufbahn gelangte die Gruppe in bequemen 8er-Kabinen ohne Wartezeit ins Skigebiet. Von dort aus gab es mehr als 22 Pistenkilometer Abfahrt. Die Piste wurde jedoch nur kurzzeitig genutzt, die meisten Abfahrten wurden, neben der Piste, in dem bis teilweise zur Hüfte reichenden pulvrigem Tiefschnee gemacht.
Die Gruppe war erst zu bremsen, als alle Hänge mit ihren Spuren zerfurcht waren. Trotz Schneefall war die Sicht bei den Abfahrten recht gut. Ab und zu öffnete sich sogar die Wolkendecke, und es gab eine kurze Sicht auf das herrliche Panorama der Allgäuer Berge.

Am Spätnachmittag, als die Beine vom Skifahren müde waren, wurde noch die Breitachklamm besichtigt. Bäche, die sich im Sommer stürmisch in die Klamm ergießen, verwandeln sich im Winter zu bizarren Eisgebilden und vereinigen sich an manchen Stellen zu mächtigen Eisvorhängen. Die imposanten Felswände der Klamm werden von riesigen Eiszapfen überzogen. Ab und zu kam ein Sonnenstrahl durch die Wolken, sodass die Eiskristalle in ein facettenreiches Licht getaucht wurden.

Da auch am Sonntag die Skiflug-Weltmeisterschaften auf der Heini-Klopfer-Skiflugschanze stattfanden, entschloss man sich, um nicht mit dem Heimreiseverkehr der 10.000 Fans zusammenzukommen, ins Skigebiet Kammeregg am Grünten zu fahren.

Blauer Himmel und Sonnenschein und eine tief verschneite Landschaft ließen auf einen Bilderbuchtag hoffen. Das als Geheimtipp für leere Lifte bekannte Skigebiet wurde an diesen Tag jedoch voller und voller.

Eispanzer in der Breitachklamm

Vesper auf der Kammeregg-Alpe

Nach einigen Auffahrten im Skilift stellte sich im Gespräch mit einheimischen Allgäuern heraus, dass gerade an diesem Sonntag der Lift seinen Betrieb wieder aufgenommen hatte. Die Betreiber-Gesellschaft hatte nach mehreren verlustreichen Jahren das Handtuch geworfen und will den Lift verkaufen. Einige Rettenberger Anwohner hatten sich zusammengeschlossen und bemühen sich nun um eine Lösung und um den Erhalt des Liftes.

Bevor man die Heimfahrt antrat, traf man sich noch zu einem kleinen Vesper auf der Kammeregg-Alpe und nachdem ein im Tiefschnee verloren gegangener Ski gefunden wurde konnte die Heimreise angetreten werden.

Die Familien mit ihren Kindern nutzten den ganzen Tag voll aus, nachdem die Kinder am Babyschlepplift die ersten selbstständigen Schwünge auf Skiern gemacht hatten und die Väter des Schlitten hochziehens überdrüssig waren, gingen die Familien noch ins Erlebnis- und Sportbad nach Sonthofen. Im Wonni-Land bei Springbrunnen, Wasserkanonen, Wasserfällen und Piraten-Kletterturm kam bei den Kleinen keine Langeweile auf.

Nachdem die Mägen der Kleinen und Großen gefüllt waren, wurde die Heimreise mit den zufrieden schlafenden Kindern angetreten.

Breitachklamm

Sommerfest mit Zelten am See fiel ins Wasser

Ausgerechnet zum Termin des geplanten Zeltwochenendes war ein Tiefdruckgebiet mit ergiebigen Regenschauern und einer gefühlten Temperatur von 13 Grad vorausgesagt.

Aufgrund der trüben und feuchten Aussichten wurde das verlängerte Wochenende abgesagt.

Da sich die Teilnehmer der Klettergruppe des FunSportZentrums dieses Wochenende zum Klettern frei gehalten hatten, wurde das Klettern kurzfristig in eine Halle verlegt.

Man traf sich am Sonntag um 11 Uhr in der 18 Meter hohen Halle in Heilbronn. Hier konnten die Teilnehmer, die bis auf wenige fast vollzählig erschienen waren, ausgiebig klettern.

Abends saß man noch gemütlich bei Sushi und Wok zusammen und plante einen neuen Termin für das noch ausstehende Sommerfest.

Kletterarena (Heilbronn)

Wenden Sie sich
in Fragen der
Erneuerung Ihres
Bades sofort an Ihren
Sanitärspezialisten:

KRAUSS
Meisterbetrieb für Haustechnik
Sanitär · Flaschnerei · Heizung
Jakobstr. 32 · 70806 Kornwestheim
Telefon (0 71 54) 72 89 · Fax 2 60 98
www.Krauss-KG.de

Osterausfahrten

Mehrere kleinere Ausflüge mit unterschiedlichen Teilnehmern

Nachdem die Wettervorhersage für Italien, speziell das Comer-See-Gebiet, fast schlechter war als das in unserer Gegend, entschloss sich die Klettergruppe des FunsportZentrums zu spontanen Kurzausflügen je nach Wetterlage in die benachbarten Bundesländer bzw. in heimische Klettergebiete. Eine Gruppe machte eine 2-Tagestour in die Fränkische Schweiz.

Der Frankenjura ist unzweifelhaft das bekannteste und beliebteste deutsche Klettergebiet, dessen Ruf – vielleicht als einzigem deutschen Klettergebiet – weit über die Grenzen des Landes hinausreicht. Auf einer riesigen Fläche, eingerahmt von den Städten Nürnberg, Erlangen, Bamberg und Bayreuth, verteilen sich unzählige Kalkmassive in einer wunderschönen, romantischen Landschaft.

Jedes Tal, jeder Fels hat seinen eigenen Charakter. Es gibt praktisch für jeden Geschmack den richtigen Fels, große und kleine, löchrige und kompakte, steile und geneigte, sonnige und schattige.

Unsere Gruppe hatte sich die Felsen Röthelfels und am Rodenstein bei Forchheim rausgesucht. Das Wetter, das bei Freiluftaktivitäten oft ausschlaggebend ist, passte an diesen 2 Tagen optimal und die Gruppe war mit ihrer Routenwahl sehr zufrieden.

Ein anderer Teil der Gruppe entschied sich für den Teil der Schwäbischen Alb, die für Kletterer aus dem Großraum Stuttgart am einfachsten und schnellsten zu erreichen ist: Das Lenninger Tal. Da manche Felsen wegen Vogelbrut teilweise gesperrt sind, wurde am Reußenstein geklettert. Dort gibt es drei Felsen von unterschiedlichem Charakter und zahlreiche Routen vom Schwierigkeitsgrad von 4 bis 9-, die Wandhöhe beträgt teilweis bis zu 50 Meter. Der Reußenstein ist fast der einzige Fels im Gebiet, an dem auch in den leichteren Graden etwas Auswahl besteht. Der Schwerpunkt liegt im oberen Genussbereich zwischen 6- und 7-, in diesem Niveau können in rasender Eile Höhenmeter durchgezogen werden. Nur hier erreicht der für die Gegend typische, waagerecht gegliederte Muschelkalk die für ein sinnvolles Klettern nötige Härte und Festigkeit. Es dominiert Wandkletterei an teilweise sehr schmalen Leisten, was in besondere Maße die Unterarme fordert. Da die Anfahrt nicht so weit war, konnten die erholten Unterarme, nach einem Tag Ruhepause, noch einmal strapaziert werden.

Gesundheitstreffpunkt
Johannes Apotheke
Blutuntersuchungen
DIABETES-Beratung
Homöopathie
Kompressionsstrümpfe

Dr. Ekkehard Engler
Heilpraktiker
Fachapotheker für
Offizinpharmazie
Johannesstraße 37 70806 Kornwestheim
Tel. (0 71 54) 35 06 Fax (0 71 54) 7 03 53
e.engler@johannesapotheke.com
www.johannesapotheke.com

Kalymnos

Nach Besucherzahlen liegt Kalymnos bei den Top Ten Klettergebieten der Welt an dritter Stelle.

Es vergeht kein Jahr, in dem nicht wenigstens ein kleiner Teil der Klettergruppe des FunSportZentrums nach Kalymnos geht.

In diesem Jahr zog es gleich 14 Urlauber dorthin, und da der Nachwuchs der Kletterer inzwischen „aus dem gröbsten raus ist“, waren dieses Jahr auch 3 Kinder zwischen 2 und 4 Jahren dabei.

Schon beim Anflug über Kalymnos stellte man fest, dass die Insel, im Vergleich zu anderen Jahren, von oben richtig grün schimmerte. Wie uns erzählt wurde, war der Winter ziemlich niederschlagsreich, sodass es viele blühende Sträucher und Blumen zu bewundern gab.

Je nachdem, welchen Schwierigkeitsgrad man klettern wollte oder konnte, suchte sich die Gruppe ihre Gebiete aus.
Zurzeit gibt es ca. 80 Sektoren mit über 1500 Sportkletterrouten, und es werden täglich mehr. So kann jeder nach seinem Kletterkönnen wählen, ob Wand- oder überhängende Kletterei.

Mit gemieteten Motorrollern wurden die verschiedenen Klettersektoren wie Ghost Kitchen, Odyssey, Afternoon, Sea Breaze oder Illiada usw. angefahren.

Weiße Grenzsteine zeigen am Straßenrand jeweils den Sektor und die Zeit, die man noch zu Fuß gehen muss. In Kalymnos überwiegen Routen zwischen 20-30 Meter, deshalb war die Tour „Wings for life, eine Genussroute mit 11 Seillängen, etwas ganz Besonderes für die Teilnehmer.

Die Route wurde erst im Mai 2008 eröffnet und führt auf der Südseite der Insel Telendos durch eine riesige rund 200 m hohe Wand.
Besonderes Glück hatte die Gruppe, dass das 4. internationale Kletterfestival in ihre Aufenthaltsdauer fiel. So konnte man namhafte Klettergrößen hautnah am Fels erleben. Im Rahmen seines Aufenthalts gelang es Adam Ondra, mehrere Routen im Grad 8a bis 8c+ onsight zu klettern. Außerdem holte er sich in nur vier Tagen die Erstbegehung der derzeit schwierigsten Route auf Kalymnos: „Los Revolucionarios“ (9a). Abends wurden unter anderem Diavorträge von Adam Ondra und Claude Remy angeboten.

Die kletterfreien Tage wurden unterschiedlichster Art genutzt.
Während es die einen vorzogen, mit dem Boot zum schattigen Strand auf die Insel Telendos zu paddeln, unternahmen die anderen eine ausgedehnte Wanderung zu einem Kloster mit steilem Abstieg ins Tal.

Eine andere Wanderung führte auf den Dikeos, dem höchsten Berg der Insel Kos. Auf dem 846 m hohen Berg bot sich eine herrliche Sicht auf die Türkei und auf die Insel Rhodos. Besonders erfreut waren die Wanderer, dass ihnen beim Auf- und Abstieg freilaufende Landschildkröten begegneten.

Auch die Kultur kam nicht zu kurz, es wurde einige Kloster und Chorio, die ehemalige Inselhauptstadt mit der mittelalterlichen, verlassenen Burg, besichtigt.

In der Nähe liegt auch Christos tis ierou-salim, die Ruine einer Christuskirche aus dem 4. Jahrhundert. Nach Besteigen des Berges zur byzantischen Burg bot sich ein wunderschöner Blick über die Städte Pothia und Choria. Die neue und die alte Hauptstadt bilden fast eine Einheit.

Ständig mit offenen Augen nach Felsen suchend, in denen man noch Routen einbohren könnte, waren diejenigen, die in den letzten Jahren schon über 70 Neutouren auf Kalymnos eingerichtet haben.
Auch diesmal wurden zu dem erst im letzten Herbst eingerichteten Sektor Holiday nochmals 2 Routen ergänzt. Durch den Tipp eines Inselbewohners, der nur schwere Routen einbohrt, wurde eine Wand gefunden, die Potential für mindestens 20 Neutouren hat.

Besonders stolz ist man, wenn man als Routenbohrer einen Artikel in einer französische Kletterzeitung liest, in der die eingerichtete Tour „another day of paradise“, zu einer der schönsten Kletterrouten im Bereich Schwierigkeitsgrad 6+ erklärt wird.

Kalymnos wird bei den Kletteren immer beliebter, denn es passt alles zusammen, nach einem kletterreichen Tag kann man bei einem Bad im Meer oder Pool die Seele baumeln lassen und am Abend mit griechischem Essen und Ouzo, den Tag ausklingen lassen.

Der Abschied, ob nach 8 oder 20 Tagen, fiel jedem schwer, aber der Spruch des Urlaubs war ohnehin:
„nach Kalymnos ist vor Kalymnos“.

Inzwischen wurde bekannt, dass bereits 10 Flugbuchungen vorgenommen wurden.

Durchführung des Zeltwochenendes wegen schlechtem Wetter erneut gescheitert

Auch der zweite Anlauf für das geplante Sommerfest der Klettergruppe des FunSportZentrums fiel dem norwegischen Sturmtief zum Opfer.

Da für Sonntag in unserer Region das Wetter gut sein sollte, plante die Gruppe kurzfristig einen Grillnachmittag in einem Waldspielplatz in der näheren Umgebung.

Zuvor wurde ein Kletterwettkampf in den Hessigheimer Felsengärten durchgeführt. Per Los wurden Paare gebildet, die aus einem guten Vorsteiger und einem Kletterer, der fast nie vorsteigt, bestand.

Eine Auswahl von ca. 50 verschiedenen Touren wurden auf Zettel geschrieben, von denen jedes Paar 3 Stück verdeckt ziehen musste. Anschließend wurden die Touren von beiden geklettert, wobei es für das Vorsteigen und Nachklettern der Tour verschiedene, vorher festgelegte Anzahl von Punkten, gab.
Dies sollte sich, bis alle 50 Touren abgeklettert sind, wiederholen.

Da ein Paar aus dem besten Vorsteiger und einem Kletterer, der in Hessigheim nie vorsteigt, bestand, entschloss man sich, die Punkte durch eine Vielzahl von gekletterten Routen zu ergattern.

Da es für Hänger und nicht oben ankommen auch Minuspunkte gab, ging die Strategie auf, und das unterschiedliche Paar wurde Sieger.

Die Zeit verging viel zu schnell und um 15 Uhr wurde das Klettern beendet, da der Rest der Klettergruppe bereits am Waldspielplatz wartete. Nachdem das Fleisch gegrillt und gegessen war, vertrieb man sich die Zeit mit dem Gehen auf der Slackline, mit Badminton und Ball spielen.

Bei Einbruch der Dunkelheit packte man zusammen und die Erwachsenen sowie die Kinder waren mit dem Ablauf des Tages, als Ersatz für das Zeltwochenende, sehr zufrieden.

AOK: Wir haben Gesundheit im Angebot

Kompetente Gesundheitsberatung
Mit unserer Beratung und unserem Service fördern wir die Eigenkompetenz unserer Versicherten in Sachen Gesundheit und Prävention. Ein wichtiger Beitrag dazu sind die Kurse und Vorträge der bewährten AOK-Gesundheitsangebote – Vom Einsteigerangebot bis zum Kurzurlaub für Motivation und Energie. Unter dem Motto „Leib & Seele in Balance“ verknüpfen wir die drei wesentlichen Gesundheitsaspekte Ernährung, Bewegung und Entspannung sinnvoll miteinander, für große Versicherte ebenso wie für die Kleinen und ihre Eltern. Das Gesundheitsprogramm ist auch online abrufbar.

Fitness für Männer
AOK-CardioFit gibt Männern ab 30 Gelegenheit, trotz Zeitmangel wieder fitter zu werden. Kernidee ist ein GPS-unterstütztes, individuelles Trainingsprogramm, bei dem sich die maximal zehn Teilnehmer für Jogging, Radfahren, Inlineskating oder Nordic Walking entscheiden. Vor, während und nach dem 12-Wochen-Programm stehen AOK-Präventionsfachkräfte beratend und unterstützend zur Verfügung.

Engagiert gegen Rückenschmerzen
Bis zu 80 Prozent der bundesdeutschen Bevölkerung leidet unter Rückenbeschwerden. Wir helfen unseren Versicherten frühzeitig – durch das AOK-Rückenkonzept. Die Teilnehmer kommen aufgrund einer ärztlichen Präventionsempfehlung. Nach einem Eingangstest und der computergestützten Erstellung eines exakten Wirbelsäulenprofils folgt über 12 Wochen ein individuelles Krafttraining an speziellen Geräten, das die Beschwerden deutlich bessert.

Punktum ProFit
Das AOK-Prämienprogramm ProFit motiviert die Versicherten jeder Altersstufe, mehr für die Gesundheit zu tun. Denn Vorsorge, sportliche Aktivitäten und vieles mehr werden mit Bonuspunkten belohnt, die in wertvolle Prämien, Gutscheine oder Gutschriften eingetauscht werden können. ProFit ist mit dem SüdBest-Programm verbunden, das den Teilnehmern weitere direkte Vorteile eröffnet. Mehr Informationen gibt es unter **www.aok-profit.de**.

Weitere Informationen gibt es unter:
www.aok-bw.de

Versicherungsschutz erster Klasse

Neben der bekannten Regelversorgung bietet die AOK – Die Gesundheitskasse ihren Kunden im ambulanten und für den stationären Bereich ganz individuell ergänzende Extraleistungen zum vergünstigten Preis:

So stehen rund um den Zahnersatz gleich mehrere Zusatzversicherungen zur Auswahl. Bei dem am häufigsten nachgefragten Tarif „AOK-ZahnPlus“ werden beispielsweise 40% des Rechnungsbetrags übernommen – selbst für Implantate! Außerdem beinhaltet dieser Tarif eine Kostenbeteiligung bei Brillen und Kontaktlinsen sowie einen umfangreichen Auslandsreiseschutz.

Optimal versorgt beim stationären Krankenhausaufenthalt ist man mit den KlinikPRIVAT-Tarifen. Neben der freien Auswahl der Klinik ist es möglich, im Zwei- oder Einbettzimmer untergebracht zu werden. Zudem besteht mit dieser Krankenhauszusatzversicherung Anspruch auf die Behandlung durch den Chefarzt.

Die Versicherungspakete “Junior“ (für Kinder von 0 bis 14 Jahre) und „YoungLine“ (für junge AOK-Versicherte von 15 bis 29 Jahre) sind extra günstig kalkuliert. Der Optimal-Tarif für unsere Kleinsten versichert beispielsweise für monatlich nur 8,13 Euro den Krankenhausaufenthalt und beinhaltet Extraleistungen bei Zahnersatz und Sehhilfen sowie eine Auslandsreiseversicherung.

Ganz neu: Auch die ambulante und stationäre Pflege kann bei der AOK zusätzlich abgesichert werden. Je nach Tarif werden bei vorliegender Pflegestufe monatliche Zuschüsse oder auch ergänzend eine Einmalzahlung als Starthilfe geleistet.

Zwei Tagegeldversicherungen (bei Arbeitsunfähigkeit bzw. Krankenhaus-aufenthalt) runden das AOK-Angebot sinnvoll ab.

Gerne erstellen die Kundenberater in den AOK-KundenCentern ein individuelles Angebot und beraten umfassend zu den einzelnen Tarifen.
Nähere Informationen gibt es auch unter **www.aok-bw.de**

Diese erste „Ü 60 Party“ war klasse!

Über 200 ältere Mitglieder folgten der Einladung der Vereinsführung!

Bei typischer Biergarten-Atmosphäre, altersgerechter Musik und idealem Wetter war schnell gute Laune angesagt.
Danke an unseren Präsidenten Heinz Kipp und seine Macher. Danke auch an unseren Wirt Eduard Shala, der jedem Gast einen „Schnitt“ Paulaner spendierte.
Die Verantwortlichen im Senioren-Bereich haben vor, diese Party im alljährlichen Veranstaltungs-Programm fest zu integrieren.

Gleichzeitig gratulierte Präsident Heinz Kipp dem Senioren-Beauftragten Hans Dachtler zu seinem 80. Geburtstag und bedankte sich für seine 60-jährige, vielfältige Tätigkeit im Ehrenamt.

Ganz besonders freute sich Hans Dachtler als zwei „alte Leichtathleten“ zum gratulieren kamen.

Dietmar Ruhle war 1955 Startläufer (400 m) der Olympischen-Staffel, die bei den Deutschen Jugendmeisterschaften den 3. Platz belegte

Willi Kübler gehörte in den 50er- und 60er-Jahren zu den besten Langstreckenläufern in Württemberg.

Über all die guten Wünsche und Aufmerksamkeiten, die wir anlässlich unserer Geburtstage erfahren durften, haben wir uns sehr gefreut und sagen herzlichen Dank an alle.

Aus Anlass meines 80. Geburtstages werde ich für 80 € Bausteine der Aktion „Jugend stark machen“ erwerben.

Senioren wieder unterwegs, der Bayerische Wald ist eine Reise wert.

Dreiflüssestadt Passau - Stadtbesichtigung mit Orgelkonzert - Hochwasserskala am Rathaus - mit dem Schiff auf dem Inn von Scherding Richtung Passau vorbei am Kloster Neustift

Wanderung im romantischen Ilztal und Einkehr in der Schrottenbaummühle

Unten: Großer Arber und Arbersee - Rund um den Eggingsee - Rundgang im Nationalpark

Tagesausflug zum SWR

Die SVK-Mitglieder fuhren nach Baden-Baden zu einer Besichtigung des SWR. Nach dem Besuch des Studios der Sendung „Kaffee oder Tee“ ging es zum Fallerhof mit einem Besuch in der Küche und im Hofladen von Johanna Faller (Bilder unten).

Herrlicher Wandertag im Schwarzwald

35 SVK-Mitglieder fuhren mit dem Regio-Zug nach Bad Wildbad und wanderten 11 km vom Sommerberg zur Grünhütte und zurück.

SV Kornwestheim

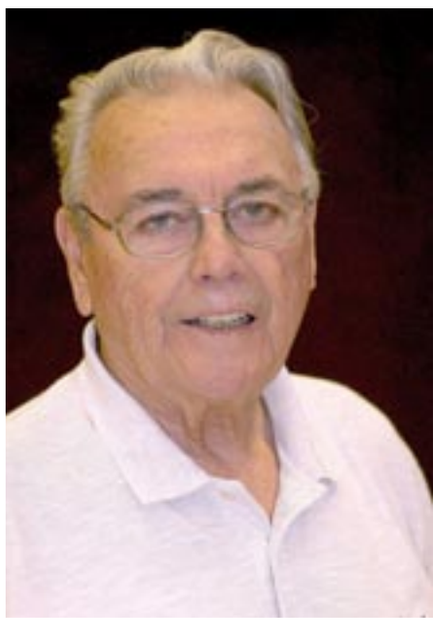
Altstadtrat Anton Geiger wurde am 7. August 85

Bewährt in der Geschäftswelt, in Politik, Kirche und Vereinswesen, konnte am 7. August Anton Geiger, Altstadtrat von Kornwestheim, seinen 85. Geburtstag begehen. Aufgewachsen in Ellwangen und Aalen, führte ihn sein Weg nach dem Abitur 1942 sofort in den Kriegseinsatz und in jahrelange russische Gefangenschaft. Nach seiner Heimkehr folgte eine Bankausbildung bei der Deutschen Bank in Aalen und später in Kornwestheim eine steile Karriere in den Geschäftsfeldern des Salamander-Bund GmbH, deren Bank er entscheidend prägte und als deren Geschäftsführer er 1991 in den Ruhestand trat. Im Ehrenamt kam er als Mitglied der CDU-Fraktion in den Kornwestheimer Gemeinderat und war von 1971 bis 1989 als Finanzfachmann ein geschätzter Berater des damaligen OB Dr. Pflugfelder und des Landtagsabgeordneten Dr. Karl Lang.
Innerhalb der kath. Kirchengemeinde St. Martin war er Sprecher des Kirchenrats und zusammen mit Stadtpfarrer Franz Grässle betreute er den großen Umbau zur neuen Kirchenanlage und des neuen Pfarrhauses..
Innerhalb des ehemaligen Vereins FV Salamander war Anton Geiger als Stellvertreter des Leiters der Leichtathletikabteilung zuerst tätig, wurde Schatzmeister der Leichtathleten und von 1976 bis 1985 erster Vereinsvorsitzender, der auch wesentlichen Anteil am Erhalt der Clubhausanlage einbrachte. Im Ruhestand gründete Anton Geiger den bis heute aktiven Club der ehemaligen Lurchis und unterstützt damit auch die Jugendarbeit im neuen SVK.
Seine Aktivitäten im Ehrenamt wurden mehrfach gewürdigt. Der Bundespräsident zeichnete ihn 1984 mit dem Bundesverdienstkreuz am Bande aus. Die Stadt Kornwestheim berief ihn 1987 in den Kreis der Sportpioniere.
Der begeisterte Bergwanderer, der im Ruhestand in Waiblingen wohnt, hat mit seiner Lebensleistung im Sport und im Beruf, aber auch in der Politik Maßstäbe gesetzt, die in allen Sport- und Bevölkerungskreisen immer wieder beachtet werden.

Hans Dachtler wurde am 21. August 80 Jahre alt

Seit mehr als sechs Jahrzehnten ist er ein Motor der Leichtathletik und auf vielen sportlichen Gebieten: Hans Dachtler, der am 21. August seinen 80. Geburtstag begehen konnte.
1949 siedelte seine Familie mit vier Söhnen von Schwieberdingen nach Kornwestheim über. Bald ragte Hans Dachtler als Mittelstreckler hervor. Nach seiner Laufbahn machte er sich im Land einen Namen als Kampfrichter, vor allem als Organisator und Starter.
In dem damals noch selbstständigen TVK 1894 übernahm er die Leitung der Leichtathletikabteilung und führte sie dann auch 1971 in den Verbund mit der Salamandergruppe. In dem 1970 gegründeten Stadtverband für Leibesübungen wurde er in den Vorstand berufen und vertrat ihn mehr als zwei Jahrzehnte vielseitig im Ausländerbeirat der Stadt, um die sportlichen Aktivitäten der ausländischen Sportgruppen zu integrieren und die Zusammenarbeit auszubauen. Aufgrund seiner Erfahrung wurde Hans Dachtler auch nach Stuttgart zu den Großveranstaltungen in den Kreis der Mitgestalter von internationalen Ereignissen berufen.
Im letzten Jahrzehnt baute er als geprüfter Übungsleiter für Seniorensport die große Seniorengruppe des neuen Großvereins SVK neu aus und gestaltete auch deren Exkursionen und Wanderaktivitäten mit viel Erfolg und mit Zuspruch.
Das Ehrenmitglied des SVK wurde vielfach durch Bund und Land geehrt: 1975 wurde Hans Dachtler bereits Sportpionier der Stadt, weil in ihm der damalige OB Dr. Pflugfelder einen Motor der Leichtathletik in

Wir gratulieren



Kornwestheim sah. 1985 wurde ihm durch Ministerpräsident Dr.h.c. Späth die Landesehrennadel verliehen und der Bundespräsident ehrte ihn 1997 mit der Verleihung der Bundesverdienstmedaille.

Abteilungen

Breitensport

Abteilungsleiterin
Dagmar Dautel 071 54 / 82 34 38

Allg. Breitensport
Dagmar Dautel 0 71 54 / 82 34 38

- *Gymnastikangebot in Sporthallen*
- *Walking/Nordic Walking*
- *Konditionstraining*

Reha-Sport im Verein
Dagmar Dautel 0 71 54 / 82 34 38

- *Sport in Herzgruppen*
- *Sport nach Krebs*
- *Wirbelsäulengymnastik*
- *Bandscheibengymnastik*

Behindertensport im Verein
Lothar Fahrbach 0 71 41 / 46 09 24

- *Sitzball*
- *Schwimmen*
- *Kegeln*

Senioren-Sport
Hans Dachtler 07 11 / 8 87 49 24
- Gymnastik in Sporthallen

Anita Betz 0 71 54 / 34 06
- Wandern

Peter Schelm 0 71 54 / 41 18
- 2. Weg

Veranstaltungen Senioren
Margot Hofmann 0 71 54 / 83 08-12

Kindersportschule

Die Mitglieder des SVK im Alter von 2 bis 12 Jahren können am Programm der städtischen Kindersportschule kostenlos teilnehmen. Das Programm ist erhältlich bei der Stadt Kornwestheim, Jakob-Sigle-Platz 1, 3. Stock im Turm, Telefon 07154/202479 oder Fax 07154/202290 und in unserer SVK-Geschäftsstelle in der Bogenstraße 35.

Aikido

Abteilungsleiter
Jörg Standke 07 1 50 / 97 08 82

Badminton

Abteilungsleiter
Petra Hanke 0 71 54 / 2 46 80

Bowling

Abteilungsleiter
Manfred Kastl 0 71 54 / 2 32 84

Eiskunstlauf

Abteilungsleiterin
Ingeborg Menihart 07 11 / 8 26 15 27

Faustball

Abteilungsleiter
Emil Arnold 0 71 54 / 7 06 40

Herren:
Emil Arnold 0 71 54 / 7 06 40

Damen:
Martina Faigle 0 71 54 / 17 58 64

Football / Cheerleader

Abteilungsleiter
Markus Michael Kaupe 07 11/ 54 15 44

Fußball

Abteilungsleiter
Peter Wagner 0 71 54 / 67 92

Jugend
Jürgen Luttenberger 0 71 54 / 96 64 70

Sportl.Leitung Jugendfußball
Detlef Olaidotter 01 77 / 2 34 79 82
E-Mail: D.Olaidotter@gmx.de

Damen
Ralf Albrecht 0 71 54 / 86 61 10

AH + Freizeitfußball
Jürgen Skowronek 0 71 54 / 44 31

Handball

Abteilungsleiter
Jürgen Kreyer 0 71 54 / 1 64 01

Männliche Jugend
R. Zinsmeister 0 71 54 / 2 14 25

Weibliche Jugend
Jörg Andres 0 71 41 / 9 18 95

Männer
Bernd Holzberger 0 71 54 / 58 67

Frauen
Evelyn Begenat 01 72 / 7 42 23 49

AH
Roland Gauß 0 71 54 / 73 24

Judo / Ju-Jutsu

Abteilungsleiterin
Sabine Wander 0 71 54 / 96 63 61

Karate /Shotokan

Abteilungsleiterin
Ute Dillerup 0 71 41 / 4 32 30

Leichtathletik

Abteilungsleiter
Prof. Dr. Sturm 0 71 54 / 2 14 52

Jugend
Claudia Seile 0 71 54 / 2 47 98
Monique Karch 0 71 54 / 2 70 17

Stadtverbandstrainer LAZ Salamander Kornwestheim - Ludwigsburg
Marko Lindner 0 71 41 / 64 97 18

Schwimmen

Abteilungsleiter
Hans-J. Tröscher 0 71 54 / 79 60

Wettkampfgruppe Jugend / Aktive
Frank Molwitz 0 71 54 / 18 22 50

Heranführung Wettkampf
Claudia Wolter 0 71 54 / 2 39 42

Masters
Günter Engelhardt 0 71 41 / 8 40 88

Kinder 4 - 11 Jahre
KISS 0 71 54 / 202 - 479

Turmspringen
Rainer Markwirth 0 71 95 / 34 29

Wasserball
Wolfgang Seitz 0 71 54 / 2 67 54

Sportkarate

Abteilungsleiter
Lazaros
Emmanouilidis 01 62 / 4 63 29 29

Tanzsport

Abteilungsleiterin
Anni Cimander 0 71 54 / 2 70 79

Tennis

Abteilungsleiter
Kurt Schenkel 0 71 54 / 34 61

Tischtennis

Abteilungsleiter
Klaus Schulz 0 71 54 / 51 28

Schüler / Jugend / Anfänger
Ibrahim Soyal 01 72 / 7 12 76 99

Turnen

Abteilungsleiter
Stefan Kenzler 0 71 54 / 80 44 04

Volleyball

Abteilungsleiter
Carsten Waitzmann 0 71 54 / 7 03 46

Damen
Dietmar Gaus 0 71 46 / 86 01 95

Herren / Jugend
B. Staiger 0 71 54 / 2 67 05

Freizeit
R. Geist 0 71 41 / 2 39 03 36

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, Christian Fina
Anzeigen: Telefon 0 71 54 / 83 08-0, Fax 0 71 54 / 83 08 14 - Druck: Pressehaus Stuttgart Druck, 70567 Stuttgart-Möhringen - Auflage: 15.000 Exemplare

. . . und tschüss!
Wir verabschieden uns von vielen Ausstellungsstücken mit satten Nachlässen!
1998,- 1740,- 2998,- 1998,-
2980,- 1598,- 4980,- 1170,- 1380,-
Wohnforum WURSTER®
70806 Kornwestheim
Stuttgarter Straße 78-86
www.wohnforum-wurster.de
und vieles mehr!