Die Zeitung des Sportverein Salamander Kornwestheim 1894 e.V.

Purzelbaum

Ausgabe Nr. 24 - Oktober 2010

Ein Tag, der Sie verändern wird!!
Sonntag, 10. Oktober 2010 ist
Tag der offenen Tür im SVK FunSportZentrum

In der Regel ist die Inkubationszeit beim Fitnessvirus relativ lange. Die meisten Menschen überlegen fast ein Jahr hin und her, bevor sie sich entscheiden, mit einem regelmäßigen Gesundheitstraining zu beginnen und etwas für Ihren Körper zu tun.

Um Ihnen die Entscheidung zu erleichtern, veranstalten wir am 10.10.2010 von 10.00 Uhr bis 17.00 Uhr im SVK FunSportZentrum einen Tag der offenen Tür.

Sie haben die Möglichkeit, sich in aller Ruhe alle Bereiche unserer multifunktionalen Sportanlage anzuschauen und sich zu allen Fragen kompetent beraten zu lassen.

Ihre Kleinsten können Sie gerne mitbringen, wir betreuen sie in der eigens eingerichteten Kinderspielhalle mit Spielen, Kinderschminken und vielen weiteren Attraktionen.

Für die Erwachsenen bieten wir eine riesige Auswahl an Sport- und Bewegungsangeboten, vom klassischen Fitness- und Gesundheitsstudio, über ein sehr umfangreiches Kursangebot, bis hin zu medizinischem Fitnesstraining, Badminton, Squash, Klettern und Beachvolleyball, auf insgesamt über 4000 m².

Für wirklich jede Altersklasse ist etwas geboten und die nur am Tag der offenen Tür gültigen Sonderkonditionen machen die Entscheidung leicht, mit dem ganz persönlichen Gesundheitsprogramm zu starten.

Wer clever ist, sichert sich einen **Preisvorteil von bis zu 150,- €** im Vergleich zum regulären Angebot in unserem Fitness- und Gesundheitsbereich.

Auch bei Kurskarten, Blockkarten für das medizinische Fitnesstraining, oder 10er Karten für Badminton, Squash und Klettern erhalten Sie attraktive Nachlässe.

Am Tag der offenen Tür können Sie alle unsere Sportbereiche ausführlich besichtigen und alle Fragen rund um Ihre Gesundheit und Fitness loswerden. Mitarbeiter, Trainer und Therapeuten beraten Sie gerne.

Sportvorführungen runden das Programm ab.

Ein echter Hingucker sind sicher auch unsere neuen Ausdauergeräte im Fitnessstudio, wie auch unsere neue Generation an Indoor Cycling Rädern, die wir Ihnen gerne präsentieren.

Wer uns am So. 10.10. gleich zu Beginn des Tages der offenen Tür besucht, wird mit einer leckeren Erfrischung überrascht.

Geben Sie dem Winterspeck also erst gar keine Chance und besuchen Sie uns am Tag der offenen Tür im:

SVK FunSportZentrum, in der Bogenstraße 35, in Kornwestheim Süd.

Ihr Körper wird es Ihnen danken.

Wir freuen uns auf Sie.

aus dem Inhalt

Aktuelles

SVK Sportwoche 2
Weinfestival 3
Ü &0 Party 3
100 Jahre Glucker 5

Sportverein Kornwestheim

Breitensport Angebote 6
Die Abteilungen 6 - 19

FunSportZentrum

Gesundheitswoche (Programm) 5
Klettergruppe 20 - 21
FSZ - Kursbetrieb 22 - 25
medi-aktiv 23

Info & Termine / Senioren

Senioren 26 - 27
Internes 28

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

Liebe SVK-Mitglieder, liebe Purzelbaum-Leser,

erstmals seit Erscheinen des Purzelbaum stammt das Grußwort nicht aus der Feder unseres langjährigen Präsidenten Heinz Kipp. Dieser hat nach 27-jähriger Tätigkeit das „Vereins-Zepter“ an mich übergeben. Heinz Kipp hat sich um den SVK im Besonderen, aber auch um den Sport im Allgemeinen in herausragender Weise verdient gemacht. Er hat mit Weitsicht und Beharrungsvermögen einen Großverein moderner Prägung geschaffen, dessen Angebote fast alle sportlichen Bereiche abdecken, dazu in Fragen der Gesundheit und Daseinsvorsorge auch den präventiven und therapeutischen Bereich. Mit dem FunSportZentrum verfügt der Verein über ein Sport- und Begegnungszentrum, das hohen Ansprüchen genügt.

Trotzdem können wir die Hände nicht in den Schoß legen. Der Verein kann künftig keine hauptamtlichen Trainer mehr beschäftigen, da die Stadt Kornwestheim die Zuschüsse zum Jahresende 2010 gestrichen hat. Sie wird drei Trainerstellen direkt bei der Stadt ansiedeln. Reinhard Zinsmeister, der seit über 22 Jahren im Handball außerordentlich engagiert und erfolgreich tätig war, und Detlef Oleidotter, der mehr als 14 Jahre unseren Fußball-Nachwuchs schulte, danke ich für ihre langjährige Arbeit.

Ein weiteres Thema bewegt uns sehr: Die Schaffung eines weiteren Kunstrasenplatzes und/oder der Neubau einer wettkampftauglichen Sporthalle. Das Präsidium des SVK hat dem Bau eines Kunstrasenplatzes Priorität eingeräumt. Grund hierfür war, dass die Kosten bereits haushaltsmäßig abgesichert sind und der Platz deshalb kurzfristig gebaut werden könnte. Wir benötigen aber auch dringend eine wettkampftaugliche Ballspielhalle für den Breiten-, Kinder- und Jugend- sowie Schulsport. Beide Einrichtungen sind unbestritten notwendig.

Der SVK hat hierbei angeboten, zur Finanzierung mittels eines längerfristigen Darlehens und durch Aufbringung von Eigenkapital (z.B. mit einer Bausteinaktion) beizutragen. Wir sind gespannt, wie diese Anregungen aufgenommen werden.

Abschließend möchte ich allen danken, die in oder für unseren Verein arbeiten. Dieser Dank gilt auch unseren Spendern, Partnern und Förderern, die mit ihrer Unterstützung dazu beitragen, dass unser SVK-Schiff - bildlich gesprochen - flott unterwegs in eine gute Zukunft ist. Bei der Stadt Kornwestheim habe ich auf allen Ebenen stets ein offenes Ohr für die Belange des Sports gefunden. Deshalb gilt mein herzlicher Dank unserer Heimatstadt und ihren Repräsentanten, die auch in Zeiten knapper werdender öffentlicher Kassen den Sport nicht am Hungertuch nagen lassen. Mein ganz persönlicher Dank gilt schließlich jenen, die mir in den ersten fünf Monaten meiner Amtstätigkeit mit Rat und Tat zur Seite gestanden haben.

Ihnen, liebe Purzelbaum-Leser, danke ich für Ihre Aufmerksamkeit. Unterstützen Sie den SVK auch weiterhin. Nutzen Sie unsere Angebote im Verein und im FunSportZentrum. Werben Sie neue Mitglieder im Familien-, Verwandten- oder Freundeskreis. Und vielleicht stellen Sie sich sogar in Abwandlung eines Kennedy-Zitates nicht die Frage: „Was kann der Verein für mich tun?“, sondern: „Was kann ich für den Verein tun?“. Ich würde mich freuen, wenn Sie hierauf eine positive Antwort finden!

Mit den besten Grüßen bin ich Ihr

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

Cooper's
schwäbisch lecker

Sportsbar mit Live-Übertragungen
Konferenzräume
Paulaner Biergarten mit Sonnenterrasse
Schwäbisch leckere Küche zu fairen Preisen
Specials (Rostbraten- oder Schnitzeltag, Live-Musik, etc.)

Cooper's
Inh. Edi Shala
Bogenstr. 35
70806 Kornwestheim
Fon 0 71 54 / 2 18 73
Fax 0 71 54 / 17 79 97
www.coopers-kornwestheim.de

SVK-Sportwoche

5 Tage buntes Treiben bei der SVK-Sportwoche im FunSportZentrum

Vom 31.08. – 03.09. hatten 44 Kinder und Jugendliche zwischen sechs und vierzehn Jahren für eine Woche das FunSportZentrum und die Sportanlagen des SVK fest in ihren Händen.

Bei der SVK-Sportwoche wurde den jungen Sportlern ein aktives und attraktives Bewegungsprogramm angeboten. Jeden Tag von 9:00 – 16:00 konnten sie sich in den verschiedensten Sportarten und Disziplinen austoben.
„Von A wie Aerobic, bis Z wie Zirkeltraining“ probierten sich alle zusätzlich auch an Erlebnispädagogik, Badminton, Staffelspielen, Fußballturnier, Klettern, Selbstverteidigung, Handball, Turnen, Akrobatik und noch vielem mehr.
Abgerundet von einer gemeinsamen Radtour an den Max-Eyth-See („die Großen“ radelten bis zum Stadion in Cannstatt) und einer „Schnitzeljagd“ zum Abschluss bot die Sportwoche ein aktives Programm, bei dem alle Kinder und Jugendlichen trotz des großen Altersunterschieds von bis zu acht Jahren auf ihre Kosten kamen.
Während die „großen Jungs“ das Fußballturnier als ihre Lieblingsdisziplin erkoren haben, waren die Mädchen beim Badminton und beim Turnen nicht nur zahlenmäßig im Vorteil.
An der Kletterwand war der Altersunterschied unerheblich, da hier nicht die Größe den entscheidenden Faktor darstellt, sondern Mut, Geschicklichkeit und Koordination. Dadurch konnten sich hier ein paar der „kleineren“ Teilnehmer ganz besonders auszeichnen.
Als Veranstaltungsort bot das FunSportZentrum mit seinen vielen Sportmöglichkeiten den perfekten Rahmen, um die „Rasselbande“ jeden Tag aktiv zu beschäftigen.
Mittags durften sich dann alle beim gemeinsamen Mittagessen im „Cooper´s“ stärken und Kraft für den Nachmittag tanken.
Die Organisatoren der Kinder-Sportwoche, Benjamin Doser und Jozo Rajic, beide als Sportlehrer und Sportökonom beim SVK tätig, waren angetan vom Zusammenhalt der Gruppe, dass sich die Größeren auch gezielt um die Kleineren kümmerten und ihre Aufgabe vorbildlich wahrgenommen haben.
Auch ein Faktor für die tolle Stimmung während der gesamten fünf Tage war die tatkräftige Unterstützung von Christina Eberhard, Martin Scheuren und SVK-Zivi Timo Plitzner.

Nicht der Leistungsgedanke, sondern Freude an der Bewegung und der Zusammenhalt innerhalb der Gruppe standen bei der SVK-Sportwoche im Vordergrund.
Gefördert wurde das ganze auch durch die Sportlehrer und speziell ausgebildeten Übungsleiter, die das Sportprogramm durchgeführt haben und jeder Einheit so einen ganz besonderen Charakter gegeben haben.

„Einfach alles super“ fanden drei der Mädchen „hier macht man den ganzen Tag Sport, kann ganz verschiedene Sportarten ausprobieren und nebenher findet man auch noch neue Freundinnen“.

Diese Aussage spiegelt wohl das wider, was die meisten jungen Nachwuchssportler während der fünf Tage empfunden haben.

Doch nicht nur die Kinder und Jugendlichen, sondern auch alle Übungsleiter und die Organisatoren hatten großen Spaß an dieser erfolgreichen und aktiven Woche, die alle Beteiligten auch noch mit fünf Tagen Sonnschein beschenkt hat.

Für 55,- Euro für das 1. Kind und 45,- Euro für jedes weitere Kind konnten die Eltern ihre Kinder zur Sportwoche anmelden. Dieser Preis konnte nur durch die Zusammenarbeit mit unseren Partnern so niedrig gehalten werden.

Deshalb an dieser Stelle noch einmal unser ausdrücklicher Dank an die Firma Peterstaler und Powerbar so wie auch an die Glucker-Schule für ihre tatkräftige Unterstützung.

Der SV Salamander Kornwestheim freut sich bereits auf die nächste Kinder-Sportwoche, bei der es sicher ein Wiedersehen mit einigen der diesjährigen Teilnehmer geben wird.

SVK-Weinfestival: Edle Tropfen und kulinarische Köstlichkeiten

Der Sportverein Salamander Kornwestheim veranstaltete in diesem Jahr bereits zum achten Mal auf dem Salamander Areal das SVK-Weinfestival.

Die zweitägige Veranstaltung hat sich in Kornwestheim mittlerweile fest etabliert und lockte ca. 2000 Besucher in den Innenhof der Backsteingebäude.

Es wurde unter freiem Himmel bis in die späten Abendstunden „Schorle geschlürft“ und bei Live-Musik das Tanzbein geschwungen.

SVK-Geschäftsführer Thomas Eeg und sein Stellvertreter Christian Fina eröffneten am Freitagabend das Weinfest mit der traditionellen Weinprobe.
Die Bottwartal Kellerei, Ilsfeld und Cleebronn-Gügglingen stellten eine große Auswahl an regionalen, schwäbischen Weinen zur Verfügung.
Die Internationalen Weine aus Italien und Spanien wurden durch das Weinparadies Weimer und Valentin Bruognolo abgedeckt. Das große Sortiment an über 30 verschiedenen Weinen fand regen Anklang und ließ keine Wünsche offen.

Verschiedene Gastronomen verwöhnten die Besucher mit kulinarischen Köstlichkeiten. Roberto Sirna schmiss den Pizzateig durch die Luft und füllte Piadine mit Salsiccia Calabrese (Fladenbrot mit scharfer, italienischer Wurst) und Beate Reichert kümmerte sich um Flammkuchen und Crêpes. Chris Sirtmatsis servierte Gyros vom Spieß und die typischen Grillklassiker. Erstmals konnten sich die Weinfestgäste über eine Racletterie freuen. Thomas Berger und Michael Joss rundeten mit geschmolzenem Käse auf Baguette-Brötchen das Speisenangebot ab und ließen „Vegetarierherzen“ höher schlagen.

Für gute Stimmung sorgte am Freitagabend die Cover-Band „Fab5“, die bereits im vergangenen Jahr mit Rock- und Popsongs auf der Bühne stand.
Ein Heimspiel hatte am Samstagabend die Band „Juuns“, sie kommt aus Kornwestheim und überzeugte mit einem vielseitigen Repertoire für alle Altersgruppen. Gespielt wurden Hits aus den 50er-Jahren bis hin zu modernen, aktuellen Liedern.

Für einen reibungslosen Ablauf während der Veranstaltung sorgten rund 70 Helfer aus vier Abteilungen. Ohne die Mithilfe, allen voran die Cheerleader der SVK-Footballer, sowie der Turn-, Volleyball-, und Handballabteilung, wäre diese Veranstaltung nicht umsetzbar.

Das Organisationsteam um Christian Fina und Thomas Eeg möchte sich an dieser Stelle bei allen Helfern für die tatkräftige Unterstützung herzlich bedanken.

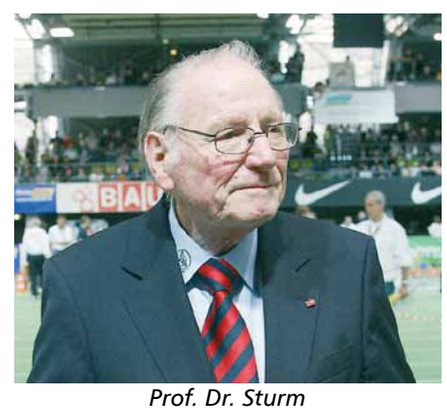
Der Sportverein Salamander Kornwestheim freut sich über ein gelungenes Fest und die zahlreichen Besucher, die mit ihm zwei sehr schöne Abende in besonderer Atmosphäre verbracht haben.

Ü 60 Party unter dem Motto „Ehemaligentreffen der Leichtathleten“

Die vor einem Jahr ins Leben gerufene Veranstaltungsreihe „Ü 60 Party“ zelebrierte der SV Kornwestheim in diesem Jahr unter dem Motto „Ehemaligentreffen der Leichtathleten“.

Der Verein lud am 11.07. alle ehemaligen Leichtathleten des früheren FV Salamander Kornwestheim und des ehemaligen Turnvereins Kornwestheim sowie alle anderen Mitglieder über 60 Jahren zu einem großen Wiedersehen in den Paulaner Biergarten der Vereinsgaststätte des SVK ein. Um 11 Uhr begann der gemütliche Frühschoppen mit einem Sektempfang für alle Gäste und schon sehr schnell füllte sich die Terrasse des „Coopers“ am FunSportZentrum bei hochsommerlichen Temperaturen.
Ob ehemalige oder noch aktive Leichtathleten, oder aber Senioren, die einfach der Einladung zur Ü60 Party gefolgt waren, bei vielen gab es ein Wiedersehen nach z.T. mehr als 20,30 oder sogar 40 Jahren.

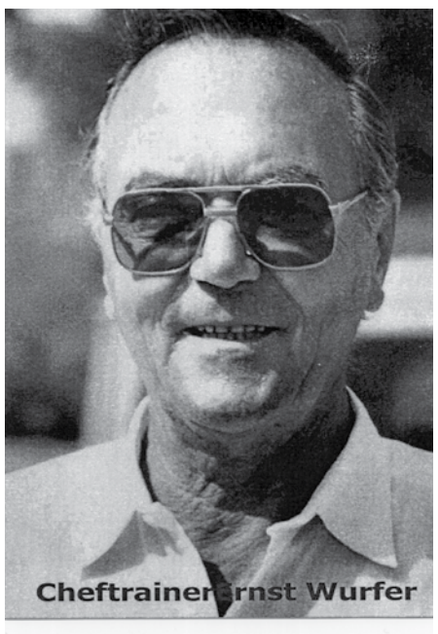
„Weißt du noch, damals beim Wettkampf in…..“ so und so ähnlich schallte es aus allen Ecken des Biergartens und alte Bekannte fielen sich in die Arme.
Und wie es bei Treffen nach so langer Zeit ist, hatte jeder seine ganz eigene Lebensgeschichte zu erzählen und die Stunden vergingen bei Weißwurst, Weißbier, Viertele und Unterhaltungsmusik wie im Flug.
Einen besonderen Grund zu feiern gab es für alle Leichtathleten und natürlich auch alle anderen Gäste zusätzlich. Der „Vater der Leichtathletik in Kornwestheim“ H. Prof. Dr. Sturm, hatte nur zwei Tage vor der Veranstaltung seinen 80. Geburtstag. Der Vorsitzende des Württembergischen Leichtathletikverbandes H. Scholz, der Vorsitzende des Stadtverbandes für Sport H. Gessl, Alfred Waldenmaier als langjähriger Vorsitzender des Stadtverbands für Sport und der Präsident des SV Kornwestheim, H. Bahmann, hielten eine Laudatio auf den Jubilar und gratulierten ihm.
Dabei wurde ausführlich das Lebenswerk von Prof. Dr. Sturm gelobt. Die wohl originellste „Rede“ hielt der Präsident des SVK, H. Bahmann, in Form eines extra auf den Jubilar umgeschriebenen Liedes.
Ungewohnt emotional, aber dennoch gewohnt spitzzüngig nahm H. Prof. Dr. Sturm die vielen Glückwünsche entgegen und die Feier ging bei sehr sommerlichen Temperaturen von weit über 30 Grad, unter den großen Schirmen im Paulaner Biergarten, gut gelaunt weiter.
Die Zahl von ca. 350 Besuchern zeigte doch deutlich, dass Sport ein Leben lang verbindet und dass die vor 4 Jahren vollzogene Verschmelzung der Vereine ESG, FVK und SVK bei allen Gästen angekommen war und man fröhlich und ausgelassen als SVK- Familie zusammen feiern konnte.
Auf sehr großes Interesse stießen bei den vielen gekommenen Leichtathleten die von einem 6-köpfigen Seniorengremium, bestehend aus Hans Dachtler, Hans Georg Rödel, Roland Flamm, Heinz Jahrstorfer, Dieter Plauschke und Reinhold Fischer, vorbereiteten Bilderwände mit Motiven aus der aktiven Zeit vieler großer Namen in der Kornwestheimer Leichtathletik.
Persönlich anwesend waren Koryphäen wie die ehemalige Olympiateilnehmerin Karin Reichert-Frisch, Günter Lohre, Kurt Müller, Guido Müller und viele andere.
Die Idee, die Ü 60 Party des SVK mit einem Ehemaligentreffen einer Sportart zu verbinden, hatte sich als sehr gelungen herausgestellt und wird in den kommenden Jahren sicher weitergeführt.



Prof. Dr. Sturm

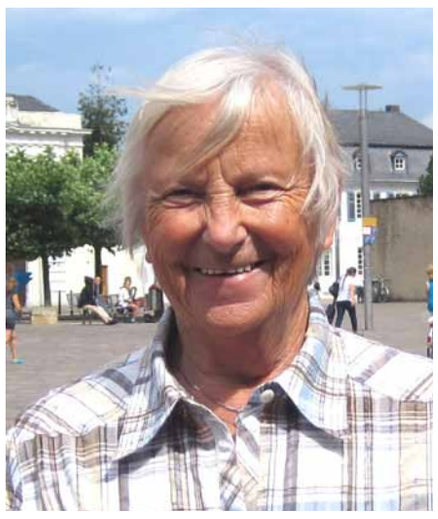
Die Springer lernten bei Wurfer

Seinen 90. Geburtstag feiert der Leichtathletiktrainer Ernst Wurfer.
Er gilt als Urgestein der Kornwestheimer Leichtathletik. Das Ehrenmitglied des Württembergischen Leichtathletik-Verbandes wurde vom Deutschen Leichtathletik-Verband mit dem Ehrenschild ausgezeichnet, der Bundespräsident hat ihm das Bundesverdienstkreuz am Band verliehen.
Als Trainer erzielte Wurfer seine ersten Erfolge bei der SpVgg Feuerbach, wechselte aber 1957 nach Kornwestheim. Der Erfolg bei den Salamander-Leichtathleten stellte sich ganz schnell ein. Bereits 1958 wurden die Männer erstmals Württembergischer Mannschaftsmeister und gaben die Titel jahrzehntelang nicht mehr ab, wurden sogar Deutscher Meister der Bundesliga. Ernst Wurfer trainierte aber auch die Stabhochspringer, unter ihnen Günther Lohre, 18-facher Deutscher Meister, Reinhold Fischer und Manfred Reichert.
Gleichzeitig bildete Wurfer auch Sportlehrer nach dem neuen württembergischen Modell an der Landessportschule aus. Als Lehrwart des Verbandes schuf er die Fördergruppen des Nachwuchses und neue Fortbildungslehrgänge.
Die Verbandsführung in Baden-Württemberg wusste er mit seinen Vorschlägen zur Leistungsförderung zu überzeugen. Als Cheftrainer von Salamander setzte er sich immer wieder für die Verbesserung der Sportanlagen ein.
Seine größte Freude war es, dass er den „Kornwestheimer" Stabhochsprungtag der „Kornwestheimer Zeitung" 2008 vor Ort miterleben konnte.



Gisela Wittke wurde 80!

Im Mai dieses Jahres feierte Gisela Wittke ihren 80. Geburtstag. Die in Pforzheim Geborene kam 1936 nach Kornwestheim und begann ihre sportliche Aktivität bei der damaligen RSG im Turnen.1943 wechselte sie zum TVK, turnte dort weiter und spielte nach Kriegsende auch Handball in der Damenmannschaft des TVK. Nach Beendigung ihrer aktiven Tätigkeit leitete sie über 25 Jahre das Kinderturnen im TVK. Über 30 Jahre war sie als Frauenvertreterin im Hauptausschuss und seit Gründung des Senioren-Ausschusses arbeitete sie bei der Gestaltung des Jahresprogrammes mit. In der Sport-nach-Krebs-Gruppe und auch in der Senioren-Gymnastik nimmt Gisela regelmäßig teil. Zudem geht sie noch regelmäßig ins FunSportZentrum und in die Rückenschule.



Für ihre langjährige Tätigkeit gab es für G. Wittke folgende Ehrungen: 1969 Gau-Ehrenbrief, 1973 Ehrennadel des DTB und 2005 die goldene Ehrennadel des Schwäb. Turnerbundes, 1977 den Fritz-Görz-Preis des TVK und 1998 ehrte sie die Stadt Kornwestheim als Sportpionier.

Tischtennislegende Nitish Biswas wurde am 17. August 80 Jahre alt

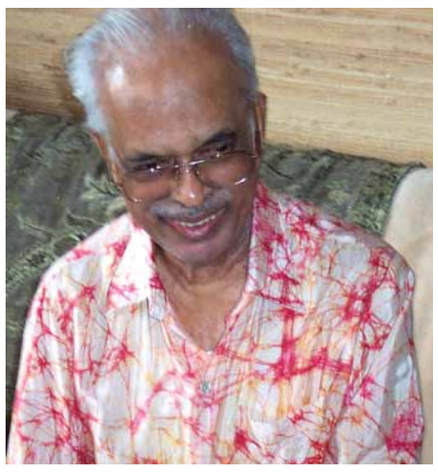
Nitish Biswas war in seiner Aktivenzeit in den 50er- und 60er-Jahren einer der TT-Größen im Tischtennisverband Württemberg-Hohenzollern.

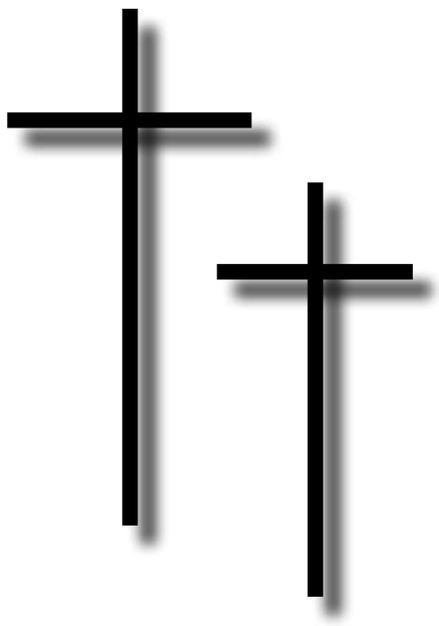
Lange Jahre spielte er in der damaligen Oberliga beim Polizeisportverein Stuttgart, einer der ersten Adressen im Tischtennissport in Baden-Württemberg.

Später fand er den Weg zum damaligen Turnverein Kornwestheim. Mit seiner ruhigen, besonnenen Art und natürlich seiner spielerischen Klasse war er stets ein Vorbild für die einheimische TT-Jugend und des Öfteren Wegbereiter für zahlreiche Mannschaftserfolge der TVKler. Jahrelang spielte er noch, in relativ hohem Alter, mit der 1. Mannschaft in der Landesliga.

Sein größter sportlicher Erfolg aber war die Teilnahme an den Tischtennis-Weltmeisterschaften 1952 in Bombay. Nitish Biswas, der in Kalkutta geboren wurde, konnte sich aufgrund seiner spielerischen Klasse bis ins Achtelfinale vorkämpfen.
Die Tischtennisabteilung des heutigen SV Salamander Kornwestheim hat dem vorbildlichen Sportsmann sehr viel zu verdanken und wünscht unserem Idol für die Zukunft alles Gute und vor allem Gesundheit.

Auch heute noch nimmt er am Vereinsleben teil, und kann noch so manch jungem Spieler taktische Tipps und Tricks verraten. Seine Sportlerlaufbahn musste er vor einigen Jahren beenden, da er öfters Probleme mit den Augen hatte.





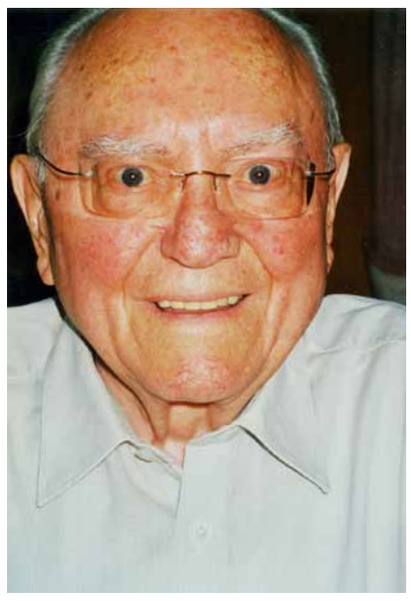
Richard Lipp †

Im Alter von 93 Jahren verstarb unser Ehrenmitglied Richard Lipp am 10.5.2010. Über zwei Jahrzehnte spielte er Handball beim TVK und gehörte 1938 der Meistermannschaft an, die in die höchste deutsche Spielklasse aufstieg. Nach seiner aktiven Spielzeit trainierte er die 1. Mannschaft und war bis ins Seniorenalter in mehreren Faustball-Mannschaften erfolgreich. 1947 gehörte Richard Lipp der Delegation an, die sich bei der Militärregierung um die Genehmigung zur Neugründung des Turnvereins bemühte.

75 Jahre dem Sport verbunden

Zum Tod von Richard Herrmann

Kurz vor seiner Vereinsehrung zum 75-jährigen Jubiläum wurde unter großer Anteilnahme in Kornwestheim Richard Herrmann beigesetzt.
Im Alter von 95 Jahren ist der Kornwestheimer Richard Herrmann gestorben. In vielfacher Hinsicht hat sich Herrmann um die deutsche Leichtathletik, aber auch um den deutschen Fußball verdient gemacht.
Herrmann, Jahrgang 1914, wurde bereits als Schüler für die Leichtathletik entdeckt. Nach seinen Erfolgen als 800-Meter-Läufer wurde er 1936 als Mitglied des FVK in die Stuttgarter Olympiatrainingsgemeinschaft berufen. Während des Zweiten Weltkrieges war Herrmann als Oberleutnant der Luftwaffe Sportoffizier. Zu dieser Zeit gründete und betreute er vier Jahre lang die Soldatenmannschaft, in der viele deutsche Nationalspieler lange wirkten.
Herrmann machte eine Ausbildung bei der Kreissparkasse Ludwigsburg. Von 1954 bis 1969 war er dort als Werbeleiter tätig und anschließend arbeitete er bis 1980 als Bezirksleiter der Landesbausparkasse im Landkreis Ludwigsburg. Besonders verdiente sich Richard Herrmann aber seine Bekanntheit als Mann des Sportwiederaufbaus im Kreis. Er gehörte zu den sehr aktiven Mitbegründern des damaligen VfL Kornwestheim und dessen neuer Leichtathletikabteilung. Als Fachwart stand er dieser 10 Jahre lang vor und leitete den Kreis Ludwigsburg dazu. Besonders erfolgreich war er als Trainer im neugegründeten Verein Salamander: Er baute dort nicht nur eine eigene Abteilung auf, sondern brachte auch junge Talente hervor, darunter Kurt Müller, Werner Hotz, Alfred Wais, Peter Burger, Horst Eberle und Karlheinz Bendak. Zusammen mit Hans Neuwirth und Dieter Blank gewannen sie durch ihren Topmann Kurt Müller 1951 in Oberwesel und 1952 in Kassel den deutschen Jugendtitel über 100 Meter. Der Kornwestheimer Sportsmann blieb auch nach seiner Trainertätigkeit ein steter Förderer seiner Lurchis. 1983 ehrte ihn der damalige Oberbürgermeister Ernst Fischer im Namen der Stadt Kornwestheim als Sportpionier, da Richard Herrmann, so der OB, die Grundlage für den Aufstieg Kornwestheims zur Sportstadt in der schweren Nachkriegszeit gelegt hat.



Sowohl der deutsche Leichtathletikverband als auch der württembergische Verband zeichneten Richard Herrmann für seine Lebensleistung mit der Ehrennadel in Gold aus.

Zur Erinnerung an den „Belle"

Bei der Vielzahl von erfolgreichen Salamander-Leichtathleten trug nur einer den Kosenamen „d'r Belle". Es war der Kleinste, der Kurvenflitzer und der Staffelmann mit seiner tollen Steigerung in der ersten Kurve. Bereits als Schüler war **Werner Müller,** so sein bürgerlicher Name, der Junge aus der Bolzstraße, mit seinem Talent aufgefallen und entwickelte sich dann als Sprinter in der Jugend zusammen mit Hans-Joachim Köhler zu einer Stütze, die Landesmeisterschaften für sich buchten. Als Aktiver errang der Angehörige des Jahrgangs 1941 sofort wieder Titel über die 100 m bei den Junioren und war auch Stammläufer in der berühmten 4 x 100 m-Staffel der Männer um Peter Gamper, Alfred Hebauf und Guido Müller geworden. 1963 in Augsburg klappte es noch nicht durch einen Zusammenprall, aber dann kam die große Zeit von Werner Müller in diesem Team: deutscher Rekord über die 4 x 100 m mit ihm, 1964 deutscher Vizemeister, 1965 deutscher Titelträger.
Nach seiner aktiven Laufbahn blieb er über den Salamander-Bund mit dem Sport verbunden, war langjähriger Ausbilder bei den Schülern.
Immer im Kreis der Ehemaligen dabei, ehe eine heimtückische Krankheit sein Leben beendete. Als „d'r Belle", wie es auch in der Todesanzeige hieß, blieb er einer der Kornwestheimer Sprintasse der großen Zeit.

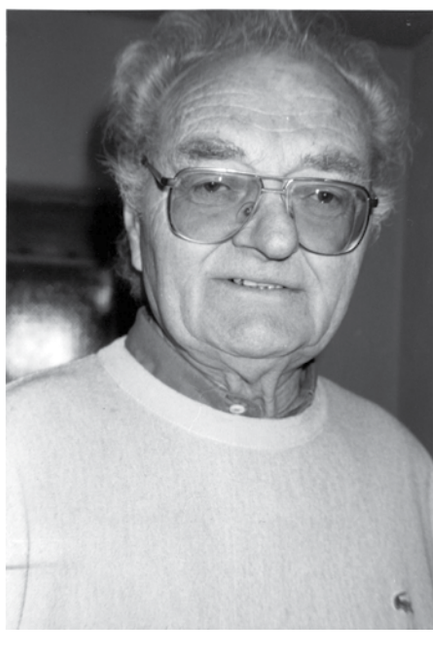
Fritz Fischer †

Ende März 2010 verstarb unser SVK-Ehrenmitglied Fritz Fischer im Alter von 82 Jahren.
Fritz Fischer war schon zu Lebzeiten eine Sportlerlegende, war er doch sowohl als Handball - Torwart beim ehemaligen TVK, als auch als Fußball - Torwart beim ehemaligen FVK ein hervorragender Könner seines Faches.
Bis ins hohe Sportleralter ist er immer wieder in beiden Vereinen als Torwart eingesprungen, wenn Not am Mann war. Für Fritz Fischer hat es nie eine „Rivalität" zwischen Schwarzweißen und Grünweißen gegeben. Für ihn stand immer sein Tor im Mittelpunkt, ob mit dem kleineren Ball oder mit dem größeren Ball geschossen wurde. Er lebte die Gemeinschaft der Kornwestheimer Sportler über die Vereinsgrenzen hinweg und war deshalb ein „Vorkämpfer" des heutigen Großvereins.

Dafür sagen wir ihm Dank und werden ihn als Mensch und Sportler in bester Erinnerung behalten.

Martin Dannert †

Martin Dannert war ein steter Förderer des Sports. Jahrzehntelang war Martin Dannert innerhalb des Unternehmens Salamander AG einer der Chefs der Produktion und Sprecher, auch Produktionsleiter in der Fertigung.
Verbunden durch Heirat mit der Gründerfamilie Sigle war er ein zuverlässiger Förderer des Sports in den Jahren der großen Steigerung des Ausbaus der Schuhfertigung des Werks und seiner vielen Außenwerke.
Im Ruhestand wurde Martin Dannert dann ein wichtiges Mitglied und treuer Begleiter der alten Lurchis, die er ebenso wie die ehemaligen Meister und Betriebsleiter betreute und sich engagierte. Zusammen mit seiner Frau Beate förderte er durch die Jakob-Sigle-Stiftung die Talente des Ernst-Sigle-Gymnasiums.



Martin Dannert starb wenige Monate nach seinem 90. Geburtstag in Kornwestheim.

Tag der offenen Tür 10.10.10

einmalige Sonderkonditionen auf unsere Sport- und Fitnessangebote

Bis zu 150,- Euro sparen!

Persönliche Beratung durch qualifizierte Trainer und Therapeuten

18.-21. Oktober Gesundheitswoche

Mo.	18.10.	Vortrag	- "Kopfschmerz" - Osteopath Herr Kothe
Di.	19.10.	Vortrag	- Frauenspezifischer Themenabend
Mi.	20.10.	Vortrag	- "Professionelle Laufbandanalyse - spezielle Einlagen für Sportler" - Jens Babel
Mi.	20.10.	Vortrag	- "Präventive Darmdiagnostik" - Herr Dr. med. Persicke **Vortrag findet im Ärztehaus Bahnhofstraße statt**
Do.	21.10.	Vortrag	- "Gesunde Ernährung" - Jozo Rajic
Mi.	ab 17 Uhr		- kostenloses medizinisches Fitnesstraining Anmeldung unter 0 71 54 / 83 08 17 im **medi-aktiv**
Mi. + Do.	17 Uhr		- Ernährungsberatung mit Verköstigung

Erlebe Fitness & Gesundheit

Vorträge, Gesundheitsmesse, Aktionen

- Fitness & Gesundheitsstudio
- medizinisches Fitnesstraining
- Präventions- & Rehasportangebote mit Unterstützung Ihrer Krankenkasse
- umfangreiches Kurssystem

An allen Tagen präsentieren sich unsere Partner auf der **Gesundheitsmesse**
Alle Vorträge beginnen um 19:30 Uhr

www.funsportzentrum.de

Ganz im Zeichen von 100 Jahre Glucker (87 Jahre GluckerSchule und 13 Jahre GluckerKolleg) stand am 12. und 13. Juni 2010 der Personal Fitness Training und Gesundheitskongress mit Jubiläumsfest.

In 9 Hallen und Seminarräumen fanden parallel beim SV Kornwestheim, in der Bogenstraße 35 und an der GluckerSchule, in der Jägerstraße 90, über neunzig verschiedene Kursangebote und Weiterbildungen mit Top Referenten und Presentern aus dem Bereich Personal Training, Rücken, Kurse, Gesundheit, Ernährung, Cycling und Therapie statt.
Am Samstagabend wurde das ganze Wochenende mit einem großen Festakt, Shows und Unterhaltungsprogramm abgerundet.
Referenten des Weiterbildungsevents waren u.a. Patrick Lauruhn, Julian Crespo, AnaChris Pinauro, Ida Saccone sowie Gesundheitsberater aus Funk- und Fernsehen, u.a. Barbara Klein, Jutta Schuhn, Dr. Petra Mommert-Jauch, Beate Missalek, Barbara Raab, Stephan Müller und weitere bekannte Referenten wie Volker Sutor (Buchautor), Vroni Raab, Veronika Mund, Martin Schley, Kurt Stübel, Ingrid Zobel, Christiane Sasse, Elfi Wimmer, Thomas Pöter, Ralf Kegelmann, Christine Späth uva.
Durch die parallel stattfindende Ausstellermesse mit ca. 20 Ausstellern, hatten alle Sportinteressierten und die Bürgerinnen und Bürger die Möglichkeit, sich über aktuelle Produkte aus dem Fitness- und Gesundheitsbereich zu informieren.

Aussteller waren: Power Plate, Polar, Robinson Clubs, Nike und Fontanis sowie Togu, Vitega, IST und Euro Education

Die GluckerSchule und das Glucker-Kolleg haben im Funsportzentrum einen großen Personal Fitness Trainer und Gesundheitskongress durchgeführt. Zusätzlich wurde das langjährige Bestehen der beiden Weiterbildungsorganisationen gefeiert. Wie es sich für Sportler gehört, mit reichlich Bewegung.

„Ihr schafft es!" hörte man es schon von weitem am Samstagmorgen über den Parkplatz des SV Kornwestheim schallen. Wer sich der Einladung anschloss, den erwartete ein schweißtreibendes Angebot, das keine Wünsche an diesem Wochenende offen ließ.
Die GluckerSchule bildet in Kornwestheim zum staatlich anerkannten Sportlehrer und das Gluckerkolleg u.a. zum Gesundheitstrainer, Rückenschulleiter und Personal Fitness Trainer aus. Die diesjährige Veranstaltung war mit mehreren hundert Teilnehmern die bestbesuchte Veranstaltung seit ihrem Bestehen. Bereits seit 13 Jahren bietet das Gluckerkolleg diese Weiterbildung für Trainer,

Sportlehrer und Übungsleiter aus ganz Deutschland, Österreich und der Schweiz an.

Von der Theorie bis hin zu atemraubender Praxis wurde alles geboten. Am Samstagnachmittag fand zusätzlich noch ein Symposium über den Trend des Personal Fitness Training mit namhaften Referenten aus dem Gesundheits- und Sportbereich statt. Das Symposium war sehr gut besucht und die vielen Fragen wurden für die Teilnehmer zu ihrer Zufriedenheit ausführlich beantwortet.

Das GluckerKolleg und die Glucker-Schule freuen sich schon auf den nächsten Kongress, der am 28. Mai 2011 wieder in Kornwestheim stattfinden wird. Hierfür sind alle Trainer und Übungsleiter, die sich über die neuesten Trends und Erkenntnisse informieren möchten, herzlich eingeladen. Info und Anmeldung erhalten Sie unter www.gluckerkolleg.de – PT- und Gesundheitskongress.

Breitensport

Präventionssportkurse in der Breitensportabteilung

Beginn des Wintersemesters nach den Sommerferien ab 13.09.2010 in den städtischen Turnhallen. Einstieg auch noch nach Beginn möglich. Anmeldung über die SVK-Geschäftsstelle bei Frau Petra Kürten, Telefon 07154/830819

Neue Kursleiterinnen im SVK-Rehasport

Die Wirbelsäulengymnastik-Gruppe am Mittwochabend wird ab dem neuen Semester von der Kursleiterin Karin Nalop betreut. Frau Nalop ist Trainerin und Fachübungsleiterin für Prävention und Rehabilitation.

Die Bandscheibengymnastik-Gruppe am Donnerstagvormittag wird ab dem neuen Semester von der Kursleiterin Ina Jost betreut. Frau Jost ist Trainerin und Rückenschulleiterin.

SVK-Angebote im Kurssystem Präventionssportkurse:
* Für diese Angebote wird eine Kursgebühr erhoben

Wirbelsäulengymnastik*
jeden Mittwoch, 18:30 Uhr, Gymnasiumhalle klein
Leitung: Karin Nalop

Bandscheibengymnastik*
jeden Donnerstag, 08:45 Uhr, Osthalle klein
Leitung: Ina Jost

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

SVK-Angebot Rehabilitationssportkurse:

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 Allgemeiner Breitensport

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
08:15 Uhr Gymnastik für Alle Stadionhalle *Dagmar Dautel*		**18:15 Uhr** Bauch-Beine-Po Osthalle II *Claudia Wagner*	**07:00 Uhr** Frühsport FunSportZentrum *Walter Schrenk*	
	09:00 Uhr Gymnastik 40+ ESG-Halle *Silvia Keidel*	**19:00 Uhr** Fitness-Gymnastik Osthalle *Dagmar Dautel*		**16:00 Uhr** Jazztanzgruppe Teenies 9 - 13 Jahre Gymnasiumhalle klein *Patrizia Tinello*
18:15 Uhr Yoga Gymnasiumhalle klein *Silvia Keidel*		**19:00 Uhr** Funktionelle Gymnastik Osthalle klein *Daniela Fuchs*		**17:00 Uhr** Jazztanzgruppe Teenies 14 - 19 Jahre 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* *Anja Oppel*	**19:00 Uhr** Herren 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 Stadionhalle *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*	SV Salamander Kornwestheim www.sv-kornwestheim.de

Bowling

SVK Bowling Abteilung

Die Liga Spiele für die SVK Bowler und Bowlerinnen beginnen im September und führen über das Jahresende bis in den März des kommenden Jahres

Die Abteilung besteht weiterhin aus einer kleinen Gruppe von Individualisten, die ihren Sport im Breitensportsektor auf allen Ebenen betreiben. Leider werden die Teilnehmer nicht jünger und der Nachwuchs ist dünn gesät. Aber gerade deshalb ist der Rest mit Euphorie bei der Sache.

Bei den Ligen 2009 /2010 spielten die Damen des SVK in der Bezirksliga. Der Wunsch eines direkten Wiederaufstieges ging leider nicht in Erfüllung, da die ersten Spieltage richtig versemmelt wurden. Am Ende reichte es dann nur zu Platz 2.

Die erste Herrenmannschaft versuchte sich wieder in der Bezirksliga eine gute Position zu erarbeiten, aber bereits in dieser Klasse werden sehr hohe Ergebnisse gespielt. Trotz hoher Ergebnisse wurden sehr viele Punkte leider abgegeben. Am Ende stand Platz 6 in der Tabelle. Bleibt weiterhin die Hoffnung, in der Saison einen besseren Start und bessere Punktauswertung zu erzielen und einen Aufstieg in eine höhere Klasse zu erreichen.

In der zweiten Herrenmannschaft spielen alle SVKler, die Spaß am Bowling haben oder noch am Spiel hängen und Ausgleich suchen, sich aber auch am Gegner messen und

nicht nur trainieren wollen. In der Kreisklasse fanden sie ihre Gegner und am Ende reichte es zu Platz 5 in der Tabelle. In der neuen Saison wird man wieder mit beiden Mannschaften an den Start gehen.

Die Bowling-Abteilung vertritt durch Manfred Kastl die Interessen des VDES (Verband Deutscher Eisenbahner Sport).

2010 war der größte Auftritt die Usic Meisterschaft in Antwerpen, bei der Manfred Kastl als Sportwart/Trainer und Diana Ludwig als Spielerin vom SVK in der Mannschaft waren. Die Mannschaft wurde unter Manfred Kastl zum ersten Mal Europameister.

Das nächste Ereignis 2010 waren die Bezirksmeisterschaften des VDES in Stuttgart durch den SVK durchgeführt, die auch den Hauptanteil des Teilnehmerfeldes stellten.

Inge Rapczynski gewann mit 155,8 Pins Schnitt vor Diana Ludwig 151,8 und Renate Schulz 149.1 bei den Damen. Bei den Herren wurde Marcel Naggies mit 189,6 Zweiter.

Dann war Ausspannen angesagt. Beim Vier-Tage-Ausflug ging es auf Tour in den Bayrischen Wald nach Ranfels, von da einen Tag nach „Pullmann City“, der Westernstadt, wo man sich bei vielen Veranstaltungen wie im wilden Westen fand. Weitere Höhepunkte waren der Besuch der Glashütte EISCH, des Bayrischen Nationalparks des wunderschönen Glasgartens der Firma Weinfurtner in Arnbruck. Es waren unterhaltsame und ereignisreiche Tage. Den Abschluss bildete das jährliche Gartenfest, das mit den Usic Siegern in der ehemaligen ESG Schießanlage stattfand. Leider nahm dies diesmal wegen einiger rüpelhafter Jugendlicher kein gutes Ende und wurde von einer schweren Verletzung eines Mitglieds überschattet.
Die Bowlerinnen und Bowler kommen wieder langsam zur Saisonvorbereitung der Saison, die im September startet, und nebenbei werden die internen Vereinsmeister ermittelt.

Damen Abschlusstabelle

Striking DEV Göppingen	72 PKT	18361 Pins
SVK Kornwestheim	60	18395
BSC Metzingen	55	17961
BSV Reutlingen II	44	17595
Dream Bowler Böblingen II	39	17032

1. Herrenmannschaft Abschlußtabelle

BC Weilimdorf III	101 Punkte	31606 Pins
Dream Bowler Böblingen	90	31274
BC Strike Stuttgart	89	31453
Vorwärts Ludwigsburg	71	30168
GBC Stuttgart	70	30322
SVK Kornwestheim	69	30219
BC Metzingen II	36	28670
Filderperle Ruit II	27	28275

2. Herrenmannschaft Abschlusstabelle

CO'S Stuttgart III	73 Punkte	20787 Pins
BC Waiblingen III	69	21165
Pinbreakers Reutlingen	54	20137
SV FellbachV	48	19856
SVK Kornwestheim II	32	18527
BC Göppingen II	30	15607

Badminton

1. Mannschaft und 2. Mannschaft

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

Nach einer guten Vorrunde belegte die 1. Mannschaft einen tollen 2. Platz hinter dem TSV Korntal, am Ende der Saison stand man dann auf einem guten 4. Platz.

Die 2. Mannschaft belegte noch vor dem vorletzten Spieltag den letzten Platz in der Kreisliga. In der Rückrunde konnte man wieder auf den ehemaligen Spieler Björn Dautel zurückgreifen, und man konnte sich durch 4 Siege an den beiden letzten Spieltagen noch auf einen abstiegssicheren 5. Platz spielen. Damit war der Klassenerhalt für beide Mannschaften gesichert.

Gewinner Herrendoppel S-Klasse Rene Nichterwitz/Björn Hagemeister

Für die neue Saison 2010/2011 , die Anfang Oktober beginnt, werden die Ziele ebenfalls wieder Klassenerhalt heißen.

In dieser Saison muss man in der 1. Mannschaft auf Michael Gerdung verzichten, da er ein Auslandssemester in Spanien bestreitet.

Es werden diese Saison auch die beiden Jugendspieler Tamara Gründer und Kai Pieper als feste Stammspieler in der 2. Mannschaft eingesetzt.

S-Mixed Gewinner Eric Patz/Edeltraud Vonmetz (Neuhausen/Söflingen)

Die Spieltermine für die 1. und 2. Mannschaft, die Heimspiele finden in der Halle 2 des BSZ Römerhügel statt, Spielbeginn 15 Uhr und 19 Uhr

09.10.10	Heimspiel
30.10.10	Auswärts
13.11.10	Heimspiel
04.12.10	Heimspiel
29.01.11	Auswärts
19.02.11	Heimspiel
12.03.11	Auswärts
26.03.11	Auswärts

21. Lurchi-Cup

21. Lurchi-Cup am 08./09. Mai 2010 war auch unter der neuen und jungen Turnierleitung wieder ein erfolgreiches und tolles Badmintonturnier.

Knapp 200 Spielerinnen und Spieler aus ganz Süddeutschland und den angrenzenden Bundesländern, von der Kreisklasse bis zur 2. Bundesliga, kämpften in 5 Disziplinen und 3 Klassen um wertvolle Ranglistenpunkte und den beliebten Lurchi-Cup für den besten Verein. Dieses Jahr musste ein neuer Pokal angefertigt werden, da den letzten „Lurchi", die BSF Neusatz nach 3-maligem Gewinn in Folge ihr Eigen nennen konnte. Es gab an diesem Wochenende wieder heiß umkämpfte Spiele mit tollen Ballwechseln, nach über 400 Spielen standen dann alle Sieger in ihren Disziplinen fest, erfolgreichster Spieler war Rene Nichterwitz, der für den BC Wolfurt in Österreich spielt, mit den Siegen im S-Herreneinzel gegen Konrad Schade (TSG Dossenheim) und im S-Herrendoppel mit seinem Partner Björn Hagemeister vom VfB Friedrichshafen in 2 Sätzen gegen Mario Herb /Patrick Roth (BSF Neusatz).
Tamara Gründer (16 J.)war als einzige Spielerin vom SVK am Start, da die anderen Spieler in der Turnierleitung und Organisation eingespannt waren. Sie erreichte im Dameneinzel in der B-Klasse einen tollen 3. Platz. Den Lurchi-Cup 2010 gewann zum ersten Mal die SG Tübingen/Metzingen unter großem Jubel, knapp vor den Titelverteidigern BSF Neusatz und der TSG Dossenheim.

Lurchi-Cup Siegerehrung mit Lurchi-Cup Gewinnern SG Tübingen/ Metzingen

Siegerehrung Dameneinzel B-Klasse mit Tamara Gründer, SVK

Badmintonfreizeit im Kornwestheimer Haus in Vorderburg

Gipfelbild vom Beseler bei Balderschwang, mit den Teilnehmern dieser Wanderung

Bereits zum 23. Mal war das Kornwestheimer Haus in Vorderburg von der Badmintonabteilung mit Familienmitgliedern für ihre Freizeit belegt worden. Auch dieses Jahr fanden wieder einige Ehemalige aus Berlin und Nienburg den Weg dorthin. Bei tollem Wetter über Pfingsten konnten einige Wanderungen und sonstige Aktivitäten im Freien stattfinden. Für die kulinarischen Genüsse und Organisation sorgten Renate und Kurt Wagner und viele Helfer. Mit 42 Teilnehmern war das Haus fast voll besetzt.

Man kann sich schon wieder auf das nächste Jahr freuen, die Lage von diesem Haus ist einfach toll. Der Termin steht schon fest, auch 2011 geht es über Pfingsten nach Vorderburg.

Behindertensport

SVK Behindertensport

Dienstag	Mittwoch
15:00 - 17:00 Uhr Kegeln Stammheim *Walter Grötzinger* *Telefon 0 71 54 / 2 71 82*	19:00 - 20:30 Uhr Schwimmen Alfred-Kercher-Bad *Alfred Heckler* *Telefon 0 71 54 / 2 43 93*
Freitag	
19:15 - 21:45 Uhr Sitzball Uhlandhalle *Lothar Fahrbach* *Telefon 0 71 41 / 46 09 24*	SV Salamander Kornwestheim

Fußball

Frauenfußball

Die abgelaufene Saison verlief für unsere Frauen in der Hinrunde mehr als optimal, sodass sie zur Winterpause Platz 3 belegten

Wie auch in den letzten zwei Jahren ging den Spielerinnen in der Rückrunde wieder mal die Luft aus. Mit Ausfällen durch Verletzungen und beruflichen Verhinderungen brachte man die letzten drei Spiele gerade noch so über die Runden. Da der Kader sehr schmal war, spielte man oft nur zu zehnt.

Für die neue Saison haben sich die Trainer Michael Reuss und Chris Händgen viel vorgenommen.

Sechs neue Spielerinnen fanden durch die Trainer den Weg zum SVK. Dazu gehören Tina Neitzel, Sandra Bindler, Daniela Deutsch (alle vom TSV Münchingen), Christina Socher vom TSV Mühlhausen, Julia Holighaus von Eintracht Stuttgart und Felicitas Schilling als Neueinsteiger.

Dem gegenüber stehen zwei Abgänge. Ines Eisele geht beruflich nach Hamburg und Anja Albrecht, als letztes Gründungsmitglied der Damenmanschaft, wechselt zu den Spfr Großsachsenheim.

Kontakte:
Damenfußball: Ralf Albrecht; 07154/23399 oder 01708126247
Mädchenfußball: Silke Schöninger; 07154/5785 oder Ralf Albrecht, s.o.

Die Abteilung wächst. Damenmannschaft mit den Jugendmannschaften

Männer

Mit Redaktionsschluss beginnt für die 3 aktiven Herren-Mannschaften der Spielbetrieb in die Nach-WM-Saison 2010/2011

Rückblickend auf die Spielzeit 2009/2010 kann angemerkt werden, dass die für den Spielbetrieb Verantwortlichen mit dem Ab- und Verlauf der Saison einigermaßen zufrieden waren. Sowohl die 1. als auch die 2. Mannschaft konnten gesicherte Tabellenmittelfeldplätze belegen, nach etwas schwächeren Partien in der Endphase der Saison wurden bessere Platzierungen verpasst. Mit der 3. Mannschaft konnte der erhoffte Aufstieg von der untersten Liga in die Kreisliga B erreicht werden. Dies gelang als Vize-Meister, die dann anstehende Relegation musste wegen des Rückzuges des Gegners nicht ausgetragen werden.
Die Teamverantwortlichen, Sportdirektor Bernhard Plitzner und die Trainer Martin Deutsch, Franco Porco, Heiko Stuber sowie Frank Owcarzcak planten frühzeitig für die nun startende Saison. Vor allem im Bereich der 1. Mannschaft ist wiederum ein relativ großer Umbruch vollzogen worden. Teils altgediente und bewährte Kräfte haben die Abteilung verlassen. Ebenso wie Co-Trainer Ralf Krader hat das Alt-FVK-Urgestein Stefan Kunz im Tor seine Karriere beendet, Tihomir Marusic lässt aus privaten Gründen seine Karriere beim Nordhang-Express ausklingen. Weitere 13 Spieler, davon bereits 2 im Winter, haben dem Verein den Rücken gekehrt. 15 neue Spieler sind in den Kader nachgerückt, davon 5 aus der eigenen A-Jugend. Mit Marc Wöhrle und Marco Reichert kehren zwei ehemalige FVK-Jugendspieler an die Jägerstraße zurück und mit Marcel Stegmeyer rückt ein Akteur aus der eigenen 3. Mannschaft in den Kader auf. Neu auf der Trainerbank neben Cheftrainer Martin Deutsch betätigen sich zukünftig Thomas Schweizer und Thomas Reiner. Bei der 2. Mannschaft hält sich der Aderlass in Grenzen. Den 5 Abgängen, darunter die Stützen Dominik Zikofsky und Tolga Dülger, stehen ebenso viele Neuzugänge, darunter Rückkehrer Samir Nobani vom Nordhang-Express, gegenüber. Gravierender für die 2. Mannschaft dürfte der Ligawechsel sein. Bedingt durch den Aufstieg der 3. Mannschaft des TSV Münchingen in die Kreisliga A, wurde unsere Mannschaft von der Kreisliga Staffel A 1 in die Staffel A 2 umgruppiert, was auch weitere Wege bedeutet, aber dafür auch das reizvolle stadtinterne Duell gegen den TürkSporClub Kornwestheim beinhaltet. Im Bereich der 3. Mannschaft kam es zu recht wenigen Veränderungen. Die Aufstiegsmannschaft soll den Klassenerhalt auch so schaffen. Auch in dieser für die Mannschaft neuen Klasse steht ein Derby an, man trifft hier auf das Team von Drita Kosova Kornwestheim.

In der Sommerpause musste die Abteilung eine schmerzliche Mitteilung erfahren. Der Stadtverband für Sport sprach sich vorrangig für den Neubau einer Halle und sodann erst für einen Kunstrasenplatz aus. Das Präsidium und die Abteilungsführung wollen jedoch weiterhin alles in ihrer Macht Stehende tun, um eine Realisierung doch noch erreichen zu können.

Wir wünschen den Teams eine sportlich erfolgreiche, aber vor allem auch verletzungsfreie Saison. Die Abteilungsverantwortlichen erhoffen sich auch zukünftig die kräftige Unterstützung ihrer treuen Fans und Sponsoren.

Uli Weber
Abteilungsleiter Fußball-Herren-Aktive

Hintere Reihe: Ömer Demirhan, Sedat Sahbaz, Nino La Monica, Muammer Dülger, Hakan Yüksel, Christopher Sigloch, Erdal Savun, Jörg Jablinski. Mittlere Reihe: Martin Deutsch, Timo Plitzner, Mike Wolf, Erdem Cantürk, Marc Wörle, Raffele Cervone, Güven Üven, Hans Gravenhorst, Thomas Schweizer. Vordere Reihe: Daniel Mücke, Francisko Parada, Stefan Braunstein, Marcel Stegmeyer, Dominik Booch, Bernhard Blaser, Ediz Uckan. Nicht auf dem Bild: Dennis Klein, Harun Dülger, Marco Reichert, Mihael Zorko, Jurek Ebel, Davide Nicolazzo, Andreas Glock, Dominik Janzer, Patrick Demir, Co-Trainer Thomas Reiner, TW-Trainer Sven Ladenburger. Foto: Lutz Selle (Kornwestheimer Zeitung)

Mädchenfußball

Eine stetige Leistung während der gesamten Saison brachten die Mädchenmannschaften des SVK

C-Jugend

Die C-Juniorinnen wurden mit 159: 13 Toren Meister in ihrer Staffel. Die E-Juniorinnen, die an drei Spieltagen jeweils sieben Spiele absolvierten, blieben in diesen 21 Spielen ungeschlagen. Ein Meistertitel ist für diese Spielklasse jedoch nicht vorgesehen. Seit Januar 2010 sind die Mädchen

E-Jugend

nicht mehr der Jugendabteilung untergeordnet, sondern wurden der Damenabteilung angegliedert.
In der neuen Saison gehen erstmals drei Mädchenmannschaften an den Start. Die bisherige weibliche C-Jugend geht komplett in die B-Jugend über und die E-Juniorinnen werden die weibliche D-Jugend. Eine Mannschaft mit C-Juniorinnen wurde neu gegründet. Alle Spielerinnen dieser

Neugebildetes C-Jugend-Team mit unserem Sponsor von der Kreissparkasse

Mannschaft sind Neueinsteiger. Sie werden in den ersten Spielen erst einmal Erfahrungen sammeln können. Für die B- und D-Juniorinnen, wird es indes schwieriger werden,da sie erst Erfahrungen in der neuen Altersklasse sammeln müssen.

Für die neue Saison ist Abteilungsleiter Ralf Albrecht zuversichtlich. Die Damenmannschaft ist qualitativ stärker geworden und könnte vorn mitspielen. Unsere Jugendmannschaften werden einige Spiele zum Eingewöhnen brauchen, um in der neuen Altersklasse mithalten zu können.

Die sportliche Leitung der Jugendmannschaften hat Gerhard Betz, der eine Bereicherung für die Abteilung ist.

Topevent in den letzten Monaten war der ,,Tag des Mädchenfußballs" im Stadion. Im Auftrag des WFV und des DFB durfte die Abteilung Fußball des SVK diese sportliche Veranstaltung organisieren. 86 Mädchen fanden den Weg zum SVK und erlebten einen einmaligen Tag, an dem sich alles nur um sie drehte. Torwandschießen, Geschicklichkeitsparcours, Spielstraße, Kleinfeldspiel und zwei U-20 Nationalspielerinnen hielten sie an diesem Tag in Bewegung.

Dank gilt deshalb allen Eltern, Organisatoren, Helfern und natürlich Sponsoren für die laut WFV besonders gut gelungene Veranstaltung. Hervorragendes Organisationstalent bewiesen die stellvertretenden Abteilungsleiterinnen Silke Schöninger und Kirsten Feth, die zur Vorbereitung dieses Tages sehr viel Freizeit opferten.

WM-Fahne für die Frauen WM 2011

„Tag des Mädchenfußballs" beim SVK. Die Mädchen gestalten ihre WM-Fahne für die Frauen WM 2011

86 Mädchen fanden den Weg ins Stadion zum „Tag des Mädchenfußballs", organisiert vom WFV und der SVK Damenfußball-Abteilung

2. Weg

Warum in die Ferne reisen, das Gute liegt so nah…

Die Herrensportgruppe SVK – 2. Weg war vom 17.-19.09.2010 zum Wanderwochenende im Wental bei Bartholomä.

Das Wental befindet sich auf der Hochfläche der Ostalb, unweit des Steilabfalls zum Albvorland.
Hier befindet sich in den umliegenden Wäldern und Heidelandschaften eine seltene Vielfalt botanischer Raritäten.

Wanderung durch das Felsenmeer

Gleich nach der Ankunft am Freitagnachmittag wanderte die Gruppe durch das „Felsenmeer" nach „Braighausen" zum einzigartigen Phantasiedorf. Herr Schang erzählte uns die Geschichte vom Opa Schang, Herrn Braig und deren Gebäude.

Am Sonntag hatten wir eine Führung im Besucherbergwerk „Tiefer Stollen" in Wasseralfingen. Hier wurde von 1608 bis 1939 Eisenerz abgebaut. Ein Highlight war die Einfahrt mit der Grubenbahn. Beim 800 Meter langen Rundgang durch die Stollen zeigte sich, unter welchen Mühen und mit welchem handwerklichen Können die Bergleute früher das Erz abbauten.
Auf der Heimfahrt beim Zwischenstopp in Schwäbisch Gmünd wanderten wir hinauf zur Kirche „St. Salvator", vorbei an den 14 Kreuzwegstationen. Von oben hatten wir einen herrlichen Ausblick auf Schwäbisch Gmünd.
Zurück in Kornwestheim gab es viele Dankesworte für die 3 eindrucksvollen Tage bei herrlichem Sonnenschein.

Braighausen von außen

Braighausen von innen

Am Samstag wanderten wir durch das südliche Wental, entlang dem „Spitzbubenstadel", der „Steinhütte", vorbei am „Wentalweible" zum Staudamm, weiter zum „ehem. Kalkofen" über „Bibersohl" zurück zum „Felsenmeer".
Auf einem Rast- und Grillplatz erklärte und zeigte uns ein versierter Forstarbeiter, wie Baumstämme durch präzises Aussägen in- und übereinander liegend zu Bank und Tisch gefertigt werden (ohne Leim, ohne Nägel, ohne Schrauben).

Wentalwanderung

Sport-Karate

SVK Sport-Karate Wettkämpfer gehören zu „Deutschlands Besten“

Kämpfer, Trainer und Abteilungsleiter wollten an die Erfolge der Vorjahre anknüpfen und die „Messlatte“ wurde wieder einmal hoch angesetzt. Es galt, sich über die nationalen Wertungsturniere des Verbandes WKA (World Kickboxing & Karate Association) auf die vorderen Ranglistenplätze zu kämpfen.

Mit der Ausrichtung des ersten offiziellen WKA Wertungsturniers des Jahres (Baden-Württembergische Meisterschaften im Pointfighting, Leichtkontakt und Formen in Kornwestheim) begann der Start in die neue Saison traumhaft.
Die über 50 angereisten Teams aus ganz Deutschland sorgten für 554 Starts. Elfmal konnten sich die SVK´ler unter die ersten drei platzieren und überzeugten erneut organisatorisch sowie sportlich.
Der nächste Einsatz für die Wettkampftruppe war der international gut besuchte Deutschland-Pokal in Öhringen.
An der Greek Open in Athen konnten Nicolai Anischenko, Kevin Wehner, Sascha dos Santos Coelho sowie Trainer Niko Papadopoulos wegen der Sperrung des Luftraumes über Deutschland nicht teilnehmen.
Davon unbeeindruckt ging es weiter zur Süddeutschen Meisterschaft in Niefern, danach zur hessischen Meisterschaft nach Lauterbach.
Im Norden Deutschlands führte der Weg die Sportkaratekas nach Wilhelmshafen (Nordsee Fighter) sowie Hamburg (Dacascos Open) und zum Abschluss der Saison war die Int. Deutsche Meisterschaft in Simmern (Rheinland- Pfalz) das Ziel.

Sascha, Nicolai und Kevin überzeugen in Hamburg

Kristian Braun und Mustafa Birol sammeln erste Turniererfahrungen

Auch in der Saison 2010 erfreute sich die Abteilung über Zuwachs, welcher nun an bis zu 4 Tagen in der Woche trainieren kann.

Neben den Wettkampfturnieren durften die Sportler ihr Können in diesem Jahr wieder an einigen Vorführungen

Kevin Wehner (zweiter von links) wird Süddeutscher Meister in Niefern

unter Beweis stellen. Zunächst wäre hier der 25. April zu nennen, wo Mädchen und Jungen der Abteilung beim Internationalen Kinderfest in der Sporthalle Ost auftraten.

Es folgte eine Vorführung am 2. Mai für Freunde und Familienangehörige im Vereinsheim Nord.
Ende Juli fand während der Abschlussfeier der Uhlandschule eine Vorführung der Sport- Karate AG Uhlandschule, welche von Trainer und Abteilungsleiter Lazaros „Lalli“ Emmanouilidis betreut wurde, in Kooperation mit den Sportkaratekas des SVK statt.

Die SVK´ler beim Seminar mit Don Wilson (dritter von links)

Ein weiteres Highlight dieses Jahres stellte ein Seminar Anfang Mai mit Schauspieler und Kampfsport - Legende Don „The Dragon“ Wilson in Karlsruhe dar. Hier durften unsere Karatekas hautnah den laut Guiness-Buch der Rekorde erfolgreichsten Kampfsportler aller Zeiten erleben und konnten sich einige Tricks abschauen.

Ein Novum seit Bestehen der Sportkarateabteilung stellte die Zusammenarbeit mit der 1. Handballmannschaft des SVK dar. Hierbei wurden den Handballern an 4 Trainingseinheiten Ausdauer- und Koordinationstechniken aus der Kampfsportwelt vorgestellt und schweißtreibend in die Tat umgesetzt.

Und auch dieses Jahr war das Interesse an der SVK-Sportwoche groß, wobei zahlreiche Kinder und Jugendliche am Sport- Karate Kurs teilnahmen. Die Teilnehmer lernten in einer einstündigen Einweisung diverse Hand- und Fußtechniken sowie einige Selbstverteidigungstechniken.

Nach einer aufreibenden Saison wurde die Sommerpause von Anfang August bis zum 13. September festgelegt.
Das nächste Highlight lässt aber nicht lange auf sich warten. Mit einer Vorführung am 18. September beim Kinderfest im Ludwigsburger Schloss werden die Sportkaratekas einen spannenden Einstand haben.

Alle Infos und Neuigkeiten rund um die Abteilung unter www.svk-sportkarate.de

Sportkaratekas bei der Vorführung an der Jahnstraße

Amir mit Sidekick bei der Vorführung beim Int. Kinderfest

Vorführung bei der Abschlussfeier der Uhlandschule

Trainer Lalli (hinten Mitte) mit den Teilnehmern der Int. Deutschen Meisterschaft

Sandro Peters (links) trifft mit einem Jab

Die Ergebnisse der Turniere im Überblick:

Sascha dos Santos Coelho
WKA - Deutschland Rangliste Pointfighting/ Juniors 3. Rang -55 Kg Saison 2010
Pointfighting Juniors -55kg
2. Platz WKA Baden-Württembergische Meisterschaften
4. Platz WKA Süddeutsche Meisterschaft
1. Platz Dacascos Open Farbgurte
3. Platz Dacascos Open Schwarzgurte
3. Platz WKA- Int. Deutsche Meisterschaft

Mustafa Demir
WKA - Deutschland Rangliste Pointfighting/ Kids 2. Rang +50 Kg Saison 2010
Pointfighting Kids +50 kg
2. Platz WKA Baden-Württembergische Meisterschaften
3. Platz WKA Deutschland Pokal
3. Platz WKA Süddeutsche Meisterschaft
1. Platz WKA Hessische Meisterschaft

Kaan Oral
WKA - Deutschland Rangliste Pointfighting/ Kids 9. Rang -30 kg Saison 2010
Pointfighting Kids -30 kg
3. Platz WKA Baden-Württembergische Meisterschaften

Mustafa Birol
WKA - Deutschland Rangliste Pointfighting/ Kids 8. Rang -40 kg Saison 2010
Pointfighting Kids -40 kg
3. Platz WKA Baden-Württembergische Meisterschaften

Nicolai Anischenko
WKA - Deutschland Rangliste Pointfighting/ Juniors 1. Rang -70 Kg Saison 2010
Pointfighting Juniors -70 kg
2. Platz WKA Baden-Württembergische Meisterschaften
2. Platz WKA Deutschland Pokal
1. Platz WKA Süddeutsche Meisterschaft
1. Platz WKA Hessische Meisterschaft
2. Platz Dacascos Open Farbgurt
1. Platz Dacascos Open Schwarzgurt
1. Platz WKA- Int. Deutsche Meisterschaft

Tobias Glaser
WKA - Deutschland Rangliste Pointfighting/ Kids 1. Rang -50 kg Saison 2010
Pointfighting Kids -45 kg und -50 kg
1. Platz WKA Baden-Württembergische Meisterschaften
WKA - Germany Rangliste Pointfighting 5. Rang -45 kg Saison 2010
3. Platz WKA Baden-Württembergische Meisterschaften
2. Platz WKA Deutschland Pokal
1. Platz WKA Hessische Meisterschaft
2. Platz WKA- Int. Deutsche Meisterschaft

Amir Saied Ahmad
WKA - Deutschland Rangliste Pointfighting/ Kids 11. Rang -40 kg Saison 2010
Pointfighting Kids -40 kg
4. Platz WKA Baden-Württembergische Meisterschaften

Laura Ranellucci
WKA – Deutschland Rangliste Pointfighting/ Kids 2. Rang -30 kg Saison 2010
Pointfighting Kids -30 kg
3. Platz WKA Baden-Württembergische Meisterschaften
3. Platz WKA Süddeutsche Meisterschaft

Celine Saied Ahmad
WKA - Deutschland Rangliste Pointfighting/ Kids 6. Rang -30 kg Saison 2010
Pointfighting Kids -30 kg
2. Platz WKA Baden-Württembergische Meisterschaften

Sandro Peters
WKA - Deutschland Rangliste Lightcontact/ Kids 10. Rang -35 kg Saison 2010
Lightcontact Kids – 35 kg
4. Platz WKA Int. Deutsche Meisterschaft

Kristian Braun
Pointfighting Kids -35 kg
Teilgenommen WKA Baden-Württembergische Meisterschaften
Teilgenommen WKA Süddeutsche Meisterschaft

Kevin Wehner
WKA - Deutschland Rangliste Pointfighting/ Juniors 1.Rang -50 kg Saison 2010
WKA - Deutschland Rangliste Pointfighting/ Juniors 2.Rang -55 kg Saison 2010
WKA - Deutschland Rangliste Pointfighting/ Adults 4.Rang -60 kg Saison 2010
Pointfighting Juniors -50 kg
1. Platz WKA Baden-Württembergische Meisterschaften
2. Platz WKA Deutschland Pokal
1. Platz WKA Süddeutsche Meisterschaft
2. Platz WKA Hessische Meisterschaft
2. Platz Nordsee Fighter
Pointfighting Juniors -55 kg
1. Platz WKA Baden-Württembergische Meisterschaften
4. Platz WKA Deutschland Pokal
1. Platz WKA Süddeutsche Meisterschaft
3. Platz WKA Hessische Meisterschaft
3. Platz Dacascos Open Farbgurt
1. Platz Dacascos Open Schwarzgurt
2 Platz WKA- Int. Deutsche Meisterschaft
Pointfighting Adults -60 kg
3. Platz WKA- Int. Deutsche Meisterschaft - 60 kg Adults Blackbelt

Turnen

Annika Mörike und Renate Walz Württembergische Vizemeister

Annika Mörike wurde in Albstadt-Ebingen Württembergische Vizemeisterin im Jahnwettkampf, Renate Walz sicherte sich den Württembergischen Vizemeistertitel im Mehrkampf, Lisa Frank belegte überraschend Rang 7.

Ein überaus erfolgreiches Wochenende wurde es für die Turnerinnen aus Kornwestheim, die von ihren Betreuerinnen Désirée Hamacher und Stephanie Trausch zu den Württembergischen Mehrkampfmeisterschaften nach Albstadt-Ebingen begleitet wurden. Besonders erfolgreich war in diesem Jahr die siebzehnjährige Newcomerin Annika Mörike, die ihre Vielfältigkeit im Jahnwettkampf unter Beweis stellte. Erstmalig war der SV Kornwestheim bei diesem Wettkampf vertreten, bei dem es gilt, möglichst gute Leistungen in jeweils zwei festgelegten Disziplinen aus den Sportarten Gerätturnen, Leichtathletik und Schwimmen zu erbringen. Annika meisterte die 50 m Kraulstrecke in der Altersklasse Jugend A 16/17 Jahre in 30,26 s am schnellsten. In der Disziplin Tauchen 25 m, die sie in 18,6 s bewältigte, musste sie lediglich einer Schwimmerin den Vorrang lassen. Mit diesem sehr guten Punktepolster ließ es sich entspannt in die Leichtathletik gehen. Im Kugelstoßen war sie an diesem Tage mit 8,28 m ebenfalls unschlagbar. Ein schneller 100 m Sprint rundete die sehr guten Leistungen ab. Strengen Kampfrichtern stand sie im Gerätturnen, insbesondere am Boden, gegenüber. Die Gymnasiastin meisterte jedoch auch diese Herausforderung, bei der sie Überschlag, Felgrolle, gymnastische Sprünge und Drehungen zum Besten gab, mit Bravour. 13 Punkte konnte sie hier sichern. Am Barren erturnte sie 14,7 Punkte. Somit war ihr nach einem langen Wettkampftag in drei unterschiedlichen Sportstätten, die wegen Reparaturarbeiten am eigentlich vorgesehenen Schwimmbad insgesamt 25 km auseinander lagen, der württembergische Vizetitel im Jahnwettkampf sicher. Sie musste sich lediglich Saskia Heyduk vom TSV Neustadt geschlagen geben.

Ebenso erfolgreich war an diesem Tage die fünfzehnjährige Renate Walz, die bei den Württembergischen Mehrkampfmeisterschaften an den Start ging. Sie stellte sich insgesamt drei festgelegten Disziplinen aus dem leichtathletischen Bereich, drei Geräten im Turnen und insgesamt 26 Konkurrentinnen. Im Turnen überzeugte Renate vor allem an ihrem Paradegerät, dem Sprungtisch, mit einem sehr guten Überschlag die Kampfrichterinnen, wofür sie 15,75 Zähler erhielt. Am Barren erturnte die groß gewachsene Turnerin 14,9 Punkte, leichte Haltungsfehler verwehrten ihr bei den Kippen am unteren und oberen Holm an diesem Gerät ein besseres Ergebnis. Radwende, Flick-Flack und Überschlag verhalfen der dynamischen Turnerin aus Kornwestheim am Boden zu 16,1 Punkten. Verglichen mit ihren Konkurrentinnen fand sie sich nach den Turndisziplinen im guten Mittelfeld. In der sich anschließenden Leichtathletik konnte sie jedoch viele Punkte gutmachen. Im Weitsprung (4,73 m) und dem 100 m Sprint in 13,77 s zahlten sich die Übungseinheiten beim LAV und dem Sondertraining mit ihrer Trainerin Stephanie Trausch definitiv aus. Ungeschlagen war Renate an diesem Tage beim Kugelstoßen. Hier erreichte sie 9,10 m und ließ alle Konkurrentinnen weit hinter sich zurück. Renate sicherte sich für das Jahr 2010 den württembergischen Vizetitel im Mehrkampf, was der bisher größte Erfolg in ihrer Laufbahn darstellt.

Eine Überraschung gelang an diesem Tage auch der zehnjährigen Lisa Frank, die gegen 40 Teilnehmerinnen antrat. Sie hatte sich als Dritte im Turngau Neckar-Enz für die Württembergischen Mehrkampfmeisterschaften qualifiziert und erreichte in Albstadt einen sehr guten siebten Rang, mit dem weder die Turnerin selbst, noch die Trainerinnen gerechnet hatten. Sehr gute Leistungen erreichte Lisa Frank in der Leichtathletik. Besonders hervorzuheben ist der 50m-Sprint, den sie in 8,34 s absolvierte. Aber auch die 28 m im Schlagball und die Weitsprungleistung von 3,55 m sicherten ihr ein gutes Polster für die folgenden turnerischen Wettkampfdisziplinen. Konstant gute Leistungen zeigte die Viertklässlerin anschließend im Gerätturnbereich. Eine Hocke über den Sprungtisch (13,3), eine solide Übung am Reck (13,6) und eine Bodenübung mit Rolle rückwärts in den Handstand, Spagatsprung, Handstand-Abrollen und Radwende (14,05) rundeten das Ergebnis ab. Sie beendete den Wettkampf mit einem siebten Rang bei den Württembergischen Mehrkampfmeisterschaften.

Dem größten Teilnehmerfeld im Mehrkampf mit 63 Teilnehmerinnen stellten sich Lisa-Marie Böger und Selina Röther in der Altersklasse D-Jugend, 11 Jahre. Beide konnten ihre Leistungen aus dem Vorjahr steigern und sicherten sich bei den Württembergischen Meisterschaften einen Platz im Mittelfeld. Besonders große Fortschritte konnte Lisa-Marie am Reck verzeichnen. Für die technisch anspruchsvolle Übung mit Aufschwung, Umschwung vorwärts und rückwärts sowie einem Aufgrätschen-Unterschwung erhielt die Kornwestheimerin stolze 14,15 von

Annika Mörike (links), Renate Walz

16 Punkten. Ihre Teamkollegin Selina Röther musste leider an diesem Gerät einen Sturz hinnehmen und büßte wertvolle Punkte ein. Selina überzeugte hingegen an ihrem Lieblingsgerät, dem Boden, wofür sie 14,6 Zähler verbuchte. In der Leichtathletik machte den beiden Turnerinnen an diesem Tage der Regen sehr zu schaffen, weshalb sie leider nicht an die guten Leistungen aus dem Training anknüpfen konnten.

In der C-Jugend gingen Lisa Pinke, Laura Crespo und Valentina Haidlauf an den Start. Besonders gute Leistungen zeigten alle drei Mädchen am Reck. Hier erhielten sie zwischen 14,5 und 15 Punkte von 16 möglichen. Das intensive Recktraining in der Wettkampfvorbereitung zahlte sich somit aus. Während Lisa Pinke vor allem beim 75m-Lauf Punkte sammelte, verbuchten Laura Crespo und Valentina Haidlauf am Boden wichtige Zähler für sich. Mäßige Leistungen im Stadion und niedrige Wertungen am Sprungtisch waren dafür verantwortlich, dass sich die SVKlerinnen im Mittelfeld wieder fanden. So errang Lisa Pinke den 21. Rang, Laura Crespo Platz 25 und Valentina Haidlauf sicherte sich den 42. Platz. Sie nahmen wichtige Wettkampferfahrungen in einem hart umkämpften Teilnehmerfeld aus Turnerinnen, die bis zu fünfmal in der Woche in Leistungszentren trainieren, mit nach Hause. Bezogen auf ihre Trainingshäufigkeit von momentan zweimal in der Woche, sind die Ergebnisse zufriedenstellend.

Maren Reutter, Jugend A 16/17 Jahre, präsentierte sich sehr gut in Albstadt. Konstant gute Leistungen im Turnen verhalfen ihr zu einem elften Rang im Mehrkampf. Am Boden sammelte die kraftvolle Turnerin die meisten Punkte und konnte die Trainingsleistung perfekt in der Wettkampfsituation umsetzen. Auch an den anderen Geräten zahlte sich ein regelmäßiges und intensives Training aus.
Kora Prölß startete bei den Juniorinnen 18/19 Jahre. Auch sie glänzte mit einer sehr guten Leistung am Boden und am Reck und demonstrierte einmal mehr, dass ihre Stärken im Turnen liegen. Die leichtathletischen Disziplinen verlangten alles von der ausdrucksstarken Turnerin. Sie errang den zehnten Platz.
Désirée Hamacher, die an diesem Tage auch als Kampfrichterin eingesetzt war, lobte das sehr hohe Leistungsniveau und die große Leistungsdichte dieser Veranstaltung im turnerischen Bereich. Die Trainerinnen zeigten sich zufrieden mit ihren Schützlingen. Die Freude über die württembergischen Vizemeistertitel hallte an diesem Tage noch lange nach.

Für die Turnabteilung gingen an den Start: Annika Mörike, Kora Prölß, Laura Crespo, Lisa-Marie Böger, Lisa Frank, Lisa Pinke, Maren Reutter, Renate Walz, Selina Röther, Valentina Haidlauf.

Tanzen

Disco-Fox Basiskurs

meist getanzter Paartanz

abwechslungsreiche und tolle Figuren

Veranstalter:	**Tanzabteilung des SVK**
Kurszeitraum	**6 x**
Wann:	**ab Donnerstag 14. Oktober 2010**
Uhrzeit:	**20.50 -21.45 Uhr**
Ort:	**Sporthalle der Bolzschule in Kornwestheim Bolzstraße 96**
Herzlich willkommen sind:	**Für alle Paare, die Lust und Freude an der Bewegung zu Discomusik haben.**
Voraussetzungen:	**Spaß am Tanzen**
Was sie lernen:	**Grundschritte und einige Figuren**
Bitte mitbringen:	**„drehfreudige“ Schuhe**
Anmeldung und Infos:	**e-mail: tanzen@sv-kornwestheim Telefon: Anni Cimander 07154/ 27079 Ursula Eschmann 07154/187907**

Volleyball

Damen I

Tabellenplatz fünf erreichten die Volleyball-Damen in der abgelaufenen Saison

Die ganze Saison lang hielten sie einen Sicherheitsabstand zu den Abstiegsplätzen, und am Ende wäre sogar noch mehr drin gewesen: zwei Punkte trennten die Damen in der Schlussabrechnung von Platz zwei und den Aufstiegsspielen in die Oberliga.
Im Oktober startet die neue Saison und die SVK-Mädels wollen sich um mindestens einen Platz verbessern und nach Möglichkeit ein Wörtchen im Kampf um die Aufstiegsplätze mitreden.
Alle Spielerinnen des letztjährigen Kaders bleiben dem SVK auch in der neuen Saison erhalten. Almut Ulrich und Bärbel Gaus werden auf der Zuspielposition die Fäden ziehen und Sandra Schulz wird wie gewohnt als Libera in der Abwehr wirbeln. Die gegnerischen Angreiferinnen werden sich auf der Mittelblockposition mit Diana Rothfuß und Ines Hofmann auseinander setzen müssen. Auf Punktejagd im Außenangriff werden Ines Neff, Claire Warnke und Sonja Walz gehen. Susanne Sprenger bekleidet diese Saison den Posten der Diagonalspielerin. Zudem haben sich die SVK-Mädels mit Neuzugang Franziska Roth (Mittelblock), der Rückkehrerin Fruzsina Kovats (Außenangriff) und der letztjährigen Co-Trainerin Verena Schmid (Diagonal) verstärkt. Einen Wechsel gab es zudem im Traineramt. Hier hat Bärbl Staiger die Leitung der Mannschaft vom langjährigen Damentrainer Ingo Bohn übernommen.

Damen 1

Einen letzten Formtest absolvieren die Damen am 19.09. beim Alleencup in Ludwigsburg, bevor am 2.10.2010 die Saison mit dem ersten Saisonspiel in Kleinsachsenheim startet.

Damen II will den Klassenerhalt

Die zweite Damenmannschaft möchte auch in der kommenden Saison wieder den Klassenerhalt schaffen. Die Damen sind in der Saison 2008/2009 in die A-Klasse aufgestiegen. Nachdem danach einige erfahrene Spielerinnen ihre aktive Karriere beendeten, wurden Spielerinnen aus der eigenen Jugend ins Team integriert. Das Ziel lautete Klassenerhalt und dabei, wenn möglich, viel Spielpraxis für die jungen Spielerinnen. Dies gelang überraschend gut; die Mannschaft überwinterte in der oberen Tabellenhälfte und schloss die Saison im Mittelfeld ab. Leider muss die Mannschaft auch dieses Jahr Abgänge von Leistungsträgerinnen verkraften; nichtsdestotrotz soll der Klassenerhalt erneut geschafft werden. In der laufenden Vorbereitung trainieren nun weitere Spielerinnen aus der eigenen Jugend mit, von denen sich Trainerin Anke Mader erhofft, sie auch baldmöglichst im Spielbetrieb einsetzen zu können. Eine erste Einschätzung der Leistung bekommen die Damen beim Vorbereitungsturnier im September in Kleiningersheim, bevor dann im Oktober die neue Saison startet. Hier hoffen die Mädels vor allem bei den Heimspielen auf viel lautstarke Fan-Unterstützung!!! Die Mannschaft freut sich auch über volleyballerische Verstärkung.

Die Trainingszeiten sind montags 20.15-22 Uhr in der Rechberghalle und mittwochs 20.15-22 Uhr in Pattonville.

Weibliche B-Jugend 1

Die weibliche B-Jugend spielt kommende Saison in der Leistungsstaffel

Letzte Saison schloss die Mannschaft um Kapitänin Franziska Hacket überaus hervorragend ab. In der Bezirksstaffel Nord 1 sicherten sie sich den zweiten Platz und steigerten sich dazu noch in der anschließenden Pokalrunde. Erst in der letzten Runde vor dem Finale wurden die Kornwestheimerinnen, die im Durchschnitt bis zu drei Jahre jünger als ihre Gegnerinnen waren, gestoppt. Damit konnten die Nachwuchsvolleyballerinnen mehr als zufrieden sein. Zudem begeisterten sie die Kornwestheimer Fans am letzten Pokalspieltag im Mai mit ansehnlichem Volleyball. Einige Zuschauer, die an dem Tag in die Rechberghalle gekommen sind, waren sichtlich überrascht von der hohen Spielqualität, die die Mädchen trotz der Alters- und Größenunterschied zu ihren Kontrahenten boten.
In der künftigen Saison treten die Mädchen deshalb in der Leistungsstaffel, ehemals Landesliga, an. Dort werden sie auf namhafte Gegner wie den TV Creglingen und den TSV Schmiden treffen. Keine leichte Aufgabe. Daher wird das primäre Ziel vorerst sein, am Ende der Saison nicht als Schlusslicht hervorzugehen. Trainerin Ines Neff wagt es sogar, von einer Platzierung im Mittelfeld zu träumen.
Nachdem sich in der letzten Saison einige Spielerinnen verabschiedeten, konnte die Mannschaft für die neue Saison an Verstärkung dazugewinnen. Annalena Schwaderer kehrte nach zweijähriger Volleyballabstinenz wieder ins Team zurück. Zudem konnten Talente aus den anderen Jugendmannschaften hinzugezogen werden. So wird Lena Brechlin (letztes Jahr U16) in Zukunft die Riege der Mittelblockerinnen unterstützen.

Die erfolgreiche Jugendarbeit der letzten Jahre zeigt sich auch darin, dass nach Zuspielerin Anna-Lena Koy und Angreiferin Franziska Hacket nun auch Lena Assmann (Mittelblock) und Dilan Dogan (Außenangriff) in den Kader der zweiten Damenmannschaft aufgenommen wurden.
Für den SVK in der Leistungsstaffel Nord U18 weiblich werden 2010/2011 spielen:

Anna-Lena Koy (3) und Julia Maly (8) als Zuspieler und Diagonal, Lena Assmann (7), Lena Brechlin (11) und Jacqueline Wessels (9) auf der Mitte, sowie Franziska Hacket (10), Dilan Dogan (2), Sandra Löhle und Annalena Schwaderer (13) auf den Außenpositionen.

Heimspiele der Volleyball-Herren (A-Klasse)

30.10.2010, Sporthalle Pattonville, 15 Uhr TSV Flacht 2, Renninger SC

11.12.2010, Sporthalle Pattonville, 15 Uhr SVG Kirchberg/Murr, TSV Ötisheim

12.02.2011, Sporthalle Pattonville, 15 Uhr SGV Freiberg, TSV Münchingen

26.03.2011, Sporthalle Pattonville, 15 Uhr TSV Ölbronn, TSF Ditzingen

Heimspiele der Damen I (Landesliga)

31.10.2010, Rechberghalle , 14 Uhr DJK Aalen, TSG Eislingen

13.11.2010, Sporthalle Pattonville, 15 Uhr MTV Ludwigsburg 2, DJK Schwäbisch Gmünd

13.02.2011, Sporthalle Pattonville, 14 Uhr TSV Kleinsachsenheim, TV Niederstetten

26.02.2011, Sporthalle Pattonville, 15 Uhr TSV Weikersheim, TV Laufen

Herren I

Seit Anfang Mai befindet sich die Volleyball-Herrenmannschaft in der Vorbereitungsphase für die kommende Saison. Auf dem Trainingsplan stehen die Grundtechniken genauso wie konditionelle Aspekte, Schnelligkeit, Sprungkraft, Kraftausdauer, Koordination sowie spielerische und taktische Elemente. Trainerin Susanne Sprenger kann auf 8 ihrer 10 letztjährigen Spieler zurückgreifen. Lediglich Carl Schulze und Marius Janek stehen diese Saison nicht zur Verfügung. Carl Schulze kann wegen seines Wehrdienstes frühestens in der Rückrunde wieder zur Mannschaft stoßen und Marius Janek muss vorerst aus gesundheitlichen Gründen pausieren. Neu zum Team hinzugekommen sind Zuspieler Florian Grelak, der letzte Saison noch mit der jetzt aufgelösten ersten Herrenmannschaft in der Bezirksliga antrat und Yanis Walter aus der eigenen Jugend.
Das Saisonziel heißt nach dem Aufstieg in die A-Klasse nun, möglichst frühzeitig den Klassenverbleib zu sichern. Angesichts der guten Mischung aus jungen talentierten und erfahreneren Spielern sollte dies durchaus möglich sein. Klar ist jedoch, dass es in der A-Klasse keine leichten Gegner mehr gibt und die Mannschaft für Siege jedes Mal an ihre Leistungsgrenze gehen muss. Um das Potenzial der Mannschaft komplett ausschöpfen zu können, ist auch Flexibilität hinsichtlich der Positionen seitens der SVK-Herren gefragt. Florian Grelak und Max Koy werden beide den Posten des Zuspielers bekleiden, wobei Max Koy auch im Angriff eingesetzt werden kann. Für alle drei Angriffspositionen in Frage kommt Chris Helwig, der wegen seines starken Blockspiels jedoch prädestiniert für die Diagonalposition ist. Auf der Mittelblockposition werden wie letztes Jahr Tim Schönleber und Markus Köther versuchen, die gegnerischen Angreifer durch konsequente Blockarbeit zur Verzweiflung zu bringen. Im Außenangriff werden wieder Helge Sprenger und Max Tröscher Punkte sammeln. Sie werden diese Saison von Yanis Walter unterstützt. Daniel Frintrop und Philipp Herrmann können im Außenangriff wie auch auf der Liberoposition zum Zuge kommen. Der Position des Abwehrchefs wird diese Saison noch größere Bedeutung zukommen als letztes Jahr, da davon auszugehen ist, dass in der A-Klasse die Eigenfehlerquote der Gegner geringer ist und somit mehr Arbeit auf den Libero zukommt. Um das vorhandene Potenzial am Netz ausschöpfen zu können, ist ein sehr gutes Anspiel zudem zwingend erforderlich.
Am 11. September wird mit dem Vorbereitungsturnier in Flacht die heiße Phase eingeläutet. Am ersten Oktoberwochenende fällt dann der Startschuss für die Saison 2010/2011 mit der Begegnung gegen Freiberg.

B-Jugend männlich, Saison 2010/2011

C-Jugend weiblich

Die C-Jugend des SVK, die derzeit aus Kim Schleicher, Julia Patrun, Lena Brechlin, Johanna Senska, Jasmin Engel, Isabell Schleicher, Shaya Sasanpour, Sara Follmann, Jessica Renges, Frahnaz Azizi, Jenny Winter und Franzi Floruss besteht und von Steffi Gerstetter trainiert wird, sieht schon gespannt der nächsten Saison entgegen. Da die letzte nicht so gut lief, da viele Spielerinnen relativ neu waren und man oft gegen Mannschaften mit höherem Durchschnittsalter antrat, hofft sie nun auf viele gewonnene Sätze, auch da in der kommenden Saison mit festen Positionen gespielt wird - doch auf jeden Fall kommt im Training und auch auf Spieltagen der Spaß nicht zu kurz, da die Mannschaft sich nicht nur auf dem Feld gut versteht.

Lacrosse

Wir sind Lacrosse!

… was ist eigentlich Lacrosse? Seit Januar beim SVK – die Abteilung stellt sich vor.

Die ursprünglich indianische Sportart begreift sich heute als der schnellste Sport auf zwei Beinen. Sie kombiniert Schnelligkeit, Koordination, Ausdauer, physische Härte und taktisches Geschick – der Weg zum Spielgewinn führt jedoch nur über Zusammenarbeit und Zusammenhalt im Team. Gespielt wird mit einem faustgroßen Hartgummiball, der in das gegnerische Tor geschossen werden muss. Ein Spiel besteht aus vier Vierteln zu je 20 Minuten. Während die Indianer ungeschützt und ohne feste Regeln spielten, tragen Lacrosse-Spieler heute einen Helm, Handschuhe, Armschützer und es gibt strenge Regeln, wie der Gegner verteidigt werden darf. Schläge auf die Hände und den Stick des Gegners sind erlaubt ebenso Körperchecks von vorne. Strafzeiten müssen ähnlich wie beim Eishockey in der Strafbox abgesessen werden.

In Stuttgart gibt es uns seit 2005 und seitdem sind wir zu einer großen Gemeinde angewachsen. Zu Jahresanfang wurden wir ausgesprochen freundlich beim SVK aufgenommen und trainieren nun immer montagabends auf dem Kunstrasenplatz neben der Tennishalle. Unser Blick ist dabei fest auf den deutschen Ligabetrieb gerichtet. Hinzu kommen Turniere in Deutschland und Europa, bei denen die internationale Lacrossegemeinschaft ihren familiären Charakter offenbart.

Interesse bekommen?
Wir trainieren Montagabend um 20.30 Uhr auf dem Kunstrasenplatz neben der Tennishalle. Wir freuen uns immer auf neue Mitspieler – ob Routinier oder Neuling, der Lacrosse einmal hautnah erleben möchte. Bis bald auf dem Feld!

Info-Box

Wie anfangs erwähnt, ist Lacrosse ursprünglich ein Sport der Indianer im Nordosten Amerikas. Dort wird er seit dem 15. Jahrhundert gespielt, um Konflikte zwischen Stämmen zu klären und um die jungen Krieger für den Kampf vorzubereiten. Die Mohawks nannten dieses Spiel damals Thewaarathon („kleiner Bruder des Krieges"). Erst Mitte des 19. Jahrhunderts wurden von einem kanadischen Arzt feste Regeln aufgestellt und die Größe der Mannschaften auf 10 Spieler begrenzt. Zunächst wurde Lacrosse nur an wenigen Colleges an der Osküste der USA und in Kanada gespielt, aber schnell breitete sich der Sport aus und um 1900 gab es schon viele Schulen und Colleges, die Lacrosse als Wettkampfsport betrieben.
Erst zu Beginn der 90er-Jahre kam Lacrosse nach Deutschland. Mittlerweile gibt es in Deutschland mehrere Ligen, eine Herren- und Damennationalmannschaft sowie U21-Teams, die erfolgreich bei Welt- und Europameisterschaften antreten

Karate - Shotokan

Grundsätzliches zum Training

Karate ist eine der wirksamsten Verteidigungssportarten, geprägt durch die fernöstliche Philosophie

Die Grundidee ist, Körper, Geist und Charakter in harmonischen Einklang zu bringen und weiterzuentwickeln. Das Training ist langfristig angelegt. Trainiert werden Kraft, Ausdauer, Atmung, Gleichgewicht, Beweglichkeit, Reaktionsfähigkeit....sowie Selbstvertrauen, Konzentration, Körperwahrnehmung, Disziplin und partnerschaftlicher Umgang miteinander.
Wir trainieren Karate als Breitensport und machen kein Wettkampftraining. Unser Schwerpunkt ist die Selbstverteidigung. Wir trainieren in gemischten Gruppen.

Die Trainer
Es ist ihre Aufgabe, mit viel Geduld und Motivation die individuellen Fähigkeiten jedes Einzelnen zu fördern und zu schulen. Dazu gehört auch, die Schüler ab und zu an ihre Leistungsgrenzen zu bringen. Sie sind dafür speziell ausgebildet und haben langjährige Erfahrung.

Die Schüler
Wir erwarten möglichst regelmäßigen Trainingsbesuch, Pünktlichkeit, ein gewisses Maß an Disziplin und einen fairen Umgang mit den Trainingspartnern.

Kindertraining
Das Kindertraining findet in Zusammenarbeit mit der Kindersportschule Kornwestheim statt.

Kinder-Anfängerkurs: ab 7 Jahren, Beginn 14. Oktober 2010
donnerstags 18.00.-19.00 Uhr,
Bolzschule

Kinder-Fortgeschrittene:
donnerstags 19.00.-20.00 Uhr,
Bolzschule

Jugendtraining
Kurs Jugendliche: ab 12 Jahren
montags 18.30-20.00 Uhr,
SVK-Turnhalle Jahnstr. 100
donnerstags 19.00.-20.00 Uhr,
Bolzschule

Erwachsene/Senioren
Karate ist durch seine Vielseitigkeit auch für ältere Menschen geeignet. Das Training wird speziell der Leistungsfähigkeit der einzelnen Teilnehmer angepasst. Auch Wiedereinsteiger sind jederzeit willkommen.

Kurs Erwachsene: für alle Altersklassen (auch Ü 40!)
montags 20.00-22.00 Uhr,
SVK-Turnhalle Jahnstr. 100

Angebot:
Schnupperabende für Erwachsene,
Mo, 18.10. Einführung in Karate
Mo, 25.10. Selbstverteidigung für Frauen
Mo, 08.11. Entdecke deine Kraft
Mo, 15.11. Selbstverteidigung für Männer

Infos und Anmeldung bei:
Ute Dillerup, 07141/43230 oder
info@sv-kornwestheim.de
oder einfach zum Probetraining vorbeikommen – wir freuen uns auf euch!

Jubiläum der Kindersportschule Kornwestheim

Die Kindersportschule feierte im Juli ihr 20-jähriges Jubiläum. Dazu wurde im Stadion ein großes Kindersportfest veranstaltet.

Wir beteiligten uns mit einer Station bei der Spielstraße. Die Kinder konnten ihre Geschicklichkeit bei einem Hindernisparcours sowie beim Umgang mit chinesischen Essstäbchen testen.

Trotz tropischer Hitze kamen viele Kinder. Deren Freude entschädigte uns für den schweißtreibenden Einsatz.

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

Saison 2009 / 2010

Endlich ist der erhoffte Aufstieg in die Landesliga geschafft – die Tischtennisspieler des SVK streben aber weiter höhere Ziele an.

Senioren 60 wurden Vierter bei den Württ.Mannschaftsmeisterschaften 2010

Die abgelaufene Saison brachte bis auf den Aufstieg der 1.Mannschaft keine besonderen Höhepunkte. Bei einigen Mannschaften keimte zwar die Hoffnung auf die Meisterschaft, aber im Verlauf der Rückrunde wurde man doch eines Besseren belehrt.

Die 1. Mannschaft konnte in der Besetzung Timo Wahl, Laslo Turzo, Tim Gänger, Ivica Sicaya, Dominik Metz und Laszlo Cseh eine makellose Bilanz mit 36:0 Punkten in der Bezirksliga vorweisen, und schaffte damit den lang ersehnten Aufstieg in die Landesliga.

Die 2. Mannschaft (Bezirksklasse) erreichte nur den 7. Platz, hat aber Potenzial nach oben. Vieles lag auch daran, dass man nicht immer komplett antreten konnte.

Die 3. Mannschaft (Kreisliga) konnte trotz mächtigen Aufbäumens nicht verhindern, sich von den Abstiegsplätzen zu entfernen. In der Hauptsache lag es daran, dass man des Öfteren für die Zweite Ersatz stellen musste, und so das eigene Team mit dezimierter Mannschaft an die Platte treten musste.

Die 4. Mannschaft (Kreisklasse A) spielte lange vorne mit, hatte aber in zwei Begegnungen einen rabenschwarzen Tag erwischt, und konnte somit die Aufstiegsträume ad acta legen.

Die 5. Mannschaft (Kreisklasse B) konnte die in sie gesetzten Erwartungen erfüllen und erreichte einen tollen 3. Platz, der zum Aufstieg in die höhere Klasse berechtigt.

Die 6. Mannschaft (Kreisklasse D) schlug sich wacker und belegte den 8. Platz. Wenn man bedenkt, dass in dieser Truppe teilweise auch Hobbyspieler zum Einsatz kamen, kann man letztlich zufrieden sein.

Die Senioren 60.1, die in der Rückrunde durch den Ausfall von Heinz Kipp geschwächt waren, konnten in der Endabrechnung nur den 2. Platz belegen.

Bei den Württ. Mannschaftsmeisterschaften, die in Neckarsulm ausgetragen wurden, überraschte der SVK mit seiner Aufstellung. Kein Geringerer als der TT-Weltmeister von 1975, Istvan Jonyer, sollte dem SVK-Team helfen, den Titel zu holen. Doch der SSV Reutlingen war dann doch eine zu hohe Hürde, und man belegte nur den 4. Platz.

Die Senioren 60.2 war erwartungsgemäß gegen die Gegner der Senioren-Bezirksliga von vornherein auf verlorenem Posten.

Die Senioren 40, die in der Senioren-Bezirksklasse spielten, kamen letzlich noch auf einen Nichtabstiegsplatz.

Die Jugendmannschaften, die teilweise noch im Aufbau begriffen

sind, konnten sich doch achtbar schlagen. Hervorzuheben ist die 2. Jugendmannschaft, die in einem Herzschlagfinale sich den Meistertitel sicherte.
Das Bambinifinale fand bereits zum 2. Mal in Kornwestheim statt. Dieses Mal konnten sich aber unsere Kleinsten nicht ganz vorne platzieren.

Bambinirunde 2009

Saison 2010 / 2011

In die am 18. September 2010 beginnende Saison gehen die Tischtennisspieler des SVK wieder mit einigen Meisterschaftshoffnungen.

Verstärkt mit 3 Neuzugängen (Bernd Bischoff – Sportbund Stuttgart, Kevin Beckmann – TB Untertürkheim, Alexander Wache – TSV Wendlingen) wollen die Spieler der 1. Mannschaft das Kunststück fertig bringen, nochmals aufzusteigen. Dieses Ziel hat man sich gesetzt, nicht zuletzt deshalb, weil die drei Neuen eine enorme Verstärkung bedeuten. Alle drei bringen die spielerische Stärke und Erfahrung aus noch höheren Klassen mit. Aus diesem Grund hat sich auch unser bisheriger Spitzenspieler Laslo Turzo in die 2. Mannschaft verabschiedet.

Zusammen mit einem weiteren Neuzugang – Vuong, Chin-Hoc – bildet er das vordere Paarkreuz der neu gebildeten 2. Mannschaft. Mit den weiteren Spielern Dominik Metz, Steffen Schurr, Sven Mateja und Kapitän Günter Rees will man den Meistertitel nach Kornwestheim holen.

Die Dritte hatte das große Glück, nicht absteigen zu müssen, da zwei Aufsteiger auf den Platz in der Kreisliga verzichteten. So geht die 3. Mannschaft mit der Hoffnung ins Rennen, am Ende der Saison 2010/2011 nicht wieder auf einem Abstiegsplatz zu stehen. Die Mannschaft, in der mit Helmar Pauthlitz und Klaus Schulz zwei Routiniers stehen, wird dies zu verhindern wissen.

Die 4. Mannschaft hat in der neuen Saison ein komplett anderes Gesicht. Durch die Tatsache, dass die 4. und 5. Mannschaft in derselben Klasse (Kreisklasse A) spielen werden, mussten die Mannschaften so aufgestellt werden, dass beide Teams mit Erfolgsaussichten die neue Runde bestreiten.

Die 5. Mannschaft, die aufgrund ihres 3. Platzes in der abgelaufenen Saison den Aufstieg natürlich wahrnahm, geht ebenfalls mit berechtigten Hoffnungen in die neue Saison.

Die 6. Mannschaft, die mit einem riesigen Spieleraufgebot in die neue Saison geht, will dem nicht nachstehen, und hofft, endlich die letzte Spielklasse zu verlassen. Machbar ist dies auf alle Fälle, denn das Spielerpotenzial ist vorhanden.

Nach zwei Jahren Pause startet wieder eine Damenmannschaft in der Kreisklasse. Durch zwei Neuzugänge aus Aldingen hofft man, wieder eine schlagkräftige Truppe auf die Beine zu bringen. Wie sich das neue Damenteam schlagen wird, bleibt abzuwarten.

Bei den Senioren startet diesmal nur eine Mannschaft, nämlich die Senioren 60. Diese Saison will man natürlich wieder den Bezirksligatitel holen, nicht zuletzt deshalb,weil man mit Istvan Jonyer und dem ehemaligen Aktiven Werner Zeman eine Riesentruppe stellen kann.

Die Jugendmannschaften sehen fast jedes Jahr anders. Diesmal gehen 3 Jungenmannschaften in die neue Saison: Jungen 1 - Bezirksklasse,

Jungen 2 - Kreisliga,
Jungen 3 - Kreisklasse
Eine Mädchenmannschaft, die diese Saison neu gebildet wurde, will versuchen, sich so teuer wie möglich zu verkaufen. Die Abteilungsleitung erhofft sich wieder einige Erfolge in der neuen Saison 2010 / 2011 und würde sich über zahlreiche Zuschauer bei den Heimspielen freuen.

Alle Heimspiele der SVK-TT-Mannschaften erscheinen regelmäßig wieder im Vereinsanzeiger der Kornwestheimer Zeitung.

Unsere Heimspielorte und Termine sind:

Ernst-Sigle-Gymnasium:

Samstag - 14.00 Uhr
Jugendspiele

Samstag - 18.00 Uhr
Herren 1 - 3 und Damen

ESG-Sporthalle:

Samstag - 18.00 Uhr
Herren 4 - 6

Saisonabschlussfeier

Laslo Turzo – das Aushängeschild der SVK – Tischtennisabteilung

Der ehemalige Bundesligaspieler (TTC Jägermeister Calw, TTC Esslingen und SV Plüderhausen), der seit Mai 2006 beim SVK als Spieler und Trainer fungiert, hat in seiner sportlichen Karriere schon viel erreicht. Mittlerweile ist er im Seniorenalter ebenso erfolgreich wie als junger Sportler.

So gewann er in diesem Jahr bereits zum dritten Mal in Folge den Titel des Württ. Senioren-Meisters in der Altersklasse S60. Bei den Süddeutschen Seniorenmeisterschaften, die in Endingen a. Kaiserstuhl ausgetragen wurden, schlug er sich auch recht achtbar. Im Senioren-Einzel erreichte er den 3. Platz und im Doppel konnte er ebenfalls, zusammen mit dem Eislinger Hartwig Fein, den 3. Platz belegen. Er setzte jedoch noch einen drauf und gewann mit Karin Dostal – TSV Ailingen im Mixed-Wettbewerb den Süddeutschen Meistertitel.

Bei den Deutschen Seniorenmeisterschaften 2010, die an Pfingsten im Horst-Korber-Leistungszentrum (direkt neben dem Berliner Olympiastadion) stattfanden, hatte er jedoch nicht seinen besten Tag erwischt. Obwohl er in der Gruppenphase souverän alls 3 Spiele gewann, war dann in der 2. KO-Runde für ihn Endstation im Einzelwettbewerb. Im Doppel kam er leider nur unter die letzten Acht. Im Mixedwettbewerb kam dann das Aus in der 2. Runde.

Höhepunkt der diesjährigen Saison war jedoch für ihn der Gewinn des Deutschlandpokals mit der Auswahl des Tischtennisverbandes Württemberg-Hohenzollern. Zusammen mit den Sportkameraden Ulrich Dochtermann – TSV Musberg, Hartwig Fein – TSG Eislingen und Gunter Klugmann – SSV Reutlingen, übrigens ein ehemaliger Kornwestheimer Eisenbahner, konnte das TTVWH – Team in einem packenden Finale die starke Auswahl des Badischen Verbandes knapp besiegen.

In der neuen Saison 2010 / 2011 will sich Laslo Turzo im Aktivenbereich etwas zurückziehen und so den jüngeren Sportkameraden den Vortritt lassen. Er spielt deshalb mit der zweiten Herrenmannschaft in der Bezirksklasse und hofft dort mit seinen jüngeren Sportkameraden den Aufstieg in die Bezirksliga zu schaffen. Ein weiteres Ziel ist für ihn, mit den Senioren 60 den Meistertitel der Bezirksliga zu holen. Für die nächsten Württ.Mannschaftsmeisterschaften ist das SVK-Seniorenteam bereits qualifiziert.

Tischtennis

TT – Trainingslager vom 23.08. – 08.09.2010 in Senta / Serbien

Die Ferienzeit nutzten die TT – Spieler des SVK mit einem Trainingslager in Serbien.

Die Jugendlichen, die zusammen mit dem neuen Jugendleiter Marcus Busch und dem Spieler und Kassenwart Steffen Schurr die weite Reise über Österreich und Ungarn nach Serbien antraten, waren voll des Lobes über ihren Aufenthalt in Serbien. Dort wurde unter Anleitung des Jugendtrainers Marcus Busch ein umfangreiches Trainingsprogramm absolviert.

Die Aktiven des SVK fuhren dann am Dienstag, 31.08.2010 mit dem SVK-Bus nach Serbien. Das Trainingslager, das nunmehr zum 4. Mal stattfand, brachte den Aktiven viele neue Eindrücke und Erfahrungen für die kommende Spielsaison. Unser Dank gilt natürlich unserem Trainer Laslo Turzo, der für die gesamte Organisation verantwortlich war. Die Stadt Senta mit ca. 25.000 Einwohnern ist ja auch der Geburtsort unseres Laslo.

Zusammen mit unseren zwei Sportkameraden aus Bonlanden verbrachten wir eine sehr intensive Trainingswoche in Serbien. Auf dem Programm standen zweimal am Tag je zwei Trainingseinheiten, die es in sich hatten. Natürlich hatte man auch genügend Zeit sich wieder zu erholen. Einige Sportkameraden nutzten auch die Gelegenheit zur Massage.

Die Unterkunft war direkt bei der Sporthalle. Das Frühstück und das Mittagessen nahm man in einem nahe gelegenen Restaurant ein. Am Abend nach dem Training unternahmen wir einige Spaziergänge in die Stadt und gingen in diverse Lokale zum Abendessen.

Unsere Unterkunft in Senta

Die Damenmannschaft von Senta

Die Sporthalle in Senta

Die jüngere Damenmannschaft von Senta

Höhepunkte unseres Trainingsaufenthaltes in Senta waren zwei Freundschaftsspiele gegen die jüngeren Mädels aus Senta. Bei dieser Begegnung mussten wir als Aktive erkennen, dass Talent und unermüdlicher Fleiß sportliche Früchte tragen kann. Bei beiden Begegnungen zogen wir den Kürzeren. Man muss aber dazu erklärend sagen, dass es sich in Senta um ein Leistungszentrum für Mädchen und Damen in Serbien handelt.

Abteilungsleiter Klaus Schulz, der mit von der Partie war, bedankte sich bei der Trainerin der Mädchen, und übergab einen SVK-Wimpel, den Kornwestheim-Teller und für alle Mädchen Trikots, die von unserem Sponsor – Asia-Shop – zur Verfügung gestellt wurden.

Vier gute Gründe, Kunde der Volksbank Ludwigsburg zu sein:

Qualität

Sie haben uns auf den **1. Platz** beim Ludwigsburger Kundenspiegel in Bezug auf Freundlichkeit und Beratungsqualität gewählt. Das ist unser Auftrag.

Günstig und Fair

Unser Girokonto für die Familie „KontoDirekt“ bietet Ihnen guten Service zu günstigen Konditionen. Unsere Produkte und Problemlösung orientieren sich am Kundenwunsch.

Mitbestimmung

Als Mitglied sind Sie Eigentümer der Volksbank Ludwigsburg. Bestimmen Sie aktiv mit. Eine Bank von Bürgern für Bürger.

Nah bei Ihnen

In **34 Filialen** garantieren fast 400 Mitarbeiter beständige und kompetente Beratung vor Ort. Nutzen Sie auch rund um die Uhr alle Serviceangebote einer modernen Bank.

Volksbank Ludwigsburg eG

Tennis

SVK- Tennisabteilung März bis August 2010

Jugend- Die Jugend hat sich mittlerweile fast schon zu einer „Unterabteilung“ in der Tennisabteilung „gemausert“ 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. Auskunft: Elke Schäfer, Tel. 07154-70036, Kindersportschule-Tennis: Anita Gamm, Tel. 07154- 29721

“Schnuppertennis“- Nichtmitglieder der TA dürfen während der ganzen Freiluftsaison vier Wochen kostenlos, ohne jede Verpflichtung „Schnuppertennis“ spielen. Das wurde dieses Jahr vermehrt angenommen, erfreulicherweise auch von verschiedenen Abteilungsmitgliedern des Vereins. Auch im Spätsommer lohnt sich der Einstieg in diese Aktion noch, bei Mitgliedsentscheidung nach Saisonende wird die Anmeldedatierung auf 2011 geschoben.
Auskunft: Kurt Schenkel, Tel. 07154-3461

Jahres-Abteilungsversammlung- Dienstag, 02. März 2010
Die Ordentliche Abteilungsversammlung der TA verlief wieder sehr harmonisch. Der anwesende Nochpräsident des SVK, Heinz Kipp, nahm die Entlastung des Ausschusses vor, eine seiner letzten Amtshandlungen in seiner auslaufenden Zeit als Gesamtvereinsvorstand. Er war im Jahre 1987 auch die treibende Kraft bei der Gründung der TVK- Tennisabteilung. Als Abteilungsdelegierte wurden gewählt: Elke Schäfer, Rolf Herwig, Albert Karrais, Gerhard Käfferlein und Heinz Jahrstorfer, als Ersatzdelegierte: Rudolf Becker, Konrad Sangel und Andreas Bürkle, Kurt Schenkel ist als Abteilungsleiter automatisch Delegierter.

Einzel-Stadtmeisterschaften- Donnerstag, 06. bis Sonntag, 09. Mai 2010
Erstmals seit vielen Jahren wieder war die TA des SVK in die Ausrichtung der Einzel-Stadtmeisterschaften, neben dem TCK und dem HTC, mit eingebunden. Albert Karrais war in der Turnierleitung und Kurt Schenkel im Turnierausschuss vertreten. Die aktiv Beteiligten hätten mehr sein dürfen. Bei den Damen AK 40+ belegte Marianne Stolz einen guten dritten Platz, dieselbe Platzierung erreichte Uli Neumann in der Trostrunde der Herren AK 55.

WTB- Verbandsspiele Herren 55-Staffelliga
Wie in den letzten Jahren traten die Herren 55 mit einer Vierermannschaft bei den Verbandsspielen an. Folgende Spieler kamen zum Einsatz: Klaus Schulz - Mannschaftsführer, Peter Krist, Andreas Zetelaky, Werner Zeman, Emil Arnold, Reiner Walther, Albert Karrais, Raimund Dielacher und Konrad Sangel. In der Endtabelle belegten die „Jung-Senioren“ Herren 55 mit 1:6 Punkten den achten Platz, unter acht teilnehmenden Vereinen. Nächstes Jahr sollte es wieder besser werden.

Jugendtag - Kinderehrung

Saisoneröffnung, „Tag der offenen Tür“, DEUTSCHLAND SPIELT TENNIS- Samstag, 24. April 2010
Zur Saisoneröffnung und „Tag der offenen Tür“ kamen einige Tennisinteressierte und meldeten sich zum „Schnuppertennis“ an. Der Tag lief auch unter dem Motto des Deutschen Tennisbundes „DEUTSCHLAND SPIELT TENNIS“. Unter den 35 Erwachsenen wurde das traditionelle Eröffnungs-Bändelesturnier ausgespielt. Die meisten Bändele erspielten Petra Krist und Harald Jüngling, knapp gefolgt von Gerald Oertel und Andrea Holzberger. Die 20 anwesenden Kinder wurden in zwei Gruppen eingeteilt, die Kleineren vergnügten sich mit Trainerin Silvia Schmidt bei unterhaltsamen Varianten von Tennisspielen, während die Größeren auch ein Bändelesturnier spielten. Hier waren die besten Sammler Marcel Noel Dogan vor Pascal Schäfer und den Brüdern Justin und Vincent Royce.

WTB-Verbandsspiele Herren-Bezirksstaffel 1
Die Herrenmannschaft musste einige Abgänge von Stammspielern verkraften, schlug sich am Ende aber trotzdem ganz gut. Es spielte eine Vierermannschaft. Folgende Spieler kamen zum Einsatz: Gerald Oertel, Robin Holzberger - er musste nur eine Niederlage hinnehmen, Denis Herwig - Mannschaftsführer, Christopher Herwig, Patrick Martin und Patrick Schäfer. In der Endtabelle belegten die Herren mit 2:5 Punkten den sechsten Platz, unter acht teilnehmenden Vereinen. Darauf kann man aufbauen.

Einzel-Vereinsmeisterschaften-Sommer 2010
Die Spiele zur Einzel-Vereinsmeisterschaft laufen seit Ende Mai. Die Gruppenspiele werden im Laufe der Sommersaison ausgespielt und im September nach den Halbfinalspielen die Meister ermittelt. Bei den Damen gingen sechs, bei den Herren 18 und bei den Senioren sieben Meldungen ein.

Herren 55 gegen Ötisheim

Doppel-Damen Sieger

Doppel-Vereinsmeisterschaften mit Abteilungsfest- Samstag, 15. bis Sonntag, 16. Mai 2010
Den Meistertitel der Herren sicherte sich zum wiederholten Male Marko Jäckle, dieses Jahr mit neuem Partner, mit Heiko Jüngling. Zweite wurden Gerald Oertel mit Joachim Hickl und Dritte Bernd Holzberger mit Sohn Robin. Die Herren Senioren Konkurrenz gewann Klaus Schulz mit Werner Zeman vor Kurt Schenkel mit Hasso Zuber und Roland Gauß mit Wolf- Dieter Risel. Die Damen spielten keine normale Meisterrunde aus, sie experimentierten mit einem neuen Modus, es wurde mit Gesetzten und Zugelosten gespielt. So sollte die Beteiligung und der Spaßfaktor höher sein als bisher. Das „Spaßturnier“ hatte schließlich folgenden Endstand:
1. Petra Krist/ Stefanie Gerstetter, 2. Andrea Holzberger/ Roswitha Riesch und 3. Anita Gamm/ Fridl Schiel. Unschlagbar war wieder das Bewirtungsteam um Heinz Jahrstorfer, das die Aktiven und Gäste beim parallel zur Meisterschaft laufenden Abteilungsfest hervorragend bediente.

Doppel-Herren Sieger

Andi Bürkle „unter der Haube“- Freitag, 04. Juni 2010
Andreas Bürkle, Stellvertretender Vergnügungswart und Jugendsponsor der Tennisabteilung, hat am 4. Juni seine Sonja geheiratet. Herzlichen Glückwunsch. Zwanzig Abteilungsmitglieder ließen das frisch getraute paar nach der Trauung vor dem Kornwestheimer Rathaus durch ein „Tennisspalier“ laufen.

Jugendtag - Sieger Jugendturnier

Kindersportschule- Die Kindersportschule gastierte jeden Dienstag von 14 bis 16 Uhr auf der Anlage des SVK an der Bogenstraße. Der angebotene „Spaß am Tennis“ hält sich leider in Grenzen, deshalb sollte die momentane Praxis der Aktion überprüft werden.
Auskunft: Anita Gamm Tel. 07154-29721

Jugend-Vereinsmeisterschaften, Jugendtag- Samstag, 17. Juli 2010
Der Jugendtag war wieder ein tolles Erlebnis für die Abteilungskinder. Die Jüngsten hatten großen Spaß mit Trainerin Silvia Schmidt bei verschiedenen Spielen mit und ohne Ball. Die bereits spielgewandten Kinder spielten unter der Leitung von Jugendleiterin Elke Schäfer ein Turnier auf verkürzten Plätzen. Vincent Royce siegte knapp vor Leonardo Muroni und Christos Dalkaranis. Beim Jugendturnier konnte Patrick Schäfer seinen Meistertitel vom Vorjahr klar verteidigen, vor Justin Royce und Pascal Schäfer. Die Eltern und Geschwister der Kinder waren am Nachmittag zu Kuchen und Getränken eingeladen.

Jugendtag - Sieger Kinderturnier

Doppel-Herren-Senioren Sieger

Senioren- Die Senioren sind nach wie vor die aktivste Gruppe in der TA. Unter der Regie von Jürgen Schied spielen die Pensionäre und Rentner jeden Montag und Donnerstag ihre Tennisrunden, mit anschließendem „Stammtisch im Grünen“. Der freiwillige Arbeitsdienst der Gruppe ist bei der Abteilungsleitung natürlich auch sehr gerne gesehen. Auskunft: Jürgen Schied, Tel. 07154- 16700 und 07154- 181033.

WTB-Verbandsspiele Herren 65-Bezirksstaffel 1
Die Herren 65-Mannschaft hatte die gesamte Runde verletzungsbedingte Personalprobleme. Folgende Spieler kamen zum Einsatz: Helmuth Aunitz, Roland Gauß - Mannschaftsführer, Konrad Sangel, Willi Simmler, Kurt Schenkel, Wolf-Dieter Risel, Horst Schwarzmann, Harald Klotz und Gerhard Käfferlein. In der Endtabelle belegten die Herren65 mit 0:6 Punkten den siebten Platz, unter sieben teilnehmenden Vereinen. Nächstes Jahr kann das nur besser werden.

Tennis-Resttermine 2010:

Sonntag, 17. Oktober Herbstwanderung
Mittwoch, 08. Dezember Advent-Singen, vor der Tennishütte, Anlage Bogenstraße.

Schwimmen

4 Weltmeisterschaften in den Kreis Ludwigsburg

Vier Weltmeisterschaften erspielten und erschwommen sich 3 Wasserballer und ein Schwimmer aus dem Kreis Ludwigsburg. In Schweden fanden in Göteborg die FINA-Weltmeisterschaften der Masters im Schwimmen statt und in der Universitätsstadt Boras die Weltmeisterschaften der Masters im Wasserball.

Vom SV Salamander Kornwestheim nahm der 66 Jahre alte Günter Engelhardt in der Altersklasse 65 und älter mit einem Zweitstartrecht für den SV Cannstatt teil. Da nur eine weitere Mannschaft aus den USA – KAOS Likables - in der Altersklasse 65 angetreten ist, gab es nur ein entscheidendes Spiel, das der SV Cannstatt mit 8 : 1 gewann. Hier glänzte der Remsecker Altinternationale Peter Teicher (zweifacher Olympiateilnehmer in Mexiko und München, jahrelanger Bundesligaspieler für den SV Ludwigsburg und SV Cannstatt) mit zahlreichen Toren und vor allem seiner hervorragenden Spielübersicht. Andreas Ördög – wohnt in Möglingen - half ebenfalls sehr erfolgreich am Sieg für den SV Cannstatt AK 65 + mit.

V. l.: Günter Engelhardt, Peter Teicher, Andreas Ördög

Da nur 2 Mannschaften in der Altersklasse 65 teilnahmen, spielten beide Mannschaften auch noch bei der Altersklasse 60 eine volle Runde mit. Hier belegte der SV Cannstatt AK 65+ den 6. Platz .

Peter Teicher spielte auch in der Altersklasse 60 voll für den SV Cannstatt mit. Somit hatte er an den Wettkampftagen jeweils 2 Spiele zu bestreiten. Hier glänzte wiederum Peter Teicher im Endspiel um den Platz 1 gegen Poseidon Hamburg mit seinen Toren und seinem überragenden Spiel als Centerverteidiger, das der SV Cannstatt nach einer 6:2-Führung noch mit 6:5 verteidigen konnte. Somit wurde Peter Teicher Doppelweltmeister.

Der Kornwestheimer Gerhard Schiller startet seit Juni 2010 im Schwimmen in der Altersklasse 60 für den SV Cannstatt. Als ehemaliger Olympiateilnehmer (München 1972 und mehrfacher Deutscher Meister) hat er seit über einem Jahr wieder ein anstrengendes Trainingsprogramm bestritten und ging somit bestens vorbereitet in das schwierige Wettkampfprogramm. Er ging viermal an den Start und kehrte mit 2 Weltmeisterschaften und 2 zweiten Plätzen nach Kornwestheim zurück. Über 100 m Freistil gewann er in hervorragenden 1.01,67, über 50 m Freistil gewann er in 28.04 Sekunden. Die 50 m Schmetterling schwamm er in 29,94 Sekunden und war dabei nur um 0,26 Sekunden langsamer als der Sieger. Über 200 m Freistil wurde in 2.21,99 Sekunden Zweiter.

Im Jahr 2011 werden die Europameisterschaften der Masters im Schwimmen und Wasserball in Hamburg ausgetragen.

Masters-Wasserballer werden Deutscher Meister …

Die Deutschen Master-Meisterschaften fanden dieses Jahr in Hamburg statt. Sehr erfolgreich waren zwei Wasserballer des SV Kornwestheim, die mit einem Zweitstartrecht für 2 andere Vereine starteten.

In der Altersklasse 65 und älter war Günter Engelhardt mit weiteren ehemaligen Bundesligaspielern aus dem Kreis Ludwigsburg unter der Flagge des SV Cannstatt am Start und trug mit 2 Toren zu den klaren Endrunden-Erfolgen über den Handwerk Magdeburg (10:2) und den SV Gotha (12:2) bei. Nicht ohne Stolz konnte der Kornwestheimer somit die Medaille für den Deutschen Meistertitel in Empfang nehmen.

Der Wasserballtrainer des SVK, Ulrich Czerwatzky, nutzte ebenfalls die Einladung und startete im Team des SV Ludwigsburg in der Altersklasse 40 und älter. Die Ludwigsburger waren hier Titelverteidiger und entsprechend ambitioniert. Allerdings war die Konkrurrenz dieses Mal besonders stark. So blieb am Ende „nur" Platz 4.

… aber die Aktiven müssen wieder absteigen.

Eine ganz und gar nicht zufrieden stellende Saison der SVK-Wasserballer fand mit diesen Erfolgen einen doch noch etwas versöhnlichen Abschluss. Die Mannschaft von Trainer Czerwatzky fand während der gesamten Saison nicht zur gewohnten Form und Stabilität. Dass einiges Verletzungspech und berufliche Fehlzeiten hier einen wesentlichen Beitrag lieferten und einige Spiele nur sehr unglücklich verloren gingen, mindert die Enttäuschung über den Saisonverlauf insgesamt nur wenig. Nun gilt es, in der kommenden Runde möglichst die sofortige Rückkehr in die Bezirksliga zu schaffen, in die der SVK leistungsmäßig sicher auch gehört.

Ein Sommer mit Höhen und Tiefen

Die vergangene Saison verlief für die Springabteilung des SVK sehr erfolgreich

Die meisten unserer Springerinnen und Springer konnten sich bei den Meisterschaften auf Landesebene unter den Medaillenträgern platzieren. Vor allem die männliche Jugend C und D, vertreten durch Pascal Pollin, Marc Fischer und Julian Malik, sind sichere Titelaspiranten, die den Verein bereits im Februar in Heidenheim gut vertreten hatten und auch im Juni in Sindelfingen hervorragend repräsentierten. Die Nachwuchsspringer Veronika Bopp und Luca Pollin traten bei den Technikwettkämpfen an und eroberten ebenfalls Podestplätze.
Neue und hochinteressante Erfahrungen boten die Titelkämpfe auf der nächsthöheren Ebene, für die sich Julian Malik und Marc Fischer qualifizieren konnten. Die Süddeutschen Hallenmeisterschaften fanden Ende Januar in Bayreuth statt. Die Konkurrenz war wesentlich stärker und das Kampfgericht noch genauer. Trotzdem gelang den beiden jungen Springern ein Doppelsieg beim Wettkampf vom 5-m-Turm. Julian Malik holte dazu noch den Vizemeistertitel vom 3-m-Brett und den Meistertitel in der Kombination nach Kornwestheim. Bei den süddeutschen Sommermeisterschaften, die im Juni in Dresden ausgetragen wurden, startete das Erfolgsduo ebenfalls. Die Konkurrenz aus Sachsen und Bayern war übermächtig. Doch ohne Medaillen kamen die Jungs auch hier nicht nach Hause. Vom 3-m-Brett verdiente sich Julian Malik die Bronzemedaille. In der Kombination gewann er die Vizemeisterschaft. Marc Fischer freute sich über die Bronzemedaille.

Julian Malik

Marc Fischer, Julian Malik, Luca Pollin, Pascal Pollin und Trainer/Betreuer

Entscheidenden Anteil am Erfolg der Kornwestheimer Springer haben die Trainer Rainer Markwirth, Franz Panzer und Thomas Böhm. Bei dem an jedem Donnerstag stattfindenden Training bauen sie die Kinder und Jugendlichen systematisch auf und bereiten sie auf die jeweiligen Wettkämpfe vor. Durch ihren Einsatz ist eine konstant gute Leistung möglich. Und wenn nicht alles täuscht, wird man sicher auch in Zukunft noch viel Positives über die Kornwestheimer Springerinnen und Springer hören.

Schwimmer arbeiten erfolgreich am Neuaufbau

Bei ihren regelmäßigen Wettkämpfen zeigten die Schwimmerinnen und Schwimmer des SVK auch in der Sommersaison erfreuliche Fortschritte. Dies galt dabei nicht nur für die Leistungsspitze, sondern erfreulicherweise in der ganzen Breite. Persönliche Bestzeiten fielen hier in schöner Regelmäßigkeit. „Salz in der Suppe" waren natürlich die vielen Podestplätze und Medaillen, die für die Aktiven heraussprangen.

Highlight war die Teilnahme von 3 SVKlern bei den Württembergischen Meisterschaften, für die sie sich mit hervorragenden Leistungsnachweisen qualifiziert hatten.
Für Maike Malik (Jahrgang 98) und Annka Mörike (Jahrgang 93) reichte es bei ihren Starts zwar nicht aufs Treppchen, aber die geschwommenen (Best-)Zeiten bedeuteten durchweg vordere Platzierungen. Andrew Heinz (Jahrgang 97) bewies wie bereits im Vorjahr seine Klasse und bewältigte gleich 7 Disziplinen mit herausragenden Ergebnissen. Dreimal gab es für ihn die Bronzemedaille (100 m Schmetterling, 200 m und 400 m Freistil). Die Krönung war aber natürlich die Meisterschaft über die schweren 200 m Schmetterling, wo er die Konkurrenz um Längen distanzierte und mit seiner Zeit von 2:34,84 min auch zur bundesdeutschen Elite gehört.

Im Vierkampf der Masters gelang bei diesen Meisterschaften dem „Jung-Master" Dirk Kalka mit der Vizemeisterschaft eine kleine Überraschung. Er sorgte damit für die Fortsetzung der langjährigen Erfolgsgeschichte der SVK-Masters, die regelmäßig Meisterschaftsmedaillen sammeln.
So übrigens auch das SVK-Mitglied Gerhard Schiller, das seit dem 1. Juni 2010 ein Startrecht beim SV Cannstatt wahrnimmt, um die dort für seine Ambitionen weitaus besseren Trainingsbedingungen im vereinseigenen Hallenbad nutzen zu können. Er holte sich in der AK 60 gleich 5 Meisterschaften und kam mit der Freistilstaffel zu einem weiteren Erfolg. Gratulation!

Partnerschaftstreffen im September

Zu einem großen Freundschaftstreffen Mitte September hat die Schwimmabteilung im Rahmen der Städtepartnerschafts-Jubiläen eingeladen. Insgesamt rund 100 Schwimmsportler aus Villeneuve-St.Georges, Weißenfels und Kornwestheim feiern auf dem Vogelhof in Erbstetten ein ganzes Wochenende fröhliches Wiedersehen – dieses Mal völlig ohne Schwimmbecken. Ein Beitrag zur Völker- und persönlichen Verständigung, den die drei schwimmsporttreibenden Vereine traditionell und regelmäßig pflegen.

Leichtathletik

Die großen Auftritte der Hürdenläuferinnen in der internationalen Szene

Prächtig setzten sich die Hürdenläuferinnen des LAZ unter der Regie von Trainer Sven Rees bei zwei internationalen Höhepunkten der Leichtathletik in Szene.

Da war zuerst die Jugendliche Miriam Hehl, die sich mit tollen 13,31 Sekunden für die WM in Kanada in Moncton qualifiziert hatte, zu nennen. Bei drei schweren international bestens besetzten Rennen, die hohe Konzentration erforderlich machten, konnte sie sich über 13,49 und dann nach einem Brand in der Unterkunft und noch unter Schock im Zwischenlauf mit 13,73 Sekunden ins Finale durchsetzen. Und hier hatte sie die Nerven, die Schnelligkeit und Hürdentechnik, sodass es mit dem letzten Schritt noch in 13,46 Sekunden Bronze für Deutschland gab und sie damit ihre Leistung bestens krönte. Grund genug, sie nach ihrer Rückkehr zu feiern.

Nach 16 Stunden Flug und Anreise war Miriam Hehl, Hürdensprinterin des LAZ Kornwestheim/Ludwigsburg, nach ihrer Bronzemedaille bei der Junioren-WM in Kanada im Kreis einer großen Gratulantenschar im Vereinsheim des SKV Eglosheim geehrt worden. Werner Spec lobte den Einsatz in der Hürden-Weltklasse und meinte, dass Ludwigsburg durch die charmante Leichtathletin deutlich aufgewertet worden sei. Anerkennung wurde auch Miriam Hehls Mutter zuteil, die bis vor einem Jahr zweimal pro Woche vom südbadischen Wehr zum Training nach Kornwestheim anreiste, das dort Sven Rees anbietet. Harald Felzen, Vorstandsmitglied der Kreissparkasse, versprach, die Spitzenathletin wenn möglich auch bei ihrem beruflichen Einstieg zu fördern.

Miriam Hehl bei der Siegerehrung in Moncton/Kanada - Foto LAZ

Zitterpartie von Nadine Hildebrand bis zum 12,96

Mächtig stolz darf das LAZ aber auch auf Nadine Hildebrand sein. 2009 stand sie bei den Halleneuropameisterschaften im Finale. Nach ihrem dritten Rang in Braunschweig mit 13,03 Sekunden bei der DM war es lange offen geblieben, ob sie als dritte deutsche 100-m-Hürdenläuferin ins Aufgebot zur EM in Barcelona mitfliegen könnte. Als es dann so weit war, sagte sie schwäbisch trocken: „Ich will eine 12 vor dem Komma schaffen, bin ja Außenseiterin." Und nach einem Vorlauf mit Tücken am frühen Morgen war sie dann im Halbfinale wie verwandelt, lief ab der 4. Hürde toll nach vorne und hatte mit ihrer Zeit von 12,96 persönliche Bestzeit erzielt. Damit stand sie als achte Läuferin im EM-Finale und hielt sich dort als Achte mit 13,08 Sekunden achtbar, was ihre Berufung ins deutsche Team rechtfertigte und ihrem Trainer Sven Rees bestätigte, dass das jahrelange Duo alles recht gemacht hatte.

Der Höhepunkt war Bronze für die 4 x 100 m-Staffel

Der Höhepunkt bei den deutschen Jugendmeisterschaften im Ulmer Donaustadion war für die LAZ der Gewinn der Bronzemedaille der 4 x 100 m-Staffel der weiblichen Jugend A. Zwar hatte die B-Jugend zuvor im Finale dieser Klasse in guten 49,05 Sekunden in der Besetzung Nicole Sandrieser, Judith Krautt, Malina Meier und der aus den USA zurückgekehrten Judith Werner mit einer guten Leistung den vierten Rang erobern können. Aber mit der im letzten Moment umgebauten Staffel von Trainer Marko Lindner in der „Schnellbesetzung" mit Sara Kuhnle, Miraim Hehl, Laura Wolf und Denise Kupprion ging die Post bereits im Vorlauf in 47,06 Sekunden ab, was den Einzug ins Finale bedeutete. Hier konnte dann durch drei gute Wechsel der dritte Platz nach ASV Köln und LG Ratio Münster erobert werden. 47,16 Sekunden war diesmal die Zeit und der TV Wattenscheid wurde auf den vierten Platz verwiesen. Jubel bei den vier Girls und dem ganzen Team über die Bilanz: Zwei vierte Ränge für die 4 x 100 m-Staffel B, die 100 m-Hürdenläuferin Miriam Hehl, die angeschlagen war, ein fünfter Rang für Eva Strogies, sechster Rang für Laura Wolf und Platz sieben für Josefa Müller über die 400 m Hürden zusammen mit Denise Kupprion über die 100 m Hürden. Salamander hatte drei Vertreterinnen vom Team von Sven Rees im Finale. Interessant: als Dritte über 4 x 100 m war das LAZ beste süddeutsche Staffel.

Nicole Sandrieser, Judith Krautt, Judith Werner, Malina Maier - Foto LAZ

Auch bei Gluthitze war Andreas Eder nicht zu schlagen

Andreas Eder, LAZ Salamander Kornwestheim-Ludwigsburg hat Wort gehalten: in der Gluthitze auf dem Hartplatz von Kevelaer wurde er wiederum, als Fortsetzung seiner glänzenden Serie der letzten Jahrzehnte, in M 60 deutscher Meister im Hammerwurf. Mit 49,37 m erreichte er zwar nicht die 50-m-Marke, aber er hatte den Wettkampf stets im Griff. Der Dortmunder Kynast konnte mit 47,28 m seinen großen Konkurrenten nicht gefährden und gratulierte neidlos zum Titel Nummer 1 in diesem Jahr für Andy Eder. Ein Titelgewinn im kalten Winter war ihm ja deswegen verloren gegangen, weil die Winterwurfmeisterschaften in Sindelfingen wegen zu viel Eis und Schnee abgesagt wurden.

Eder zur Beschreibung seines Wettkampfs in Westdeutschland: „Eine Gluthitze, und dies bei einem Wettkampf auf einem Hartplatz, die uns allen zusetzte, was sich am Ergebnis ausdrückte. Aber egal, ich habe gewonnen und Salamander den Titel erobert, das zählt am Ende und freuen durfte ich mich auch doppelt, weil ich bei der Siegerehrung erfahren durfte, dass Deutschland gegen Argentinien gewonnen hatte. Dass ich diesmal keine weiteren guten Versuche hatte lag einfach an der Hitze und der Wärme am ganzen Körper, daher die vielen Nuller."

Auf der Landesebene achtmal erfolgreich

Kornwestheims Oberbürgermeisterin Ursula Keck nahm die Landesmeisterschaften der Aktiven und Jugendlichen im Böblinger Stadion zum Anlass, den erfolgreichen Trainern des LAZ Salamander Kornwestheim-Ludwigsburg ihren Glückwunsch und Anerkennung auszusprechen.

Dabei war vor allem die Jugend besonders erfolgreich. Über die 100 m Hürden gab es durch Eva Strogies und Miriam Hehl einen Doppelerfolg, nachdem mit tollen 90 Sekunden Miriam Hehl auch die 100 m gewonnen hatte. Dass die 4 x 100 m-Staffel der weiblichen Jugend an Salamander fiel, war für die Trainer Sven Rees und Marko Lindner der großartige wichtige Abschluss. Dazu hatte Manfred Reichert im Stabhochsprung einen Doppelerfolg erzielen können. Laura Wolf und Marian Reichert gewannen die beiden Nachwuchswettbewerbe. Und bei den Männern, die viel Verletzungspech an beiden Tagen hatten, hießen die neuen Landesmeister von Salamander Boris Dallinger mit dem Diskus und über die 110 m Hürden Lukas Erdmann.

Daher war der Brief von der Oberbürgermeisterin ein Dank, der ankam.

Nicole Sandrieser, Sara Kuhnle, Laura Wolf, Judith Werner, Deutscher Meister 4x100m WJB und Judith Krautt - Foto LAZ

LAZ Jugendmannschaft - Foto LAZ

Einrad

Die neue Einradabteilung stellt sich vor:

Seit April 2010 trainieren 11 begeisterte Einradler zwischen 8 und 50 Jahren 3-mal wöchentlich in den Sportstätten des SVK. Im Sommer hauptsächlich im Stadion, im Winter in verschiedenen Hallen.

Einige werden sich fragen, was man denn beim Einradfahren so macht. Das Einradfahren ist eine sehr junge und äußerst kreative Sportart, welche sich grob in 3 Bereiche unterteilen lässt:
Zum einen besteht es aus den typischen Leichtathletikdisziplinen wie 100m-, 400m- und 800m Rennen, Staffellauf, Hoch- und Weitsprung, dem Hindernisparcours OBSTACLE, Einbein,….. und dem künstlerischen, kreativen Teil, den so genannten Küren, welche dem Eistanz ähneln. Es können Einzel-, Paar- oder Gruppenküren einstudiert werden. Seit einiger Zeit erfreut sich das Fahren im Gelände, Up- and Downhill immer größerer Beliebtheit.
Zurzeit liegt der Schwerpunkt der Einradabteilung des SVK aber eindeutig im Leichtathletikbereich. Seit April 2010 haben die Sportler an folgenden nationalen Wettkämpfen und Aktivitäten sehr erfolgreich teilgenommen:

- Bayerische Meisterschaften in Abensberg
- Offene Bayerische Meisterschaften in Gilching
- Trainingslager in Landsberg am Lech
- Fränkische Meisterschaften in Dinkelsbühl
- Offene Deutsche Meisterschaften in Pocking
- 10 km Rennen „Rund um die Schlotwiese“

Die aktiven Mitglieder konnten sich ausnahmslos bei jedem Wettkampf im ersten Drittel platzieren und haben diverse Gold-, Silber- und Bronzemedaillen sowie etliche Pokale als Bayerische und Deutsche Meister errungen.

Das nächste große sportliche Ereignis, an dem die Einradler des SVK teilnehmen werden, sind die 3. Süddeutschen Meisterschaften im Einradfahren in Zuffenhausen am 02. / 03. Oktober 2010.

Wer jetzt Lust aufs Einradfahren bekommen hat, egal ob Jung oder Alt, der darf gerne montags von 17.45 – 19.00 Uhr in die Sporthalle der Eugen-Bolz-Schule zum Schnuppern kommen. Wir freuen uns über jedes neue Gesicht.

Medaillenregen in Bayern

Die Einradler vom SV Salamander Kornwestheim zeigen Klasse

Bei guten Wetterverhältnissen ging die neue Einradabteilung des SV Salamander Kornwestheim (früher SSV Zuffenhausen) hoch motiviert mit insgesamt sieben Sportlern an den Start der „Offenen Bayerischen Meisterschaften 2010“ in Gilching.

■ KORNWESTHEIM/WEILIMDORF
Valerie Fürst konnte sich den Titel „Bayerische Juniorenmeisterin“ im 100-Meter-Rennen sichern. Des Weiteren konnte sie sich über zwei Goldmedaillen im 100-Meter-Rennen und beim Hochsprung, zwei Silbermedaillen im 400-Meter- und Einbeinrennen und zwei Bronzemedaillen im Weitsprung und im langsam Rückwärtsfahren freuen.
„Bayerischer Meister“ im 800-Meter-Rennen und „Bayerischer Vizemeister“ im 400-Meter-Rennen wurde Jens Feurer. In der Meisterschaftswertung konnte er sich außerdem im 100-Meter-Rennen Bronze holen. Er wurde außerdem mit zwei Goldmedaillen im 400-Meter- und 800-Meter-Rennen sowie zwei Bronzemedaillen im 100-Meter-Rennen und beim Weitsprung geehrt.
Sebastian Feurer holte sich den Titel „Bayerischer Vizemeister“ im Einbeinrennen und holte in der Meisterschaftswertung zweimal Bronze, im Hindernis- und im 800-Meter-Rennen. Auch er erkämpfte sich noch weitere Silber- und Bronzemedaillen.
Den Titel „Bayerischer Juniorenvizemeisterin“ sicherte sich Patricia Fürst im Hochsprung. Außerdem konnte auch sie sich über eine Silbermedaille im Hochsprung freuen. Das Staffelteam des SV Salamander Kornwestheim kam bei der 4 x 100-Meter-Staffel in der Altersklasse Ü15 auf einen hervorragenden dritten Platz und bekam somit die Bronzemedaille.

Fünffacher Meister: Sebastian Feurer. Foto: z

Zwei SVKler sind Deutsche Meister

Einradfahren Bei den Offenen Einrad-Meisterschaften in Pocking holen Sebastian Feurer und Valerie Fürst insgesamt sieben Titel.

An den deutschen Einrad-Meisterschaften im bayerischen Pocking haben sich insgesamt 272 Starter auf dem Rundkurs in der Schulsportanlage beteiligt. Unter ihnen waren neun Einradler aus den Reihen des SV Salamander Kornwestheim. Bei den Titelkämpfen galt es für die Teilnehmer, neben den „klassischen“ Renndisziplinen über 100, 400 und 800 Meter auch, ihr Talent unter anderem in den Disziplinen Hoch- und Weitsprung sowie im Hindernisparcours mit dem Einrad unter Beweis zu stellen.
Sebastian Feurer und Valerie Fürst war das Glück in diesen Wettkämpfen besonders hold. Sebastian Feurer erkämpfte sich in seiner Altersklasse fünf deutsche Meistertitel: im 100, 400, 800-Meter- und Einbeinrennen sowie im Obstacle-Hindernisparcours.
Valerie Fürst war im Hoch- und Weitsprung die Beste in ihrer Altersklasse und wurde in diesen zwei Disziplinen Deutsche Meisterin.
Die anderen Einradler des SVK waren ebenfalls erfolgreich und belegten in allen Disziplinen und Altersklassen vordere Tabellenplätze. Patricia Fürst erkämpfte sich in der Altersklasse U 15 eine Silbermedaille im Hochsprung und je eine Bronzemedaille im Einbeinrennen und Weitsprung. Nicole Stadtmüller sicherte sich in der Altersklasse U 15 je eine Silbermedaille im Hoch- und Weitsprung. Jens Feurer erhielt in der Altersklasse U 19 eine Silbermedaille im Weitsprung und je eine Bronzemedaille im 800 Meter- und 10-km-Rennen.
Damit wurden die deutschen Einrad-Meisterschaften zu einem vollen Erfolg für die Einradler des SV Kornwestheim. *red*

Handball

klein anfangen... GROSS RAUSKOMMEN

Dieser neue Slogan verkörpert die Philosophie der Handballabteilung. Ein durchgängiges Konzept, das die qualifizierte sportliche Ausbildung, die Persönlichkeitsentwicklung und die sportliche Perspektive jedes einzelnen Spielers oder Spielerin im Aktivenbereich beim SVK sicherstellen soll.

Dieses Konzept ist auch Grundlage für den sensationellen Saisonstart der 1. Mannschaft in der Baden-Württemberg-Oberliga. Unter ihrem neuen Trainer Mirko Henel überraschte sie gleich zu Saisonbeginn mit einer Sensation und holte beim 25:22 die ersten zwei Punkte beim Titelfavoriten HV Stuttgarter Kickers. Die Heimpremiere von Mirko Henel gegen den TSV Deizisau ist ebenso gelungen. In einem äußerst spannenden Spiel wurde der Regionalligaabsteiger TSV Deizisau vor über 500 Zuschauern in der ‚Hölle Ost‘ mit 32:30 (17:13) niedergerungen. „Etwas glücklich, aber durchaus verdient“, resümierte Mirko Henel und bedankte sich beim Publikum für die tolle Stimmung und bei seiner Mannschaft für diese Energieleistung. Und bestimmt wird diese junge Mannschaft mit ihrem neuen Trainer, in der 11 von 14 Spielern aus der eigenen Jugend stammen, im Laufe der Saison noch für einige Überraschungen sorgen.

Nach zwei Aufstiegen hintereinander ist die 2. Herrenmannschaft von Trainer Martin Wittlinger in der Bezirksliga angekommen und möchte sich dort etablieren. Das Wittlinger-Team ist im Durchschnitt 22 Jahre alt und besteht wie die erste Mannschaft fast ausschließlich aus „Eigengewächsen“.

Die Männer 3 geht nach ihrem Aufstieg unter den Trainern Dominik Fischer und Hans Jungwirth in der Kreisliga B an den Start. Seit September wird die Mannschaft von Marcel Bliem trainiert. Die Männer 4 und die AH, die erstmals seit Jahren wieder am Spielbetrieb teilnehmen, komplettieren den Aktiven-Bereich.

Die 18 Jugendmannschaften der Jugendabteilung starteten in der Sommerrunde im Bezirk Enz Murr durch:

In der männlichen Jugend holten die C-, B- sowie die A-Jugend sensationell alle Bezirksmeistertitel und qualifizierten sich für die höchsten Jugendspielklassen in Württemberg.

In der weiblichen Jugend werden die D-, C, B- und die A-Jugend ein gewichtiges Wörtchen in der Bezirksliga mitreden können.

Im Dezember wird eine Ära beim SVK zu Ende gehen, wenn alle hauptamtlichen Jugendtrainerstellen in städtische Regie übergehen. Unserem hauptamtlichen Jugendtrainer Reinhard Zinsmeister, unter dessen Ägide zahlreiche Erfolge bis hin zu Deutschen Meisterschaften nach Kornwestheim geholt wurden und der sich weit über die Maßen für die Handballabteilung und den SVK eingesetzt hat, sagen wir ein „herzliches Dankeschön“ für die fast 23 Jahre, in denen er die Abteilung maßgeblich mitgeprägt hat.

Allen unseren Aktiven- und Jugendmannschaften mit ihren Trainer(inne)n und Betreuer(inne)n wünschen wir viel Erfolg und vor allem eine verletzungsfreie Hallenrunde 2010/2011.

mE-Jugend beim Kanufahren im Allgäu

A-Jugend: Gewinner des Regio-Cup

mC2 - Ausfahrt nach Breithental am Ufer des „Oberrieder Weihers“

Handball und mehr ...

mC-Jugend - Segeln auf dem Ijsselmeer

Slackline - Teambildung

wB-Jugend - Teambildung in der Bärenfalle Immenstadt, Allgäu

wD-Jugend im Hochseilgarten

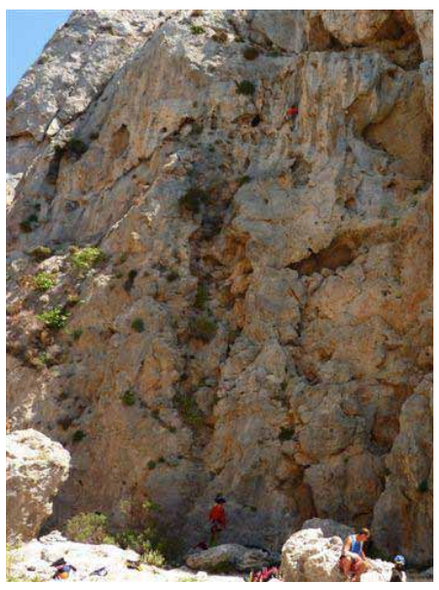
Kalymnos – Kletterausfahrt mit Tücken

Voller Tatendrang, Klettertechnik, Kraft und Ausdauer, bestens trainiert, machte sich eine Gruppe von 8 Personen und einem fast 4-jährigen Kind Anfang Mai auf den Weg nach Kalymnos.

Nachdem am Mittwoch und Donnerstag in Kos das Personal am Flughafen und den Fähren streikte, konnte der Start am Samstag pünktlich stattfinden.
Der ganze Flug fand über den Wolken statt, aber Kalymnos begrüßte seine Gäste mit strahlendem Sonnenschein und Temperaturen von 28 Grad. Bereits am ersten Abend konnte man einen der vielen Sonnenuntergänge beobachten.

Am zweiten Urlaubstag war nach einem Sturz ins Geröll eine Untersuchung zum Röntgen unerlässlich.
Wer die Verhältnisse im Krankenhaus von Pothia kennt, ist mit der Diagnose eines glatten Durchbruchs von Elle und Speiche zufrieden. Jedoch war so ein Kletterurlaub zu Ende, bevor er richtig angefangen hatte.
Dank der guten Kameradschaft der Klettergruppenmitglieder konnte der Seilpartner des Verletzten als „dritter Mann“ in die bestehenden Seilschaften integriert werden, sodass dieser bei jeder eingehängten Tour Toprope klettern konnte.

Die heißen Temperaturen ließen ein Klettern nur bis zum Mittag zu, so dass der restliche Tag zum Relaxen blieb. Gerne vergoss man einige Schweißtropfen, da man erfahren hatte, dass es in Deutschland gerade mal 8 Grad hatte und es in Österreich wieder schneite.
Das Klettergebiet „Schlucht“ ist bei den Mitgliedern der Klettergruppe sehr beliebt, da einerseits immer ein Fels im Schatten liegt, zum anderen bietet er einen breiten Wandfuß, so dass auch die Kinder genügend Platz zum Spielen haben.



Wie beliebt Kalymnos bei Kletterern ist, zeigte sich, als wir auf Telendos die neu eingerichteten Klettergebiete besuchen wollten.

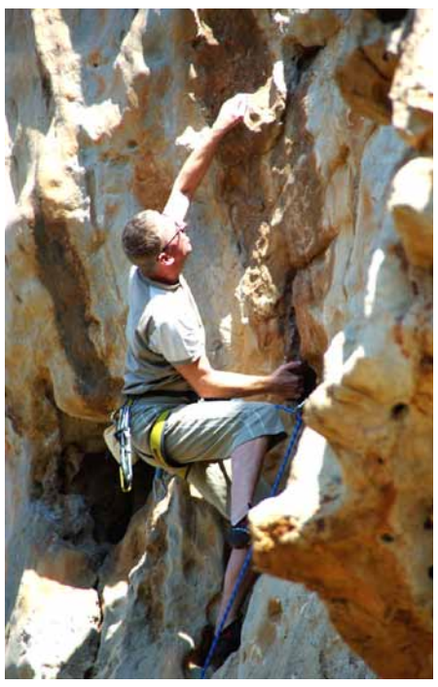
Auf der Fähre nach Telendos (dem kleinen Bruder von Kalymnos, so wird die Insel inzwischen genannt), wurden wir mit „Kornwestheim lässt grüßen“, begrüßt. An Bord war eine Kletterin, die vor einigen Jahren ihren Einsteigerkurs im FunSportZentrum gemacht hatte.
An kletterfreien Tagen wurde mit gesponserten Farben eines Kornwestheimer Malers der Zustieg zum Sektor Julian, der vor einigen Jahren von der Klettergruppe des FSZ bebohrt wurde, neu markiert.

Unglücklicherweise musste eine Kletterfamilie aus der Gruppe ihren Urlaub eine Woche früher als geplant beenden.
Auch bei den restlichen Kletterkameraden war der Urlaub zu Ende. Durch mangelnden Sicherungspartner blieb den Resturlaubern nur noch die Erkundung der Insel per Motorbike und zu Fuß übrig. Dadurch gelangte man jedoch an Stellen der Insel, die man während eines „normalen Kletterurlaubs“ nicht gesehen hätte.

Interessant war auch, dass man die Klettergebiete aus einer ganz anderen Perspektive betrachten konnte.

Neue Kletterziele in Sizilien erkundet

„Der Stoff aus dem die Träume sind“, so stellte die Zeitschrift „Klettern“ in ihrer Ausgabe von 2009 den Nordwesten von Sizilien vor: „Kilometer lange, unberührte Felsriegel, verschwenderisch bestückt mit Sintern, Löchern und wasserzerfressenen Kalk, das Ganze unter südlicher Sonne und an einer malerischen Küste – welcher Kletterer träumt nicht davon?



Für einen Teil der Klettergruppe des FunSportZentrums sollte es nicht länger ein Traum bleiben. Im Internet einen günstigsten Flug nach Palermo gebucht und schon stand einer Kletterwoche nichts mehr im Weg.
Zufällig trafen wir am Flughafen Stuttgart zwei Bekannte, die auch auf dem Weg nach Sizilien waren. Erfreulicherweise waren diese Zwei schon einige Male in diesen Klettergebieten gewesen, was uns viel Zeit bei der Suche nach einer Unterkunft, Mietauto und den besten Felsen ersparte. Zeit, die wir zum Klettern nutzen konnten.
Während Ende März in Deutschland das Wetter noch unbeständig war, konnten wir auf Sizilien schon das warme Mittelmeerklima genießen.

Wohl einmalig in ganz Europa ist der fast ein Kilometer lang gezogene Felsriegel des Bauso Rosso. Die Versinterungen des Sektors sind ein Naturschauspiel, welches seinesgleichen sucht!

Allerdings sind hier nur Klettertouren in gehobenen Schwierigkeitsgraden anzutreffen. Das Gebiet ist nach Süden ausgerichtet, ein Besuch empfiehlt sich also nur im Frühjahr oder Herbst, da die Sonne einem sonst zusätzlich einheizt.
In den Kletterpausen kann man den tollen Blick über Palermo genießen.

Das Klettergebiet Valdesi lag ganz in der Nähe unseres Hotels, sodass wir auch abends nach einem eigentlichen “Ruhetag” nochmal einen kurzen Abstecher an den Felsen machen konnten. Allerdings ist der wasserzerfressene Fels nichts für zarte Haut. Die messerscharfen Griffe sollte man sehr vorsichtig auswählen. An den Fahrstil der Sizilianer mussten wir uns allerdings erst gewöhnen. Zum Glück war ich mit drei Männern unterwegs, denen es nicht schwerfiel, sich schnell anzupassen.
Zweispurige Straßen (in eine Richtung) wurden grundsätzlich zu vierspurigen erweitert. Und wenn man sich an der Ampel rechts eingeordnet hatte, hieß es noch lange nicht, dass man nicht auch links fahren konnte - es gibt ja zum Glück die Hupe. Diese diente in erster Linie dazu, den anderen Verkehrsteilnehmern zu signalisieren „ICH KOMME“ auch wenn ich keine Vorfahrt habe.

Zweimal machten wir uns auf den Weg nach Capo San Vito. Dieses Klettergebiet liegt ca. 1 Autostunde von Palermo entfernt im Nordwesten Siziliens. Hier gibt es Klettertouren in allen Schwierigkeitsgraden und man kann aus allen Touren den herrlichen Blick auf das Meer genießen. Unterhalb der Felsen liegt ein Campingplatz, der allerdings im März noch nicht geöffnet hatte. Das Gebiet hat Touren für einen mindestens einwöchigen Kletterurlaub. Einem erneuten Besuch Siziliens steht also nichts im Wege.

Kletterschuhe mit Wasserski getauscht

Ein Ausflug zum Wasserskifahren war dieses Jahr zum ersten Mal Programmpunkt für die Sommeraktivitäten der Klettergruppe des FunSportZentrums.

Die Wasserski- und Wakeboard Seilbahn in Gundelfingen bot sich dafür besonders an, da hier der Andrang am Start nicht so groß ist. Dies ist besonders für Anfänger hilfsreich, falls man diesen nicht gleich schafft.
Obwohl das Wetter recht freundlich und auch die Temperaturen angenehm waren, nutzte nur eine kleine Gruppe der Kletterer die Gelegenheit, diese Sportart auszuprobieren, obwohl das Wakeboarden seit den 90er-Jahren eine Sportart ist, die stark boomt. Deutschland besitzt die höchste Wasserski- und Wakeboardanlagen-Dichte der Welt. Mit Neoprenanzug, Schwimmwesten, Ski oder Board ausgerüstet ging es zum Start.

Trotz Anweisungen des Starthelfers klappten die ersten Versuche nicht immer. Doch dann endlich konnte man sich nach dem Start auf den Beinen halten und das Fahren war plötzlich nicht mehr so schwer, da das Wasserski und Wakeboarden dem Skifahren und Snowboarden ähnlich ist.
Sicher zogen wir unsere Bögen um die Pfeiler und auf den langen geraden Strecken, die längste ist 310 Meter, war das Gleiten besonders schön.
Viel zu schnell vergingen die 2 Stunden.
Noch einmal gestärkt, machten wir uns nach dem tollen Sporttag wieder auf den Heimweg.

Sommerfest der Klettergruppe im Altmühltal, dem Paradies für Kletterer, Wanderer, Radler und Wasserratten.

Daneben sind Bootsfahrten, Paddelwanderungen und die Thematik Fossilien in den Jura-Steinbrüchen interessante AngeboteNachdem es bei der Planung des Sommerfestes einige Schwierigkeiten gab, wurde kurzfristig das Wochenende im Juni genommen, an dem die meisten Kletterer des FunSportZentrum, Zeit hatten.

Bei hochsommerlichen Temperaturen machte sich eine Gruppe von 14 Erwachsenen und 4 Kindern am Freitagnachmittag auf den Weg ins Altmühltal. Ziel war Dollnstein, das mit Recht oft als die „Perle des oberen Altmühltals“ bezeichnet wird. Der Ort liegt in einem weiten Talkessel, den in erdgeschichtlicher Zeit Urdonau und Altmühl an ihrem

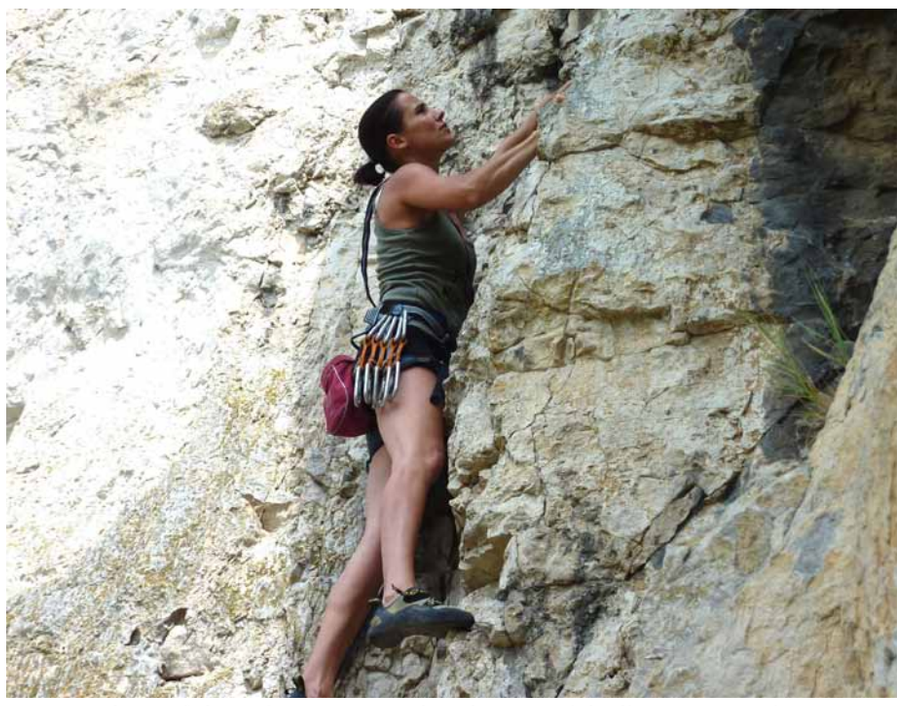
Zusammenfluss schufen. Bewaldete Höhen, leuchtende Felsgruppen und wacholderbestandene Trockenhänge bilden den Rahmen für das Ortsbild. Der Campingplatz liegt direkt an der

Altmühl und hat einen eigenen Bootsein- und -ausstieg, der bei den heißen Temperaturen zum Baden einlud.

Am Samstag wurde am Burgstein, dem Wahrzeichen des Dollnsteiner Gebietes, geklettert. Fast in jedem Altmühltalprospekt findet man das Bild dieser eindrucksvollen Felsformation. Aus dem ebenen Wiesengrund ragt unvermutet ein 50 Meter hoher senkrechter Turm.

Die Schwierigkeitsgrade reichen von 4 - 7 und haben eine Länge von teilweise über 40 Metern.

Obwohl der Burgstein zu den beliebtesten Kletterfelsen im Naturpark Altmühltal zählt, war er am Samstag fest in der Hand der Kornwestheimer Kletterer.Direkt neben dem Fels führt ein geteerter Radweg vorbei, sodass die Kletterer an diesem Tag viele bewundernde Blicke erhalten haben.



Als am späten Nachmittag das Grillfeuer angezündet werden sollte, fing es zu regnen an. Doch glücklicherweise befanden sich auf dem Zeltplatz einige überdachte Sitzgelegenheiten die groß genug für Gruppen sind, sodass das gegrillte Fleisch gemeinsam im Trockenen gegrillt und gegessen werden konnte.

Am nächsten Tag musste nach dem Frühstück das Zelt schon wieder abgebaut werden.

Die Familien mit Kindern gingen in den Fossilien-Steinbruch. Auf einer über 3500 Quadratmeter Fläche konnte sich die Gruppe mit Hammer und Meisel auf die Suche nach Fossilien machen. Schwer beladen mit den Fundstücken ging es wieder Richtung Heimat.

Der andere Teil der Gruppe fuhr in das Konsteiner Klettergebiet und kletterte an den Merltürmen. Die durchschnittliche Kletterhöhe betrug 16 Meter. Von Löchern und Henkeln bis Untergriffen und Zangen war an dem Fels, der steile Routen in den mittleren Schwierigkeitsgraden aufwies, alles vorhanden. Die natürliche Rauheit des Felsens hatte an verschiedenen Stellen bereits gelitten. Doch da wir auch an diesem Felsen fast alleine waren, spielte das keine große Rolle. Im Gasthaus zum Klettergarten ließ man beim Kaffee, Käsekuchen oder einer Himbeerrolle den schönen Tag ausklingen.

Fitness-Aerobic-Highlights 2010

Sport und Spaß für Jeden

13. November 2010

Aerobic
Step-Aerobic
Intervall- Training
Bauch-Beine-Po Workout

Pilates
Rücken Fit
Langhantel-Training

Mittagessen und Obstkorb
Wellness-Bereich mit Sauna, Biosauna und Entspannung

SVK-FunSportZentrum **Aerobic-Workshop 2010**

Teilnahme: **€ 46,00**
- Sportprogramm
- Handout der Workshops
- Mittagessen und Obstkorb
- Wellness-Bereich

Uhrzeit: 09:00 Uhr bis ca. 17:00 Uhr

Leitung: Dagmar Dautel und ihr Trainer-Team

Anmeldung: Anmeldeabschnitt an das FunSportZentrum per Post oder Fax

Teilnahmebedingungen:
Mit der schriftlichen, verbindlichen Anmeldung wird die Gebühr für die Teilnahme fällig, spätestens 6 Wochen vor Veranstaltungstermin. Die Gebühr kann bar, per Überweisung (Volksbank Ludwigsburg, BLZ 604 901 00, Konto 4 12 36 012) oder in Form eines Verrechnungsschecks bezahlt werden. Vor der Veranstaltung senden wir Ihnen eine Anmeldebestätigung zu. Bei Abmeldung bis zu zwei Wochen vor Veranstaltungstermin berechnen wir eine Bearbeitungsgebühr von € 10,00, bei kurzfristiger Absage (weniger als 14 Tage) eine Ausfallgebühr von € 36,00. Eine Stornierung der Anmeldung ist nur schriftlich oder per Fax möglich.

BEREITS AUSGEBUCHT!

Anmeldung SVK-FunSportZentrum Aerobic-Workshop 2010

Termin: ☐ 13.11.2010

Name: _____

Straße: _____

Ort: _____

Telefon: _____

Datum, Unterschrift: _____

Ich möchte folgende Workshops besuchen:
☐ Aerobic
☐ Step-Aerobic Basic
☐ Step-Aerobic Fortgeschrittene
☐ Intervall-Training
☐ Pilates
☐ Langhantel-Training
☐ Rücken Fit
☐ Bauch-Beine-Po Workout

SVK – FunSportZentrum
Bogenstr. 35
70806 Kornwestheim

Tel. 0 71 54 / 83 08 - 0
Fax 0 71 54 / 83 08 - 14
www.funsportzentrum.de

FunSportZentrum

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

Werden Sie aktiv – wir unterstützen Sie

Als neuer sportlicher Leiter des SVK – FunSportZentrums möchte ich mich kurz vorstellen und Ihnen auf diesem Wege verschiedene Möglichkeiten aufzeigen, aktiv etwas für Ihre Gesundheit zu tun. Das Beste daran ist, dass Ihre Krankenkasse Ihre sportliche Aktivität auch noch finanziell unterstützt.

Als Sportökonom verfüge ich mittlerweile über 13 Jahre Berufserfahrung in der Fitness- & Gesundheitssportbranche.
Bei meinem ersten Besuch im SVK FunSportZentrum war ich von den Vorzügen und den vielfältigen Sport- & Bewegungsangeboten des Hauses sofort überzeugt. Es war für mich ein logischer Schritt, die Herausforderung des Sportlichen Leiters beim SVK - FSZ anzunehmen. Neben meiner langjährigen Tätigkeit als Trainer und Führungskraft bei meinem ehemaligen Arbeitgeber, habe ich mein Praxiswissen mit meinem Fernstudium zum Sportökonom in der Theorie vervollständigt. Jetzt freue ich mich auf die neue Herausforderung beim SVK. Ein Schwerpunkt ist es, das FSZ als kompletten Gesundheitsanbieter noch stärker zu positionieren. Dabei bieten sich vor allen Dingen im Bereich des medizinischen Fitnesstrainings im medi – aktiv verschiedene Möglichkeiten.

Das Motto erhalten – aufbauen – stärken steht wie die individuelle therapeutische Betreuung im Vordergrund des Trainingsprogramms im medi – aktiv. Die gezielten Übungen eignen sich ganz besonders bei Rücken- und Gelenkbeschwerden zur Stabilisation der Muskulatur und tragen so zu einer Verbesserung der Schmerzsymptomatik bei. Das gesundheitsorientierte Trainingsprogramm an den medizinischen Geräten, ist der ideale Anschluss an eine Rehabilitationsmaßnahme oder einfach vorbeugend als präventives Gesundheitstraining und schließt die Lücke zwischen Krankengymnastik und Fitness–Studio. Das SVK FunSportZentrum hat, wie Sie sicher wissen, auch eine moderne Physiotherapiepraxis sowie das große Fitness- und Gesundheitsstudio mit einem vielfältigen Angebot an Gesundheitskursen. Sie merken also, dass Sie für ein aktives Bewegungs- und Gesundheitsprogramm hier die perfekten Bedingungen vorfinden.

Als gesetzlich Versicherte-/r haben Sie einmal im Jahr die Möglichkeit, einen präventiven Gesundheitskurs zu besuchen. Die Inhalte dieses Kurses sind funktionelle Kräftigung der Rückenmuskulatur an Geräten, wie auch freie, gymnastische Übungen. Sie können bei uns aus einer Vielzahl von den Krankenkassen zertifizierter Kursangebote auswählen. Als Teilnehmer dieses Präventionskursangebotes profitieren Sie doppelt: Ihr Gesundheits- und Fitnesszustand wird sich durch das effektive Training verbessern und Ihre Krankenversicherung übernimmt dabei in der Regel einen Großteil der Kosten. Dies ist der ideale Einstieg in ein aktives Bewegungsprogramm, welches Sie danach kontinuierlich in Ihrem Alltag verankern sollten.
Als zweite Alternative kann Ihr Hausarzt die Befürwortung einer Kostenübernahme für ein Rehabilitationstraining in unserem Haus ausstellen, mit der Sie über ein Jahr lang Ihr Gesundheitsprogramm im medi – aktiv oder unserem Gesundheitskursbereich ausüben können. Dieses langfristige Training garantiert eine spürbare Verbesserung Ihres Fitness-

und Gesundheitszustands. Details zur Abwicklung erklären wir Ihnen gerne in einem persönlichen Gespräch.

Sie sehen also, dass Sie das Sport- und Bewegungsprogramm des SVK FunSportZentrums für sich nutzen und sich Ihren Einsatz auch von Ihrer Krankenkasse belohnen lassen können. Ich hoffe dies kann Ihnen als Anreiz dienen, in einen aktiven Fitness-Herbst zu starten.
Am besten Sie kommen vorbei und überzeugen sich persönlich von unseren Angeboten.
Ich freue mich darauf, auch Ihnen ein auf Ihre Bedürfnisse angepasstes, gesundheitsorientiertes Sportprogramm anbieten zu können, das Ihnen viel Freude bereiten wird.

Mit sportlichen Grüßen
Jozo Rajic

Aktueller Kursplan FunSportZentrum

FSZ-Kursplan ab 13. September 2010

Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag	Sonntag
Großer Saal	Kleiner Saal	Großer Saal	Kleiner Saal	Großer Saal	Kleiner Saal	Großer Saal	Kleiner Saal	Großer Saal	Großer Saal
9:30 Fit im Rücken P/R *Dagmar*	9:15 Pilates M *Karin*	9:15 Step A *Steffi*		9:30 Basic Step E *Dagmar*		9:30 Step/ Workout A *Dagmar*			10:30 Step M *Team*
10:30 Fit 50 + P/R *Isa*		10:15 Fit im Rücken P/R *Ellen*		10:30 bis 11:45 Fit 50 + P/R *Christine*		10:45 Osteoporose Krebs P/R *Dagmar*			11:30 Aerobic B/B/P A *Team*
17:30 Fit im Rücken P/R *Dagmar*		17:30 Aerobic/ Workout M *Dagmar*		17:45 Sport in Herzgruppen P/R *Dagmar / Ellen*		17:30 Fit im Rücken P/R *Dagmar*	18:00 30-Min-Bauchkiller A *Marcel*	17:00 Hantel-Training A *Dagmar*	
18:30 Step M *Dagmar*	18:20 Fit mit Kick-Boxen E/A *Evelyn*	18:30 Step/Hanteln M *Dagmar*	19:00 Pilates M *Karin*	19:00 Fitness B/B/P A *Ina*	19:00 Wirbelsäulen-Gymnastik P/R *Ellen*	18:30 Step/Hanteln E/A *Dagmar*	18:50 Yoga *Kurs* *Silvia*	18:00 Power Step F *Dagmar*	
19:35 Hantel-Training A *Dagmar*	19:35 Bodystyle B/B/P E/A *Marcel*	19:30 Fatburner B/B/P A *Alex*	20:00 Pilates für den Rücken P/R *Karin*	20:00 **Kurs** Einsteiger-Flexibar *Marcel*	20:00 **Kurs** Einsteiger-Pilates *Karin*	19:30 **Kurs** Einsteiger-Flexibar *Marcel*	20:10 Yoga *Kurs* *Silvia*	19:00 Bodystyle B/B/P E/A *Evi*	
20:40 Basic Step E *Dagmar / Marcel*	20:40 **Kurs** Einsteiger-Flexibar	geschlossene **Kurse** beginnen ab 11.10.2010					*Yoga-Kurs* nur angemeldete Teilnehmer		
Cycling		**Cycling**		**Cycling**		**Cycling**		**Cycling**	**Cycling**
18:00/E/A	*Marcel*	09:10/E	*Ellen*	10.00/A	*Ellen*	19:00/A Christine		18:00/E/A *Evi*	10:15-11:30/A *Michael/ Christine*
19:00/A	*Michael*	19:40/F	*Dagmar*	18:00/E/A	*Marcel*				
20:00/Bedarf	*Michael*			19:00/A	*Michael*				

Sportschule
VIA NOVA e.V.
Kornwestheim

Wir bieten **zusätzliches Individualtraining** für jede/n HandballerIn egal aus welchem Verein, jeden Mittwoch und Freitag von 13:30 - 15 Uhr in der Osthalle an. Komm einfach mal vorbei und **mach mit**.

Auch unsere **Feriencamps** in den Oster- und Sommerferien sind mit "Handball" und jeder Menge Spaß vollgepackt.

Weitere Infos findet ihr auf unserer Homepage oder direkt im Training.

7 Meter - bis an dein Ziel!

Sportschule VIA NOVA e.V. Kornwestheim
Geschäftsstelle
Teckstr. 18
70806 Kornwestheim
Fon: 0 71 54 - 18 00 11
Fax: 0 71 54 - 18 27 32
www.sportschule-vianova.de

Gesundheitswoche

18.-21. Okt. FunSportZentrum

Vorträge, Gesundheitmesse, Aktionen

Mo. 18.10. Vortrag - "Kopfschmerz" - Osteopath Herr Kothe
Di. 19.10. Vortrag - Frauenspezifischer Themenabend
Mi. 20.10. Vortrag - "Professionelle Laufbandanalyse - spezielle Einlagen für Sportler" - Jens Babel
Mi. 20.10. Vortrag - "Präventive Darmdiagnostik" - Herr Dr. med. Persicke Vortrag findet im Ärztehaus Bahnhofstraße statt
Do. 21.10. Vortrag - "Gesunde Ernährung" - Jozo Rajic
Mi. ab 17 Uhr - kostenloses medizinisches Fitnesstraining Anmeldung unter 0 71 54 / 83 08 17 im **medi-aktiv**
Mi. + Do. 17 Uhr - Ernährungsberatung mit Verköstigung

Gesundheitsmesse täglich ab 17 Uhr
Vorträge täglich ab 19:30 Uhr

Infos:
SVK - FunSportZentrum
info@funsportzentrum.de
FON 0 71 54 - 83 08 0

FunSportZentrum

Gesundheitswoche vom 18. bis 21. Oktober 2010

Gesundheit wird im SVK groß geschrieben. Das vielseitige Gesundheits-Sportangebot, die Qualitätsauszeichnungen und die Anerkennung als kompetenter Anbieter von Präventions- und Rehabilitationsmaßnahmen zeigen das zukunftsorientierte Engagement des SVK in diesem Bereich.

Diesen Herbst steht wieder eine ganze Woche unter dem Thema „Gesundheit". Die SVK-Mitglieder und alle interessierten Gäste können sich in diesen Tagen über viele verschiedene Gesundheits-Themen informieren und Einblick bekommen in unsere Trainingsmöglichkeiten.
Die Aktionen dieser Woche starten am 18. Oktober 2010 und dauern bis zum 21. Oktober 2010.

Von Montag, 18. Oktober bis Donnerstag, 21. Oktober gibt es jeden Abend ein interessantes medizinisches Thema, von verschiedenen kompeteten Referenten (Beginn jeweils um 19:30 Uhr):

Am Montag, 18. Oktober, ist der Osteopath Michael Kothe mit dem Thema „Kopfschmerz" zu Gast.

Am Dienstag, 19. Oktober, bietet der SVK einen speziellen Themenabend für Frauen. Neben verschiedenen frauenspezifischen Themen wird im Mittelpunkt eine Gesprächsrunde mit der Ärztin Frau Dr. Rösch stehen.

Am Mittwoch, 20. Oktober, wird Herr Dr. med. E. Persicke, Internist und Sportmediziner, Einblick in die präventive Darmdiagnostik geben.
Dieser Vortrag wird im Ärztehaus in der Bahnhofstraße stattfinden.

Der Abschluss der Vortragsreihe wird am Donnerstag, 21. Oktober, ein Abend unter dem Motto „Der Weg zu einer guten Figur - Gut essen. Richtig bewegen. Anders denken" mit dem neuen Studioleiter des FunSportZentrums Jozo Rajic sein. Der langfristige Erfolg ist nur erreichbar, wenn wir unsere Ernährungsgewohnheiten überdenken und dauerhaft verändern. Mit anderen Worten: wir müssen essen lernen.

Abgerundet wird das Programm durch eine kleine Gesundheitsmesse in der FunSportZentrums Galerie, veranstaltet von den Kornwestheimer Apotheken und Fachhäusern.
Alle Veranstaltungen der Gesundheitswoche des SV Kornwestheim sind für Mitglieder und Gäste kostenfrei, Teilnahme an allen Veranstaltungen ohne Anmeldung.

Es lohnt sich für jeden, in dieser Woche das FunSportZentrum zu besuchen und sich in angenehmer Atmosphäre rundum zum Thema Gesundheit zu informieren. Gäste sind herzlich eingeladen. Alle Vorträge sind eintrittsfrei.

Text: Dagmar Dautel

medi-aktiv - Medizinisches Fitnesstraining im FunSportZentrum

Medizinisches Fitnesstraining ist ein spezielles Trainingskonzept für jeden, der mit Gelenkbeschwerden und anderen körperlichen Beeinträchtigungen zu kämpfen hat und alle die, die beim Einstieg in ihr persönliches Gesundheitstraining unsicher sind und eine sehr intensive Betreuung wünschen.

Dieses Training dient einerseits als präventive Maßnahme zur Gesunderhaltung, es richtet sich aber auch an Personen, die bereits Beschwerden haben oder bestimmten Risikofaktoren ausgesetzt sind.

Das Ziel medizinischen Fitnesstrainings ist vor allem die Vorbeugung gesundheitlicher Probleme sowie die Stabilisierung, als auch die Wiederherstellung der Gesundheit. Dabei steht nicht primär der Leistungszuwachs im Vordergrund.

Das Training in unserem medi-aktiv unterscheidet sich vom regulären Fitnesstraining durch eine sehr intensive und individuelle Betreuung des Trainingsablaufes und die hohe Qualifizierung der betreuenden Trainer. Im medi-aktiv kommen Physio- und Sporttherapeuten zum Einsatz, um dem höheren gesundheitlichen Anspruch des medizinischen Fitnesstrainings gerecht zu werden.

Das Training erfolgt generell nach Terminvereinbarung und in Kleingruppen mit maximal 10 Personen, damit eine optimale Betreuung gewährleistet werden kann. Ein spezielles Analyseverfahren zur Ermittlung ihres Gesundheitsprofils geht dem Training voraus.
An den medizinischen Trainingsgeräten sind computergestützte Kraftmessungen möglich, die zur Erkennung muskulärer Dysbalancen dienen. Getestet und dokumentiert werden somit Kraft, aber auch Beweglichkeit und Koordination. Nach genauer Auswertung wird ein auf Ihre Bedürfnisse abgestimmter Trainingsplan erstellt.

Geräteeinstellung, Bewegungsamplitude und Geschwindigkeitsvorgabe sind über ein Display am Gerät jederzeit ersichtlich. Dies ermöglicht ein komfortables und einfaches Training, auch für ungeübte und unsichere Kunden.

Ergänzt wird das Training im medi aktiv immer wieder durch spezielle Themenkurse.

So bieten wir z.B. ab dem 29.10.2010 immer freitags von 17.00-18.15 Uhr einen Rückenkurs an.

Auch hier wird unter therapeutischer Anleitung an den medizinischen Fitnessgeräten ein Muskelaufbautraining durchgeführt, speziell abgestimmt auf Personen mit Rückenproblemen.

Alle wichtigen Hauptmuskelgruppen werden gezielt gekräftigt. Zur Stabilisation der Rücken- und Bauchmuskulatur werden zusätzlich funktionelle Gymnastikübungen an Kleingeräten wie Pezziball, Theraband und Aero-Step durchgeführt.

Das Training beginnt und endet mit einem Herz-Kreislauftraining an Cardiogeräten, zum Beispiel am Fahrradergometer oder einem Cross-Trainer.

Das Ziel dieses Kurses ist, vor allem ihre Rumpfmuskulatur zu stärken und so Rückenbeschwerden zu lindern. Sowohl Ihre Leistungsfähigkeit als auch das persönliche Wohlbefinden werden sich spürbar verbessern.

Das medi-aktiv und der Rückenkurs sind von den gesetzlichen Krankenkassen anerkannt und werden somit finanziell unterstützt. Zur Geltendmachung Ihrer Ansprüche bei Ihrer Krankenkasse beraten wir Sie gerne. Schauen Sie einfach unverbindlich im FunSportZentrum vorbei und lassen Sie sich beraten.

Ihr medi-aktiv Team

ab 29. Oktober 2010

Therapeutischer Rücken-Kurs

Hauptmuskelgruppen werden gezielt gestärkt und Gelenkbeschwerden gelindert

8 Einheiten immer Freitags, 17 - 18:15 Uhr

Kosten:	SVK-Mitglied	79,- Euro
	Gast	89,- Euro

Dieser Kurs wird von den **Krankenkassen** anerkannt und unterstützt.

Info und Anmeldung:
SVK FunSportZentrum / Empfang
Bogenstraße 35
FON 0 71 54 / 83 08 0
www.funsportzentrum.de

medi-aktiv

Neue Indoorcycling-Räder

Seit über elf Jahren schwitzen die Teilnehmer der Indoorcycling-Gruppen begeistert auf ihren Rädern. Die Trainingsfläche hoch auf der Galerie ist ideal. Eine neue Generation von Indoor-Cycling-Rädern steht nun für die Sportler bereit und die angebotenen laufenden Kurse sowie die Kurse für Einsteiger bieten allen Interessenten die Möglichkeit, dieses effektive Herz-Kreislauf-Training zu erlernen und regelmäßig zu trainieren.

Die neuen Indoorcycling Räder der Firma Tomahawk zeichnen sich durch ergonomisches Design, durchdachten Verstellmechanismus und perfekte Sitzposition aus. Antrieb, Bremssystem und rutschfeste Beschichtung des Lenkers bieten ein Höchstmaß an Sicherheit.

Ein Fahrradcomputer zeichnet die aktuelle und durchschnittliche Herzfrequenz, Trittfrequenz, die gefahrene Zeit und Strecke auf. Jeder Teilnehmer kann exakt seinem Leistungsniveau entsprechend in der Gruppe mitfahren. Die Kursleiter beraten die Teilnehmer, in welchen Herzfrequenzbereichen das Training für den Einzelnen genau richtig dosiert ist.

Speziell ausgebildete Fachübungsleiter beraten die Einsteiger und führen die Teilnehmer an ein motivierendes Ausdauertraining heran. Einsteigen kann jeder in die Indoor-Cycling-Kurse: Damen und Herren.
Haben Sie allerdings sehr lange Zeit keinen Sport mehr betrieben, sollten Sie vor Beginn eines Sportkurses Ihren Hausarzt aufsuchen.

Training auf den neuen Cycling Rädern

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.

Ihr Reifenexperte in Kornwestheim empfiehlt:

Jetzt schon an den Winter denken!

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

Gutschein!
Gegen Vorlage dieser Anzeige reinigen wir Ihre Räder kostenlos!*
nur gültig bis zum 15.10.2010 und bei Kauf von mind. 2 Reifen.

Bauer GbR
Reifendienst Motorgeräte

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

Neue Themenkurse starten ab 11. Oktober 2010

Zwei- bis dreimal im Jahr starten im FunSportZentrum die geschlossenen Themenkurse.

Hier werden spezielle Sportangebote in einer sich aufbauenden Kursfolge angeboten, um vor allem Einsteigern einen sicheren Weg zum Erfolg zu bieten. In kleinen geschlossenen Gruppen werden Schritt für Schritt die entsprechende Technik und/oder der Umgang mit einem Gymnastikgerät erlernt. Diese Kurse sind grundsätzlich für jedermann geeignet. Wenn Sie schon länger keinen Sport mehr betrieben haben, dann ist es ratsam, vor Kursbeginn einen Hausarzttermin zu vereinbaren.

Pilates Einsteiger	13.10.2010	Mittwoch, 20:00 – 21:00 Uhr 10 x	Karin Nalop
Flexibar	11.10.2010	Montag, 20:40 – 21:40 Uhr 6 x	Dagmar Dautel
Flexibar	13.10.2010	Mittwoch, 20:00 – 21:00 Uhr 6 x	Marcel Bierent
Flexibar	14.10.2010	Donnerstag, 19:30 – 20:30 Uhr 6 x	Marcel Bierent
Yoga Einsteiger	14.10.2010	Donnerstag, 20:10 – 21:10 Uhr 10 x	Silvia Keidel

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
* 10 x 1 Stunde Kursgebühr ab € 53,00
  6 x 1 Stunde Kursgebühr ab € 35,00

Pilates-Bodenübungen

Pilates

Wer und was ist Pilates? Aus der Feder eines einfachen Mannes, der 1880 in der Nähe von Düsseldorf das Licht der Welt erblickte, stammt dieses ganzheitliche System aus körperlichen Übungen. Joseph Hubertus Pilates beschrieb schon 1945 in seinem Hauptwerk die Lehre und Kunst der Körperkontrolle, einer ausgereiften Methode, die erst nach seinem Tod 1967 von den Ärzten die Anerkennung erhielt, die er schon zu Lebzeiten für seine annähernd 500 Übungen verdient gehabt hätte. Sie sind heute - vor allem in Amerika und Australien - ein fester Bestandteil der Präventions- und Rehabilitationstherapie.

Pilates selbst litt als kleiner Junge bereits unter chronischem Asthma, Rachitis und anderen Krankheiten, die sein Leben zur Qual machten. Doch mit Jammern wollte er sich nicht aufhalten. Im Gegenteil: er begann Sport zu treiben! Krafttraining, Gymnastik, Yoga, Tauchen und Boxen. Der Erfolg ließ nicht lange auf sich warten. Mit 14 Jahren ist aus dem kränkelnden Patienten ein kraftstrotzender Junge geworden, der ob seines wohlgeformten und athletischen Körpers sogar für anatomische Lehrtafeln Modell gestanden hat. Später war Joseph H. Pilates Turner, Profiboxer und Polizeitrainer für Selbstverteidigung. Das aus diesen Ursprüngen entwickelte Training ließ ihn die Kriegsgefangenschaft in England überleben...

Neu war, dass Pilates durch bewusstes Atmen und höchste Konzentration auf bestimmte Bewegungsabläufe ein meditatives ganzheitliches Element von Körper und Geist in sein Training einbrachte.

Schon kurz nach seiner Emigration 1926 in die USA eröffnete er in New York ein Studio, in das er mit seinen neuen und ungewöhnlichen Trainingsmethoden vor allem Tänzer, Künstler und Schauspieler wie Katharine Hepburn usw anlocken konnte. Auch heute arbeiten Stars wie Madonna oder Sharon Stone mit „Pilates" an ihrem Körpergefühl, ihrer Haltung für die Bühnenpräsenz und an ihrer Ausstrahlung.

Inhalt und Wirkung
Pilates formulierte sechs Prinzipien, die zur Ausführung seiner Übungen unabdingbar sind - heute genauso aktuell wie damals:

Zentrierung, Atmung, Kontrolle, Bewegungsfluss, Präzision und Konzentration!

Seine wichtigste Botschaft lautet dabei: Qualität vor Quantität! Ausgehend vom Körperzentrum werden alle Bewegungen präzise, ohne Schwung - also langsam und bewusst ausgeführt, die Muskulatur wird auf diese Weise abwechselnd gekräftigt und gedehnt, um eine gesunde Körperhaltung zu fördern, zu ermöglichen. Wesentlich ist hierbei das richtige AUS- beziehungsweise EIN-Atmen, um die tieferen Muskeln zu erreichen und die Sauerstoffaufnahme des Blutes zu fördern. Hinzu kommt: durch ein harmonisches Zusammenspiel von Bewegung und Atmung entsteht ein Fließen, der „Flow", der durch das Ineinandergreifen von Übungen leichte Geschmeidigkeit erzielt.

Pilates sprach von den Muskeln und Geweben der menschlichen Körpermitte als dem „Powerhouse", von dem unsere Kraft, unsere Energie ausgeht. Dazu zählen die quer verlaufende und schräge Bauchmuskulatur, der Rückenstrecker und die Beckenbodenmuskulatur. Diese Muskelgruppen sind vor allem für unsere aufrechte Haltung verantwortlich, stabilisieren den Körper und schützen die Wirbelsäule. Ganz nebenbei wird so unser Körperzentrum - die Taille - geformt. Der Erfinder von „body & mind" beeinflusst also das gesamte Spektrum der Bewegungen positiv, die wir im Alltag brauchen.

Pilates für Einsteiger
Da es im Pilates sehr viel zu berücksichtigen gibt, wird wie beim Autofahren ein schrittweiser Unterricht erforderlich. Mit Geduld - vor allem mit sich selbst - sollten die Bewegungsabläufe Schritt für Schritt aufgebaut werden. Dies ist nur mit einem gemeinsamen Beginn möglich, der die Chance eines gemeinsamen Levels garantiert. So darf sich mit den erlernten Basics jeder Teilnehmer sicher fühlen, Fragen stellen und individuell betreut wissen.

Pilates für Teilnehmer mit Grundkenntnissen

Die sechs Prinzipien unter Anleitung und Korrektur automatisieren, alltagstauglich gestalten und gemeinsam in der Gruppe wahrnehmen. Wer sich nach einem Einführungskurs zu vertiefenden Übungen motivieren lassen möchte, ist hier genau richtig, denn: wer richtig und regelmäßig trainiert, erzielt schnell tolle Erfolge!!! Betrachten Sie es als eine Verabredung mit sich selbst, und verbessern Sie im eigenen Atemrhythmus in ruhiger Atmosphäre Ihre Tiefenmuskulatur, Ihre Haltung und Ihr psychisches Wohlbefinden...

Pilates, eingebaut in ein zielgerichtetes Rückentraining

Hier geht es um die korrekte Haltung für den Alltag mit Fokus auf die Wirbelsäule... Wenn das orthopädische Bermuda-Dreieck zwischen Bauchnabel, Lendenwirbel und Sitzbeinhöckern rumort, ist eine präzise Ausführung der Übungen der einzig sinnvolle Weg. Ebenso bei muskulärer Dysbalance z.B. im Nackenbereich, der Teil unseres Körpers, der erst Beachtung erhält, wenn Kopf-, Kiefer-oder Nackenbeschwerden auftauchen. Mit dem Blick auf den eigenen Körper in ruhiger Atmosphäre das Körpergefühl verbessern kann nur das Ziel sein, für Ihren Alltag...für Sie!!!

Pilates-Übungen im Stand

Yoga

Yoga-Übungen (Asanas) stärken Herz, Kreislauf und Atmung, wirken sich positiv auf die Entgiftungs- und Verdauungsorgane aus, wobei die Wirbelsäule immer im Mittelpunkt der Geschehens steht.

Yoga hilft Stress abzubauen und Entspannung zu lernen.

Hatha Yoga

Hatha Yoga ist eine Form des Yoga, bei der das Gleichgewicht zwischen Körper und Geist vor allem durch körperliche Übungen (Asanas), durch Atemübungen (Pranayama) und Meditation angestrebt wird. Hatha bedeutet Kraft; damit soll die Anstrengung unterstrichen werden, die notwendig ist, um das eigentliche Ziel zu erreichen. Weiter wird der Begriff als Ausdruck der Einheit einander entgegengesetzter Energien (heiß und kalt, männlich und weiblich, positiv und negativ, Sonne und Mond) gedeutet.

Hatha Yoga war anfänglich zur Unterstützung anderer Yoga-Formen konzipiert, erfreute sich jedoch rasch großer Beliebtheit und wurde schon bald als eigenständige Yoga-Form betrachtet. Im westlichen Kulturkreis versteht man unter Yoga oft hauptsächlich Hatha Yoga.

Sport und Entspannung für Jeden

23. - 24. Oktober 2010

Fitnessgymnastik
Aerobic
Stepaerobic
Pilates
Bodystyling
Stressabbau durch Stressmanagement, Zeitmanagement
Entspannung

Genießen Sie am Ende des Sportprogramms
- unseren Sauna-Bereich
- eine Wellnessbehandlung *
- und lassen sich von Cooper's Gastronomie verwöhnen

* = Wahlleistungen

SVK – FunSportZentrum
Bogenstr. 35
70806 Kornwestheim

Tel. 0 71 54 / 83 08 - 0
Fax 0 71 54 / 83 08 - 14
www.funsportzentrum.de

Fun Sport Zentrum

Teilnahme: **€ 75,00** (alle Basisangebote inklusive Verpflegung)

Die Kursgebühr kann als Präventionsmaßnahme nach § 20 i.d.R. bei den gesetzlichen Krankenkassen geltend gemacht werden.

Wahlleistungen *	Rückenmassage (30 Minuten)	€ 28,00
im Anschluss an das Sportprogramm	Hot Stone Massage (30 Minuten)	€ 28,00
	Wohlfühlmassage (Rücken und Beine, 45 Min.)	€ 38,00
	Indische Ayurvedamassage (45 Minuten)	€ 45,00
	Chi-Balance-Massage (45 Minuten)	€ 45,00

Uhrzeit: Samstag 14:00 Uhr bis ca. 19:00 Uhr
Sonntag 09:30 Uhr bis ca. 15:00 Uhr

Leitung: Dagmar Dautel und ihr Team

Anmeldung: schriftlich per Post oder Fax

Eine Liste der Übernachtungsmöglichkeiten senden wir Ihnen auf Wunsch gerne zu.

Teilnahmebedingungen:
Mit der schriftlichen, verbindlichen Anmeldung wird die Gebühr für die Teilnahme fällig, spätestens 6 Wochen vor Veranstaltungstermin. Die Gebühr kann bar, per Überweisung (Volksbank Ludwigsburg, BLZ 604 901 50 , Konto 47 12 36 012) oder in Form eines Verrechnungsschecks bezahlt werden. Vor der Veranstaltung senden wir Ihnen eine Anmeldebestätigung zu. Bei Abmeldung bis zu zwei Wochen vor Veranstaltungstermin berechnen wir eine Bearbeitungsgebühr von € 10,00, bei kurzfristiger Absage (weniger als 14 Tage) eine Ausfallgebühr von € 42,00. Eine Stornierung der Anmeldung ist nur schriftlich oder per Fax möglich.

Anmeldung zum Fitness- und Antistress-Wochenende 2010

Teilnahme: ☐ 23 - 24.10.2010

Name: _____

Adresse: _____

Telefon: _____

Teilnahmegebühr	€ 75,00	X
Rückenmassage	€ 28,00	
Hot Stone Massage	€ 28,00	
Wohlfühlmassage	€ 38,00	
Indische Ayurvedamassage	€ 45,00	
Chi-Balance-Massage	€ 45,00	
Gesamtbetrag	€	

Datum, Unterschrift: _____

☐ Bitte Liste Übernachtungsmöglichkeiten zusenden.

Flexibar-Training

FLEXI-BAR® setzt dort an wo andere Workouts nicht hinkommen. In der Tiefe.
FLEXI-BAR® steht für Power, Fun, Dynamik und ist gleichzeitig der Zauberstab gegen Rückenschmerzen. Geeignet ist das multifunktionale Trainingsgerät für jeden gesundheitsbewussten Sportler und alle, die es werden möchten.
Neben der Tiefenmuskulatur werden in gleichem Maße Körperbereiche wie Bauch und Po gestrafft, sowie Brust und Trizeps trainiert und langfristig der Stoffwechsel erhöht. Speziell entwickelte Übungen stärken die Rumpfmuskulatur in der Tiefe, stabilisieren in kurzer Zeit die Wirbelsäule, verbessern die Haltung und beugen optimal Rückenschmerzen und Bandscheibenproblemen vor.

Während des Trainings mit dem FLEXI-BAR® werden spürbar Fliehkräfte freigesetzt, und der Körper versucht augenblicklich, diese auszugleichen. Dafür müssen selbst die verborgensten Muskelfasern aktiviert werden. Diese Technik wird dann in verschiedene Übungsformen für alle Körperpartien integriert - ein hocheffektives und zugleich schonendes Training.

Die Trainings- und Einsatzmöglichkeiten des 1,50 Meter langen Leichtgewichts aus Glasfiber sind vielseitig und lassen sich individuell in den Tagesablauf integrieren. Ob in einem kurzen Training zu Hause, im Büro, oder im Studio, die Anwendung ist einfach und schnell zu erlernen. Doch der FLEXI-BAR® kann noch mehr. Kraft, Ausdauer, Koordination fördern und die Haltungsstabilität sowie Bewegungssensibilisierung verbessern.

Die Trainingspläne wurden von anerkannten Sportphysiotherapeuten und Sportwissenschaftlern entwickelt und sind spezifisch auf Alter und Fitnessgrad abgestimmt, um Anfängern sowie Fortgeschrittenen ein exzellentes Trainingsergebnis zu gewährleisten. Sie können sitzend, stehend, bewegend oder balancierend angewandt werden.

Beugen Sie Rückenschmerzen vor
Mindestens 80 % aller Menschen haben immer wieder Rückenschmerzen. Das liegt zum einen an unserer Arbeitshaltung, sitzend, nach vorne gebeugt etc, zum anderen daran, dass wir unsere Muskulatur nicht, oder wenn dann falsch trainieren. Nur wenn die richtige Muskulatur richtig trainiert wird, bekommen Bandscheiben und austretende Nerven Platz, und Schmerzen wird vorgebeugt oder dementsprechend entgegengewirkt.

Stärken Sie Ihre Bauchmuskulatur
Jeder Mensch hat 4 Bauchmuskeln, den Geraden, den Inneren und Äußeren, schräge sowie quere Bauchmuskel. Letzter hat die Besonderheit mit tiefliegenden Rückenmuskeln, sowie dem Beckenboden verbunden zu sein, außerdem spannt er die Taille.
Alle 4 Bauchmuskeln, inklusive Beckenboden werden bei fast allen Übungen zu unterschiedlichen Anteilen trainiert. Sie ist auch zum Teil im Stehen möglich, und somit einmalig!

Verbesserung der Tiefenmuskulatur
Die tiefliegenden, kurzen Rückenstrecker haben die Aufgabe, die Wirbelsäule zu stützen und vor allem die Wirbelgelenke optimal für die Bandscheibe einzustellen. Ist die Spinalmuskulatur gekräftigt, haben auch die Spinalnerven mehr Freiraum.

Flexi-Bars in Schwingungen

Wirbelsäulenprobleme: Ein Übel für viele Beschwerden

- Zervikalsyndrom: Neutrale Ausstrahlungsbeschwerden in Richtung Kopf. Hierzu können Kopfschmerzen, Nackenschmerzen, Ohrenschmerzen zählen.

- Brachialsyndrom: neutrale Ausstrahlungsbeschwerden in Richtung Arm. Hierzu zählen häufig auch nicht zu lokalisierende Schulter, bzw. Ellbogen und Unterarmschmerzen.

- Spondylolysthesis, zu Deutsch Wirbelgleiten. Ursache hierfür meist zu schwache Muskulatur einerseits und auf der anderen Seite einseitig verspannte Muskulatur. Weitere Ursachen können überdehnte Bänder oder zu schwache Tiefenmuskulatur sein.

- Lumbago, der medizinische Fachbegriff für den Muskelhartspann im Bereich der Lendenwirbelsäule. Es verspannen sich meist die äußeren Anteile der Rückenstrecker der Lendenwirbelsäule. Mögliche Ursachen hierfür können ein angeborenes Hohlkreuz, ein durch falsches Training erworbenes Hohlkreuz, eine verkürzte Hüftbeugemuskulatur oder eine zu schwache Bauchmuskulatur sein

Sensomotorik: Verbessern Sie die intermuskuläre Koordination
Hierunter versteht man das Koordinieren verschiedener Steuerungsprozesse.
Bewegungen, die zu Beginn nur unter Einschaltung der höchsten Ebene, gleich Hirnrinde, verwirklicht werden können, werden zunehmend automatisiert. Die intermuskuläre Koordination, das heißt, das Zusammenspiel einzelner Muskelgruppen, wird verbessert. Gleichzeitig werden Spieler und Gegenspieler einer Bewegung in ihrer Zusammenarbeit optimiert. Die Bewegung wird dadurch harmonischer, effektiver und ökonomischer.

Bindegewebefestigung: Kräftigung des Stützgewebes
Zum Bindegewebe zählt jede Art Stützgewebe.
Dieses Gewebe findet man nicht nur oberflächlich, sondern auch in der Tiefe. Gelenkskapseln, und Bänder bestehen aus Bindegewebe. Ein Kraftausdauertraining, wie es unter anderem beim Umgang mit dem FLEXI-BAR® praktiziert wird, festigt das Bindegewebe.
Die Ursache hierfür ist unter anderem eine verbesserte Sauerstoffzufuhr, und ein deutlich besserer Abtransport von Schlackenstoffen. Das Gewebe kann sich somit auch deutlich schneller und besser regenerieren.

Haltungsverbesserung
Dies ist einer der Pluspunkte des FLEXI-BAR®s, der am schnellsten zu realisieren ist. Kaum ein anderes Trainingsgerät ist in der Lage, die Muskelgruppen so gezielt anzusprechen, die für eine gerade, optimale Haltung verantwortlich sind.
Dies liegt vor allem daran, dass Muskeln, die den Schultergürtel nach unten ziehen, wie zum Beispiel der aufsteigende Teil des Trapezmuskels, mit herkömmlichen Geräten so gut wie nicht zu erreichen waren.
Es erklärt wiederum, warum auch Sportler, und nicht nur Leistungssportler, eine schlechte Haltung und Rückenprobleme haben. Aber nicht nur die Muskulatur unter den Schulterblättern, auch die zwischen den Schulterblättern, erhöht ihre Spannung schnell. Ist die Kraftausdauerleistung in diesen Muskeln erst einmal erhöht, kann auch einer schlechten Haltung in Stresssituationen entgegengewirkt werden.
Gleichzeitig kommt es zur Kräftigung wichtiger Muskeln im Bereich der Halswirbelsäule, die in der Lage sind, dem ca. 6 kg schweren Kopfgewicht durch Spannung einen Ausgleich zu bieten.

Stoffwechselerhöhung: Kurbeln Sie Ihren Grundumsatz nach oben
Nicht nur während des FLEXI-BAR® Workouts selbst werden Kalorien verbrannt, sondern wir setzen, wenn wir regelmäßig, das heißt ca. 2- bis 3-mal wöchentlich, trainieren, unseren Grundumsatz nach oben. Im Klartext bedeutend das, wir verbrennen auch in Ruhe mehr Kalorien. Auf längere Sicht ist dies die einzig sinnvolle Möglichkeit, Körperfett zu reduzieren. Wie erklärt sich diese Erhöhung des Grundumsatzes? Dieses Training vermehrt und vergrößert die Zellstrukturen, Mitochondrien genannt, die für den Stoffwechsel verantwortlich sind. Man kann diese Mitochondrien ein wenig mit Verbrennungsöfen vergleichen. Haben wir mehr davon und sind sie größer, kann der Stoffwechsel besser und schneller funktionieren.

Kickboxtraining im FSZ-Kursbetrieb

Jeden Montag um 18.20 Uhr mit Evelyn Venske

Um zu definieren was Kickboxen ist, halten wir erst einmal fest, was es nicht ist.

Es ist keine wilde Schlägerei, kein rücksichtsloses unkontrolliertes Aufeinanderlosdreschen mit dem einzigen Ziel, sein Gegenüber zu verletzen. Es ist auch keine fernöstliche Religion.

Wenn man den Begriff teilt, hat man Kick und Box. Vermittelt wird Olympisches sauberes Boxen kombiniert mit Fußtechniken. Es ist ein moderner Sport nach den neuesten sportwissenschaftlichen Erkenntnissen entwickelt und immer offen für alle Neuerungen, die die moderne Sportforschung mit sich bringt. Arme und Beine in einen koordinierten flüssigen Ablauf zu bringen, setzt hohes technisches Können, taktische Intelligenz, außerordentlich gute Kondition und starke Willenseigenschaften voraus.

Ein Training, das Körper und Geist fordert. Aufgeteilt in mehrere Trainingsblöcke einer Kursstunde haben wir so die Möglichkeit wie in keiner anderen Sportart mehrere Komponenten miteinander zu verbinden. Durch für diese Sportart spezifische Übungen verbessern sich Reflexe und Auffassungsgabe. Das periphere Sehen wird stimuliert, die Balance und das Gleichgewicht wird geschult. Kickboxtraining ist äußerst intensiv und beansprucht den Körper sehr stark. Behutsam wird über einen langen Zeitraum das Training aufgebaut. Eine deutliche Verbesserung der Körperhaltung und der inneren Haltung werden nach einem gewissen Zeitraum einsetzen.

Das Training ist vielschichtig und komplex. Um einen Einblick zum besseren Verständnis zu geben seien nachfolgend einige Blöcke erklärt:

Im Konditionsblock:
Wird eine hochgradige körperliche Fitness erlangt und sehr schnell Gewicht reduziert, weil die Fettverbrennung durch Muskelaufbau hoch effektiv ist. Schulung der Muskelkraft und der Reaktionsschnelligkeit gehören ebenso dazu wie Übungen für mehr Kraft und Geschwindigkeit sowie wie die Stärkung von Disziplin und Ausdauer.

Im Technikblock:
Durch die Koordination der anspruchsvollen Motorik wird das Kleinhirn gefordert, welches auch eine wichtige Rolle beim Lernen spielt. Die Verbesserung der Lernfähigkeit ist somit ein positiver Nebeneffekt.
Nicht nur das Kleinhirn, sondern ebenso die linke wie die rechte Gehirnhälfte werden durch die komplexen Bewegungsabläufe stimuliert. Der Oberkörper macht etwas anderes als die Beine. Links etwas anderes als rechts. Es geht vorwärts, rückwärts, seitwärts und im Kreis. Immer wieder muss die richtige Distanz eingehalten werden. Die linke Hemisphäre steuert die rechte Körperseite motorisch, die rechte Hemisphäre steuert die linke Hälfte des Körpers. Zwischen den beiden Gehirnhälften befindet sich eine Brücke, Corpus Callosum genannt. Diese Brücke sorgt dafür, dass alles, was die eine Gehirnhälfte behandelt und bearbeitet, auch die andere erreicht. Die Koordination beider Hemisphären muss unentwegt angeregt werden, indem man jede Art des Überkreuzens der Mittellinie stimuliert. Kickboxen ist für diese Stimulanz prädestiniert. Synapsenverbindungen sind die Grundlage für Entwicklung. Positive Folgen hieraus, die Psyche und die mentale Stärke verbessern sich.

Taktikblock:
Begriffe wie Ausführung, Block und Konter oder Paraden werden einstudiert.

Partnerübungen:
Am Anfang ist es ganz ungewohnt für die meisten ihren persönlichen Raum zu öffnen. Zuzulassen geführt zu werden, zu vertrauen. Oder zu führen und Vertrauen zu geben.
Mit der Zeit, wenn das Stadium erreicht ist, dass sich die Fitness verbessert hat, die Technik besser geworden ist, werden klare sportliche Regeln gemeinsam für die Partnerübungen aufgestellt, um am Gegenüber in Technik und Taktik zu wachsen. Nun kann der flüssige harmonische Bewegungsablauf in methodischen Schritten bei unterschiedlicher Aufgabenstellung von Aktiv und Defensiv trainiert werden. Behutsam wird die Kontaktschwelle erweitert. Bis hin zu leichtem Semikontakt. Bei komfortabel gepolsterten 16 Unzen Handschuhen und entsprechendem Fuß- und Kopfschutz ist schnell das Vertrauen aufgebaut, sich nicht zu verletzen.

Schattenboxen:
Hier wird Kreativität freigesetzt. Bewegungsvorstellung wird immer wieder geübt und somit werden die unterschiedlichen Bewegungsabläufe verinnerlicht. Am Anfang noch befremdende Bewegungsmuster werden so durch eigenen freien Rhythmus zu einem angenehmen Körpergefühl. Da es für fast alle Teilnehmer neue Bewegungsabläufe sind, sind auch alle Teilnehmer auf gleichem technischem Niveau. Keiner kann es viel besser als der Rest, es sei denn, er trainiert diese Sportart schon einige Zeit.

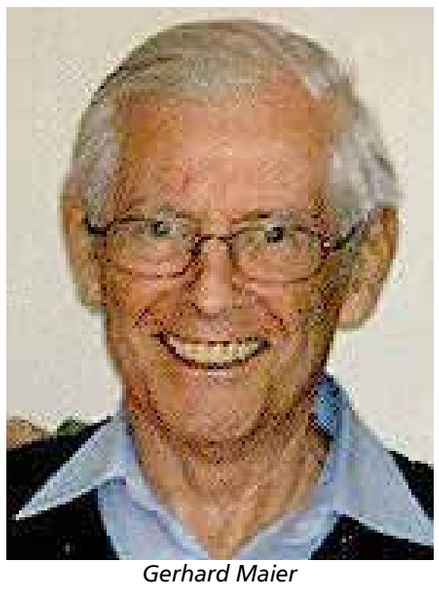
Pratzentraining:
Sich an den Schlagpolstern beim Trainer kontrolliert zu verausgaben und erlernte Kombinationen unter ständiger Korrektur umzusetzen, ist ein wichtiges Trainingselement. Hier darf kontrolliert zugeschlagen werden. Aus psychologischer Sicht ist dieses Training ein hervorragendes Stress-Ventil. Wer die Fäuste fliegen lässt, kann auf gesunde Art Dampf ablassen. Aggressionen werden abgebaut. Negative Energien können weichen und der Geist ist aufnahmefähig für positive Energien.

Ü-60-Party

Die Ü-60-Party stand diesmal ganz im Zeichen der Leichtathleten.

Hans Dachtler - der über 25 Jahre die TVK-Leichtathleten anfürte - organisierte mit seinem Team das Treffen der „Ehemaligen" aus Anlass des 80. Geburtstages von Prof. Dr. H.-P. Sturm, der heute noch den Leichtathleten im großen SV Salamander Kornwestheim vorsteht. Beide waren vor über 50 Jahren auch mal aktiv! Hans Dachtler als Mittelstreckler - bei einem 400-m-Lauf und Stummi als Sprinter bei der Staffelholz-Übergabe auf der selbstgebauten 300-m-Aschenbahn an der Hauffstraße.
Unter den ca. 100 ehemaligen Leichtathleten war auch der Europa- und Weltmeister im Weitsprung, Dietmar Haaf, und der heute noch aktive ehemalige TVKler Andi Eder, der in der Seniorenklasse Europa- und Weltmeister im Hammerwerfen wurde. Ältester anwesender Leichtathlet war der 85-jährige Gerhard Maier, der früher auch mal in einer 4 x 100 m-Staffel sprintete!
Aber nicht nur Leichtathleten waren anwesend. Viele Senioren waren der Einladung gefolgt und genossen die Frühschoppen-Party.

Andreas Eder


Gerhard Maier

V. l.: Maier, Kuppinger, Kolb, Stempfle, Trainer Hiller

Besenausflug

Der diesjährige Besenausflug fand im Juni statt. Ziel war das Weingut Seeger in Abstatt. Für Schwung und gute Laune sorgten diesmal unser neuer Präsident Gerhard Bahmann (Akkordeon) und Roland Huber (Gitarre).

Tageswanderung zum Jägerhaus

Mal rauf mal runter ging es bei der Tageswanderung zum Jägerhaus, Esslingen. Gleich nach dem Start in Rüdern gings bergauf zur Katharinenlinde. Dann gings bergab zur Waldschenke Siebenlinden, wo ein Rucksack-Vesper eingenommen wurde. Von dort durch den Wald langsam bergauf, vorbei an Kernen und am Katzenkopf, auf der Römerstraße bis zum Jägerhaus (ca. 9 km). Dort Einkehr und Ausklang bei herrlichem Sonnenschein.

Tagesausflug in die Pfalz

Der Tagesausflug ging dieses Jahr in die Pfalz, nach Freinsheim / Bad Dürkheim. Auf dem Programm stand eine historische Altstadt-Führung mit Umtrunk und eine Planwagenfahrt durch die Weinberge mit einer Weinprobe. Zum Kaffeetrinken ging es dann zum Dürkheimer Fass.

Achtung!

Terminänderung: Besichtigung Daimler-Museum
Dienstag, 16. November 2010
Treffpunkt: 12.50 Uhr Bahnhofsvorplatz (Ostseite),
Fahrkarte wird besorgt.
Rückkehr: ca. 20.00 Uhr
Anmeldung unter Tel. 8308-12 erforderlich.

Die Mosel - ist eine Reise wert!

Unser diesjähriger Seniorenausflug ging nach Bruttig an der Mosel.

Burg Bosselstein und Felsenkirche

Weinprinzessin Marina Blatt

Schiff Maria von Beilstein

Was stand alles auf dem Programm? Auf der Hinfahrt Besuch des Edelstein-Museums in Idar-Oberstein, Besuch des Weinfestes in Bruttig, Schifffahrt nach Traben-Trarbach, Tagesausflug nach Luxemburg mit Stadtführung, Ausflug in die Vulkaneifel, Besuch der Dauner Maare und des Naturschauspiels „Der Wallende Born". Dies ist ein kalter Geysir vulkanischen Ursprungs und in dieser Art einmalig in Europa. Fahrt entlang der Mosel nach Trier, der ältesten Stadt Deutschlands. Porta Nigra, Kaisertherme, Basilka, Amphitheater, Römerbrücke, der Dom - alles eindrucksvolle Bauten aus der Römerzeit! Die Heimfahrt nach Kornwestheim ging wieder moselaufwärts über Konz zur Saarschleife und dann weiter nach Mettlach. Dort Besichtigung der größten europäischen Keramiksammlung von Villeroy und Boch.

Merl

Zell

Brücken-Tor - Traben-Trarbach

Stadt Luxemburg mit Kasematten

Europäischer Gerichtshof

Viadukt oder Alte Brücke in Luxemburg

Weinfelder Maar Süd

Schalkenmehren

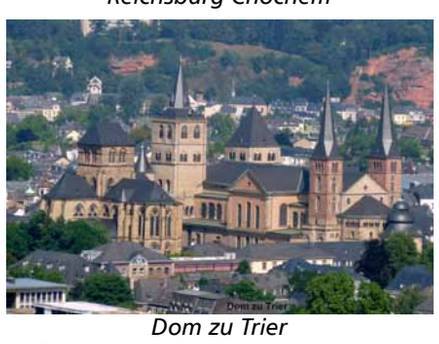
„Wallender Born" Brubbel

Reichsburg Chochem

Hotel zum guten Onkel in Bruttig

Die Mosel mit Chochem und Cond

Bruttig an der Mosel



Dom zu Trier

Kaisertherme

Das Beste für deine Füße.
Schluss mit Fußproblemen dank lasergesteuerter CNC-Schuheinlagen.

Maßschuhe, Schuherhöhungen, Schuhreparaturen, Podologie, med. Fußpflege

Gut zu Fuß
Schweikert
Orthopädie · Schuhtechnik

OPTIK VOLZ
BRILLEN • KONTAKTLINSEN

WAS WIRD GESPIELT?

Egal, mit einer Sportbrille aus unserer umfangreichen Auswahl führender Markenhersteller sind Sie auf allen Sportplätzen dieser Welt gut gerüstet. Denn unsere **Sportbrillen, auch in ihrer Sehstärke,** begleiten Sie überall hin. Modern, robust, und für jede Gelegenheit speziell angepaßt.

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

OPTIK VOLZ Qualität kennt keine Alternative

Wohnforum WURSTER®

Stuttgarter Str. 78 - 86, 70806 Kornwestheim, 07154 35080
www.wohnforum-wurster.de info@wohnforum-wurster.de

Abteilungen

Breitensport

Abteilungsleiterin
Dagmar Dautel 071 54 / 82 34 38

Allg. Breitensport
Dagmar Dautel 0 71 54 / 82 34 38
- Gymnastikangebot in Sporthallen
- Konditionstraining

Ursula Eschmann 0 71 54 / 18 79 07
- Walking/Nordic Walking

Reha-Sport im Verein
Dagmar Dautel 0 71 54 / 82 34 38
- Sport in Herzgruppen
- Sport nach Krebs
- Wirbelsäulengymnastik

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

Aikido

Abteilungsleiterin
Ute Guzek 0 71 41 / 6 43 37 75

Badminton

Abteilungsleiter
Petra Hanke 0 71 54 / 2 46 80

Behindertensport

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

Alfred Heckler 0 71 54 / 2 43 93
- Schwimmen und Wassergymnastik

Walter Grözinger 0 71 54 / 2 71 82
- Kegeln

Lothar Seidel 0 71 46 / 68 47
- Sitzfußball

Bowling

Abteilungsleiter
Manfred Kastl 0 71 54 / 2 32 84

Einrad

Abteilungsleiter
Reiner Fürst 0 71 50 / 96 97 57

Football / Cheerleader

Abteilungsleiter
Markus Kaupe 07 11/ 54 15 44

Fußball

Abteilungsleiter
Peter Wagner 0 71 54 / 67 92

Aktive
Uli Weber 01 71 / 9 55 10 46

Jugend
Roberto Raimondo 01 72 / 2 34 79 82

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

Frauen- + Mädchenfußball
Ralf Albrecht 0 71 54 / 2 33 99

AH +Freizeitfußball
Jürgen Skowronek 0 71 54 / 44 31

Handball

Stellv. Abteilungsleiterin
Daniela Assmann 0 71 54 / 2 65 39

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

Weibliche Jugend
Jörg Andres 0 71 41 / 9 18 95

Karate / Shotokan

Abteilungsleiterin
Ute Dillerup 0 71 41 / 4 32 30

Sportkarate

Abteilungsleiter
Lazaros
Emmanouilidis 01 62 / 4 63 29 29

Lacrosse

Abteilungsleiter
Jeff Müller 01 72 / 1 53 35 26

Judo / Ju-Jutsu

Abteilungsleiterin
Pashalina Slamaris 0 71 54 / 15 52 09

Leichtathletik

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

Jugend
Claudia Seile 0 71 54 / 15 52 07
Monique Karch 0 71 54 / 2 70 17

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

Sportabzeichengruppe,
Hans Bodmer 0 71 54 / 2 88 11

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
Dirk Kalka 0 71 95 / 58 78 08

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

Turmspringen
Judith Binder-Malik 0 71 56 / 95 80 89

Wasserball
Wolfgang Seitz 0 71 54 / 2 67 54

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
Marcus Busch 0163 – 230 42 01

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 / 17 71 69

Freizeit
R. Geist 01 79 / 6 99 01 41

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.

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