Die Zeitung des Sportverein Salamander Kornwestheim 1894 e.V.

Purzelbaum

Ausgabe Nr. 33 - April 2015

Foto Ralf Grömminger

Liebe Purzelbaum-Leserin, lieber Leser,

die hohe Politik hat uns in den letzten Monaten mit dem sogenannten Mindestlohngesetz gehörig auf Trab gehalten. Weder die Spitzenverbände des Sports, noch die Vereine oder deren Berater vermochten zuverlässig zu sagen, welche Auswirkungen die gesetzlichen Neuregelungen im Amateurbereich des Sports haben würden. Und obwohl sich keine Sportlerin und kein Sportler im SVK "eine goldene Nase verdient" – auch für Geringverdiener schien nach dem Gesetzeswortlaut die Neuregelung anwendbar. Sollten nun Trainingszeiten, Fahrtzeiten, Spiele mit dem Mindestlohn vergütet werden? Was nicht sein kann, das nicht sein darf – so dachte sich wohl mancher Vereinsfunktionär.

Selbstverständlich hätte eine strikte Anwendung des Gesetzes gerade im Bereich der Geringverdiener dazu geführt, dass der bezahlte Amateursport vor einer unüberwindbaren Hürde gestanden wäre. Die klärenden Worte von Ministerin Nahles haben der Diskussion den Wind aus den Segeln genommen und die rechtliche Unsicherheit weitgehend beseitigt: Das sogenannte Mindestlohngesetz ist auf bezahlte Amateursportler, bei denen nicht die wirtschaftliche Sicherung des Lebensunterhalts, sondern die sportliche Betätigung den Hauptzweck darstellt, nicht anwendbar.

Lange, ja zu lange hat es gebraucht, um diese klärenden Worte aus berufenem Mund zu hören. Wenigstens können jetzt die im Verein betroffenen Abteilungen ihre minutiösen Aufzeichnungen und Stundenlisten dem Aktenvernichter anvertrauen.

In vielen Sportarten gehen die Spielzeiten nun in die entscheidende Phase. Aus SVK-Sicht können wir den Dingen gelassen entgegensehen:

Unsere Fußballer haben sich nach ihrem Aufstieg in die Landesliga im oberen Tabellendrittel etabliert, was ihnen vor der Saison wohl nur wenige zugetraut hätten. Jetzt soll ihre Erfolgsgeschichte mit ihrem Erfolgstrainer Markus Fendyk, der seinen Vertrag unlängst in Spanien um 2 Jahre verlängert hat, weitergeschrieben werden.

aus dem Inhalt

Aktuelles

Delegiertenversammlung 2
Neujahrsempfang 2
Fasching 2015 2
KinderSportWoche 2
Aktion 46PLUS 3
Weinfestival 2015 3

Sportverein Kornwestheim

Breitensport 4
Die Abteilungen 5 - 25

FunSportZentrum

FunSportZentrum 26
Indoorcycling 27
Medi-aktiv - Plus Wochen 28
Zumba©-Party 29
FSZ-Kursangebote 29
Klettergruppe 27

Senioren / Kontakte

Senioren 27
Kontaktadressen 28

Unsere 3.-Liga Handballer sind nach 9 Spielen sogar Rückrunden-Tabellenführer. 6 Siege in Folge lassen die Mannschaft, ihre Trainer und Betreuer beruhigt schlafen. Cheftrainer Hans Christensen und Co-Trainer Frieder Hansen scheinen der Mannschaft den Erfolgsvirus eingeimpft zu haben.

Auch unsere Tischtennisspieler spielen als Liganeuling eine herausragende Rolle. Aus dem insgeheim vielleicht erhofften Durchmarsch wird aber wohl nichts werden, der Meisterschaftszug dürfte ohne die Zelluloidkünstler vom SVK abgefahren sein.

Und in den anderen Mannschaftssportarten wie im Volleyball und Badminton spielen unsere Teams auch eine ausgezeichnete Saison.

Nicht nur sportliche Entscheidungen stehen vor der Tür, auch der Frühling naht mit Macht. Lassen Sie sich von den sprichwörtlichen "Frühlingsgefühlen" einfach mitreißen, treiben Sie selbst wieder einmal Sport, allein oder in der Gruppe, besuchen Sie unser FunSportZentrum und seien Sie Gast in unseren Sporthallen und -einrichtungen, wenn unsere Sportlerinnen und Sportler vom SVK um Punkte, Tore, Höhen, Weiten und Zeiten kämpfen.

Wir vom SVK freuen uns auf Sie.

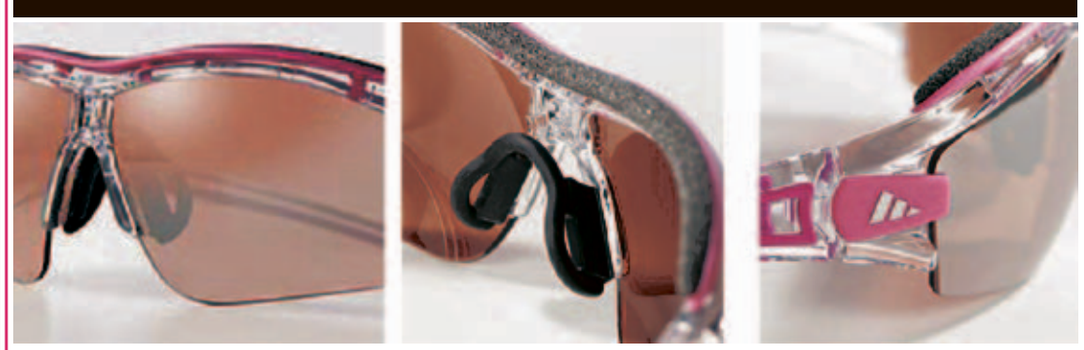
Herzlich grüßt Sie Ihr

Gerhard Bahmann

Präsident des SV Salamander Kornwestheim 1894 e.V.

OPTIK VOLZ
60 JAHRE
BRILLEN • KONTAKTLINSEN

ABSOLUT SPORT!



Die Adidas evil eye half rim pro S, auch mit Gläsern in Ihrer Sehstärke

Kornwestheim
Weimarstraße 42
Ecke Johannesstraße
Fon (07154) 21551

OPTIK VOLZ Qualität kennt keine Alternative

SPORT PRO GESUNDHEIT
Deutsche Gesellschaft für Prävention und Gesundheitsförderung DGP
SPORT PRO FITNESS
REHASPORTGRUPPE anerkannt+zertifiziert

FunSportZentrum · Bogenstraße 35
70806 Kornwestheim

Einladung zur 13. Delegiertenversammlung

Sehr geehrte/r Delegierte/r,

zur 13. Delegiertenversammlung laden wir alle gewählten Delegierten und Ersatz-Delegierten

am **Freitag, 19.05.2015 um 19.30 Uhr**
ins SVK FunSportZentrum, Bogenstr. 35, 70806 Kornwestheim,
herzlich ein.

- TOP 1) Begrüßung
- TOP 2) Genehmigung des Protokolls der DV 2014
- TOP 3) Berichte + Finanzen – Haushaltsbericht 2014 u. Etat 2015 Feststellung Haushaltsbericht und Etat
- TOP 4) Bericht der Kassenprüfer
- TOP 4) Entlastung
- TOP 5) Vortrag Pof. Dr. med. Markus Arand – Ärztl. Direktor Unfallchirurgie Klinikum Ludwigsburg
- TOP 6) Neuwahlen – 2 Kassenprüfer, 10 Beisitzer
- TOP 7) Verabschiedung der neuen SVK Jugendordnung
- TOP 8) Anträge
- TOP 9) Verschiedenes

Anträge bitte bis 08.05.2015 bei der Geschäftsstelle einreichen.
Die Versammlung ist offen für alle SVK-Mitglieder, **stimmberechtigt sind jedoch nur die gewählten Delegierten/Ersatzdelegierten.**

Kindersportwoche 2015 vom 31.08.15 bis 04.09.15

Haben Ihre Kinder Interesse, neue Sportarten zu testen und mit Gleichaltrigen einige Tage zu verbringen, ist die Kindersportwoche genau das Richtige!

Über einen Zeitraum von 5 Tagen erleben sie eine abwechslungsreiche und sportliche Woche.

So haben Ihre Kinder die Möglichkeit, sich bei diversen Ballsportarten auszutoben und möglicherweise die Richtige zu finden! Auch bietet sich die Gelegenheit, die Kletterwand im FunSportZentrum zu erklimmen, Tennis oder Beachvolleyball zu spielen.

Bei einem Preis von 55 € werden Ihrem Kind das Mittagessen, die Getränke und vitaminreiche Zwischenmahlzeiten zur Verfügung gestellt. Bei Anmeldung von mehr als einem Kind zahlen Sie ab dem zweiten Kind jeweils nur 45 €.

Wenn Ihre Kinder also in der Woche vom **31.08.15 bis 04.09.15** noch nichts vorhaben und sich sportlich engagieren wollen, freuen wir uns, sie Ende des Sommers bei uns begrüßen zu dürfen, um eine Woche voller Sport und Spaß zu verbringen.

Gesundheitsmesse 2015

Ob Sport, Ernährung oder Wohlbefinden – bei spannenden Vorträgen und interessanten Beratungen überall auf der 4. Kornwestheimer Gesundheits- und Wellnessmesse konnte sich jeder seinen Interessen entsprechend speziell informieren!
Auch der SV Salamander Kornwestheim war vertreten und neben einem virtuellen Rundgang durch unser Fitness- und Gesundheitsstudio haben unsere Trainer Sie auch gerne zu allen Fragen rund um das FunSportZentrum und den Verein beraten.

Das Team des FunSportZentrum und des SVK freute sich besonders über die große Resonanz von Seiten der Besucher und viele interessante Gespräche rund um das Thema Fitness und Gesundheit.

Außerdem konnten Sie sich am Glücksrad versuchen, ein Fitnessgerät ausprobieren oder bei unserem Wettkampf mitmachen und so lange wie möglich 2 kg bzw. 3 kg schwere Hanteln mit ausgestreckten Armen auf Schulterhöhe halten. Bei Rekordzeiten von 3:32 min bei den Frauen und 3:25 min bei den Männern ist der ein oder andere über sich hinausgewachsen!

120 Jahre SVK – SVK im „K“

Das wohl größte gesellschaftliche Ereignis des SV Salamander Kornwestheim im Jahr 2014 war sicher die SVK Gala im Kulturhaus Kornwestheim am 14.11.2014

Zur Feier seines 120 jährigen Bestehens hatte der SVK seine Mitglieder zu einem Festabend eingeladen.
Bereits 30 Minuten vor offiziellem Beginn der Veranstaltung füllte sich der Vorraum des Festsaals im Kulturhaus schnell mit zahlreichen festlich gekleideten Mitgliedern des Vereins, die bei einem Glas Sekt die Möglichkeit hatten, das extra für das Jubiläum erstellte kleine Museum zur 120 jährigen

Geschichte des Vereins zu bestaunen. Pünktlich um 19 Uhr öffneten sich dann die Türen zum festlich ge-

schmückten Festsaal und die Gäste nahmen ihre vorreservierten Plätze ein.

Es folgte ein Festabend der Superlative mit professionellen und eigenen Showvorführungen. So waren z.B. Artisten des Friedrichsbau Varietées, Bundesligaturner, die eigene Zumba Formation des FunSportZentrums und weitere Highlights engagiert. Professionell moderiert von Jens Zimmermann, verging der Abend bei exzellenter Musik, Tanz, Show, gutem Essen (von Catering List und Scholz) und vielen Gesprächen wie im Flug. Es war ein rauschendes Fest mit unseren Vereinsmitgliedern (415 Gäste), das reibungslos verlief und bei allen Gästen einen nachhaltigen Eindruck hinterlassen hat.

Emotionaler Höhepunkt des Abends war sicher die Scheckübereichung an 46 PLUS Down Syndrom Stuttgart e.V. in Höhe von 26.000,- € die unser Präsident Herr Bahmann nur allzu gerne übernahm.

Der Dank für diese gelungene Veranstaltung gilt allen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern sowie allen Helferinnen und Helfern, die im Vorfeld und am Veranstaltungstag bis spät in die Nacht alles organisierten und koordinierten.

Neujahrsempfang

Zum mittlerweile dritten Mal lud der SV Salamander Kornwestheim am 25.01.2015 Gäste aus Sport, Politik, Wirtschaft und Gesellschaft zum Neujahrsempfang in sein FunSportZentrum ein.

Nach der Begrüßung und Einleitung durch unseren Präsidenten Gerhard Bahmann folgte ein Fachvortrag mit dem Titel „Über alle Hürden – Stark durch Sport“.

Als Referent konnte für 2015 der ehemalige Top Athlet Harald Schmid gewonnen werden, der in seiner aktiven Zeit vielfacher Medaillengewinner bei Olympia, Welt- und Europameis-

terschaften, Europarekordler und vielfacher Deutscher Meister über die 400 m Hürden war.
Neben seiner sportlichen Laufbahn engagierte sich H. Schmid als Mitglied der Athleten-Kommission der IAAF und arbeitet nach wie vor erfolgreich als Unternehmenscoach.

Bei seinem Vortrag nahm er die Zuhörer mit auf eine amüsante, interes-

sante und auch lehrreiche imaginäre Runde über die 400 m Distanz.
Anhand der einzelnen Hürden wurde jeweils die entsprechende Taktik und Technik erklärt, wie man zu Topleistungen kommt und wie man diese Verhaltensweisen auf den Alltag aller Menschen übertragen kann.
Umrahmt wurde der Vortrag von mehreren Musikstücken der Gruppe MiSaSoLaTa.

Bei einem gemütlichen Stehimbiss konnten sich die ca. 250 Gäste des SVK zum Abschluss der Veranstaltung austauschen und das aktuelle Sportgeschehen rund um den SVK und in Kornwestheim diskutieren.

SVK Fasching 2015

Bei einer weiteren fulminanten Nacht in der Osthalle haben sich Nonnen, Indianer und Affen ein weiteres Mal die Hand gegeben und beim SVK-Fasching wieder ordentlich gefeiert.
Mit abgedrehter und einfallsreicher Kostümierung wurde der feierwütigen Partymeute am 13.02.15 erneut von der Band „purple sun“ ordentlich eingeheizt und für eine super Stimmung bis spät in die Nacht gesorgt. Ob mit einem erfrischenden Longdrink oder einem kühlem Bier in der Hand - die Stunden vergingen wie im Flug beim Tanzen, Reden oder Kostüme bewundern.

Die allseits beliebte Faschingsveranstaltung stieß auch in diesem Jahr wieder auf großen Anklang und hunderte Verkleidete hatten bei ausverkauftem Haus eine Menge Spaß!
Wir möchten uns bei allen Abteilungen und Helfern bedanken, die uns tatkräftig unterstützt haben und freuen uns sehr, dass der Abend bei toller Atmosphäre so friedlich und harmonisch verlief.

Der Vorstand und alle Mitglieder von 46PLUS Down-Syndrom Stuttgart e.V. bedanken sich ganz herzlich bei allen Spendern und den Verantwortlichen des SV Salamander Kornwestheim

Der Vorstand und alle Mitglieder von 46PLUS Down-Syndrom Stuttgart e.V. bedanken sich ganz herzlich bei allen Spendern und den Verantwortlichen des SV Salamander Kornwestheim für die unglaubliche Spendensumme in Höhe von 26.000,- € welche im Rahmen des SVK-Spendenmarathons zusammenkam!

Wir sind noch immer völlig überwältigt von so viel Zuspruch! Mit solch einer riesigen Summe hatten wir nie und nimmer gerechnet!

Liebe Spender, Sie alle haben uns durch Ihre Großzügigkeit gezeigt, dass Sie unsere Kinder in unserer Gesellschaft als vollwertige Mitglieder sehen und sie darin unterstützen möchten, am Leben ganz normal teilhaben zu können!

Durch Ihre Spende sind wir der Erfüllung unseres großen Traums, nämlich der Teilnahme einer Mannschaft von 46PLUS Down-Syndrom Stuttgart e.V. an den Special Olympics, ein riesengroßes Stück näher gekommen.

Wir hoffen sehr, dass wir in Zusammenarbeit mit dem SVK ein nachhaltiges Sportangebot für unsere Kinder

einrichten und ausbauen können. Sehr gerne werden wir Sie über die Fortschritte und Ergebnisse auf dem Laufenden halten.

Als Dankeschön überreichten die Vorstandsdamen eine große Leinwand-Collage mit tollen Fotos begeisterter Kids bei den vergangenen Sportevents an SVK-Geschäftsführer Thomas Eeg und Spendenmarathon-Organisator Walter Sterkler.

Das 13. SVK Weinfestival 24. und 25. Juli 2015

Erneut lässt es sich der SVK nicht nehmen, auch 2015 das allseits beliebte Weinfestival im Innenhof des Salamander-Areals, Stammheimer Straße 10 in Kornwestheim, zu veranstalten.

Am 24. und 25. Juli sorgen die Bands Juuns (Freitagabend) und Memory (Samstagabend) für die musikalische Untermalung, während Sie eine große Weinvielfalt und abwechslungsreiche Köstlichkeiten genießen können. Ob Sie dabei in gemütlicher Runde zusammensitzen und zu Rock 'n' Roll oder sanften Balladen mitsingen oder sogar ein Tänzchen wagen wollen, ist ganz Ihnen überlassen.

Die einzigartige Mischung aus Geselligkeit, Heiterkeit und allerlei erlesenen Weinen zieht jedes Jahr viele Menschen aus Kornwestheim und Umgebung ins Salamander-Areal, um das gemütliche Beisammensein zu genießen.

Ob Weinliebhaber oder -neuling, bei uns gibt es bei stimmigem Ambiente definitiv den richtigen Wein für Ihren Geschmack.

Bei hoffentlich gutem Wetter wird auch das diesjährige SVK-Weinfestival mit guter Musik, interkulturellen Speisen und einer tollen Atmosphäre sicher zu einer gelungenen Veranstaltung.

Anzeige

Stadtwerke als Top-Lokalversorger ausgezeichnet

März 2015 / Ludwigsburg. Das unabhängige Energieverbraucherportal hat die Stadtwerke Ludwigsburg-Kornwestheim (SWLB) als „TOP-Lokalversorger /Strom" ausgezeichnet. Die Stadtwerke hatten sich Ende 2014 freiwillig der Bewertung in der Sparte Strom unterzogen. Ganz wichtige Faktoren der Bewertung: gute Preise sowie das Stadtwerke- Engagement für Umwelt, Service und Region.

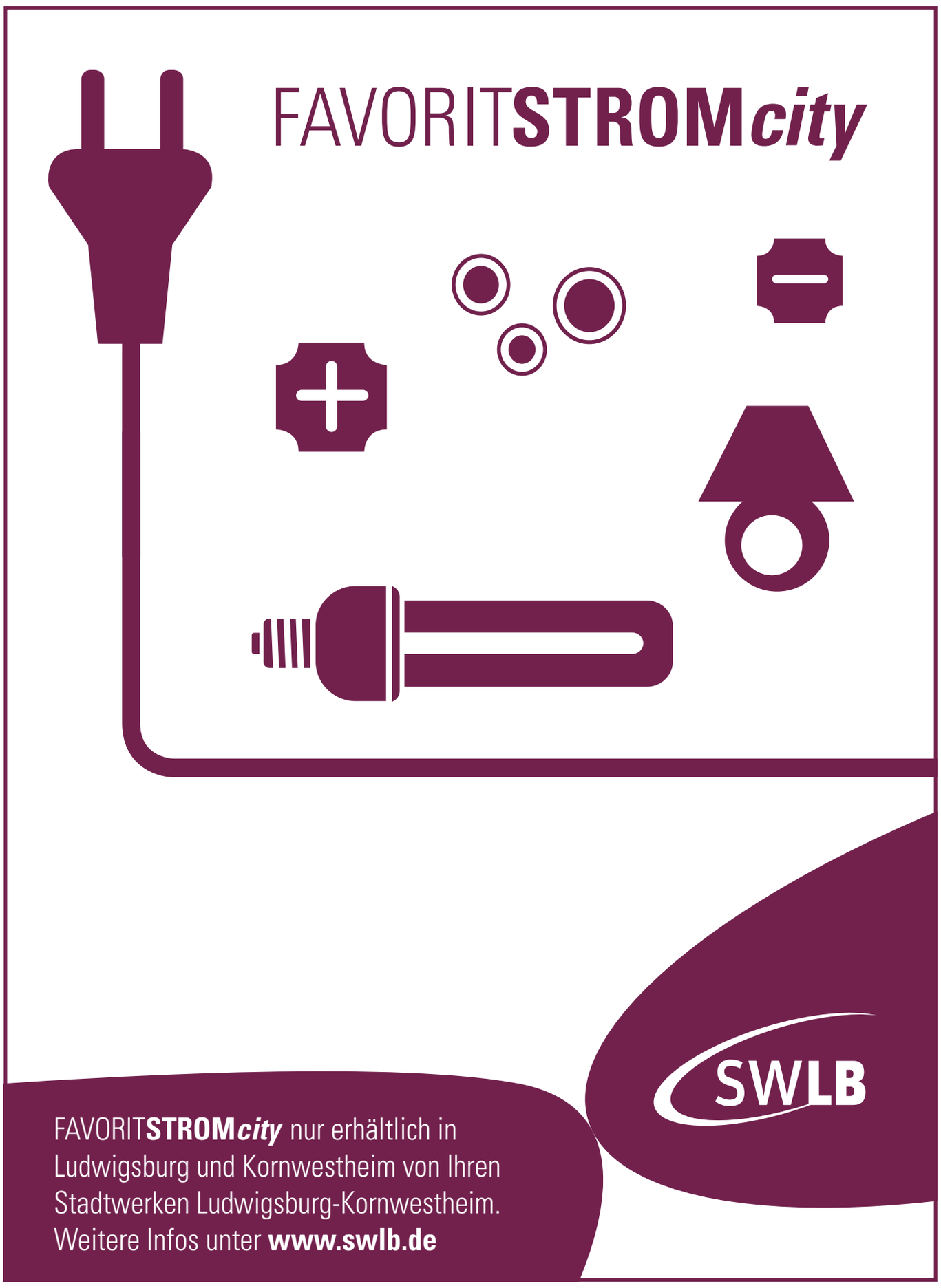
Das Energieverbraucherportal bietet Nutzern „Orientierungshilfen im Tarifdschungel". Hinter der Auszeichnung steckt die Idee, dass nicht nur allein der Preis, sondern vor allem das Preis-Leistungsverhältnis stimmen sollte. Mit 80 Prozent wird der Preis bewertet, 20 Prozent setzen sich aus den Qualitätskriterien des Energieverbraucherportals zusammen. Die Organisation verleiht seit 2008 Energie-Anbietern mit besonders verbraucherfreundlichen Angeboten und besonders gutem Kundenservice das Prädikat „TOP-Lokalversorger". Die Auszeichnung erhält nur derjenige Versorger, der zum Stichtag beim Vergleichstest einer der ersten drei Plätze im Ranking seines lokalen Versorgungsgebietes auf www.energieverbraucherportal.de belegt.

Bodo Skaletz, Geschäftsführer der SWLB, freut sich über die Auszeichnung: „Wir finden das klasse, dass wir als Top-Lokalversorger ausgezeichnet wurden. Das bestätigt uns in unserem Einsatz, für unsere Kunden täglich das Beste zu geben: mit fairen Preisen, gutem und persönlichen Service vor Ort und einem ansprechenden Internetauftritt."

Stiftung Warentest urteilte in „test2/2013": „Wer Sorge hat, bei unfairen Tarifen zu landen und sich mit Tarifbedingungen kaum auskennt, ist am besten beim Energieverbraucherportal (…) aufgehoben".

Mehr Infos unter: www.swlb.de

2015 TOP-LOKALVERSORGER
Stadtwerke Ludwigsburg-Kornwestheim GmbH
ENERGIEVERBRAUCHERPORTAL TOP LOKALVERSORGER STROM



Breitensport

Wir verabschieden langjährige Übungsleiterin

Anastasia Herdt beendet wegen Umzug an einen anderen Wohnort ihre Tätigkeit als Übungsleiterin im Breitensport des SVK. Sie hat mit viel Engagement die Mittwochsgruppe „Bauch-Beine-Po“ und Gymnastik um 19 Uhr in der Osthalle geleitet. Ihre tänzerische Professionalität begeisterte vor allem die weiblichen Teilnehmer ihrer Gruppen.

Der SVK bedankt sich bei Frau Anastasia Herdt sehr herzlich für die Arbeit im Bereich des Breitensports!

Neuer Übungsleiter im SVK-Breitensport

Aram Anim

Der angehende Sport- und Gymnastiklehrer der Gluckerschule, Herr Aram Anim, ist neu im Team der SVK-Breitensport-Übungsleiter. Er hat die Nachfolge von Frau Anastasia Herdt übernommen und auch die Leitung der Gruppe „2. Weg“.

SVK Breitensportplan

SVK Angebote	Breitensport -	Seniorensport -	Behindertensport		
Montag	**Dienstag**	**Mittwoch**	**Donnerstag**	**Freitag**	**Samstag/Sonntag**
08:00 Uhr Gymnastik für Alle Stadionhalle *Dagmar Dautel*	09:00 Uhr Gymnastik 40+ Osthalle klein *Dani Fuchs*	10:00 Uhr "Junge Alte" Osthalle klein *Dani Fuchs*	07:00 Uhr Frühsport FunSportZentrum *Walter Schrenk*		Samstag, 16:30 Uhr Lauftreff Nordic Walking Start am FSZ Ursula Eschmann
	10:00 Uhr Gymnastik für Ältere Osthalle klein *Dani Fuchs*	16:00 Uhr Senioren Gymnastik 60+ Uhlandhalle *Hans Dachtler*			jeden 2. Sonntag des Monats Wandergruppe *Anita Betz*
	15:00 Uhr Gymnastik Spaß Osthalle klein *Ruth Eith*	18:15 Uhr Bauch-Beine-Po Osthalle II *Aram Anim*			
	13:30 Uhr Kegeln K - Kornwestheim *Inge Stöckle*	19:00 Uhr Funktionelle Gymnastik Osthalle klein *Aram Anim*			
18:15 Uhr - 19:45 Uhr Hatha Yoga Gymnasiumhalle klein Silvia Keidel		19:00 Uhr Fitness-Gymnastik Osthalle *Dagmar Dautel*	19:00 Uhr Bauch-Beine-Po Realschulhalle *Mingo Greiner/Christine Anw.*	19:00 Uhr Ehepaar-Gymnastik Osthalle klein *Hans Dachtler*	
19:00 Uhr Funktionelle Gymnastik Osthalle klein *Petra Eppinger*	19:00 Uhr Step-Aerobic Eugen-Bolz-Halle *Tina Neugebauer*	20:00 Uhr Fitness-Gymnastik Osthalle *Dagmar Dautel*	19:45 Uhr Fitness-Gymnastik Realschulhalle *Dagmar Dautel*	19:30 Uhr Konditions-Gymnastik Stadionhalle *Dagmar Dautel*	
	20:00 Uhr Fitness 50+ Eugen-Bolz-Halle *Ruth Eith*	20:00 Uhr Herren 40+ "2. Weg" Osthalle klein *Aram Anim*		19:15 - 21:45 Uhr Sitzball Uhlandhalle *Lothar Fahrbach*	
		19:00 - 20:30 Uhr Schwimmen Alfred-Kercher-Bad *Dieter Walter*			SV Salamander Kornwestheim
		20:15 Uhr Gymnastik für Herren Schillerschulhalle *Reinhold Fischer*			
		In den Schulferein und an unterrichtsfreien Tagen findet kein Sport statt!!!!			

Bei Nutzung der Angebote ist die Vorlage eines gültigen Mitgliedsausweis/Deutscher Sportausweis erforderlich

Stadionhalle, Jägerstr. 90
Gymnasiumhalle - Ernst-Sigle-Gymnasium, Hohenstaufenallee 8
Osthalle, Theodor-Heuss-Str.
Eugen-Bolz-Halle/Eugen-Bolz-Schule, Bolzstr. 96
K- Parkrestaurant, Stuttgarter Str. 65

Schillerschulhalle, Schillerstr. 13
Realschulhalle - Th.-Heuss-Realschule, Th.-Heuss-Str. 34
Uhlandhalle - Uhlandschule, Hohenstaufenallee 6
Alfred-Kercher-Bad, Theodor-Heuss-Str.
FSZ, Bogenstr. 35

Gruppe 2.Weg mit ihrem neuen Übungsleiter

Trainingszeiten im SVK-Breitensport

Bitte beachten:
in den Schulferien und schulfreien Tagen der Stadt Kornwestheim finden grundsätzlich kein Breitensport und keine Reha-Sportkurse statt.

ACSYS LASERTECHNIK

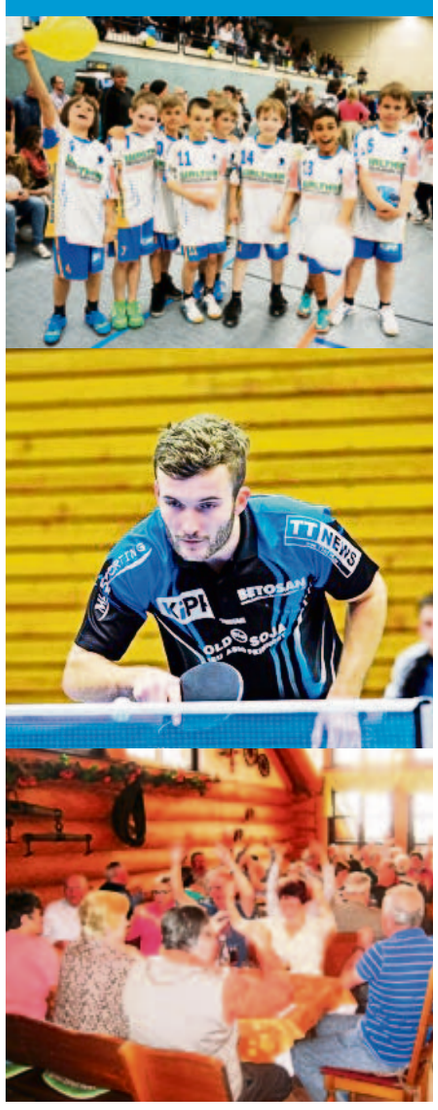
Lasersystemlösungen 2015

Anlagen und Systeme für:

- Laserbeschriftung
- Lasergravur
- Laserschneiden
- Laserschweißen
- Laserdigitalisierung

ACSYS Lasertechnik GmbH · Leibnizstr. 9 · 70806 Kornwestheim
Tel.: 0 7154 808 75 0 · Fax: 0 7154 808 75 19 · info@acsys.de · www.acsys.de

SVK
der Verein für jedes Alter



2. Weg

Herrensportgruppe 2. Weg - hier fühl' ich mich wohl seit über 45 Jahren

Gruppe 2. Weg - Jahreshauptversammlung Dezember 2014

Zum Jahresabschluss 2014 hatten sich die Mitglieder unserer Sportgruppe fast vollständig eingefunden. Nach der Stärkung mit Szegediner Gulasch, hervorragend von Rudolf zubereitet, und einem von Ingo gespendeten Tiramisu ließen wir die Aktivitäten des Jahres nochmals Revue passieren. Höhepunkte waren die Frühjahrstour in die Dolomiten und der Herbstausflug in den Spessart, von dem eine Dia/Filmschau vorgeführt wurde.

Danach wurde aus den zahlreichen Vorschlägen das Programm für das Jahr 2015 diskutiert und beschlossen. Die Frühjahrsreise führt uns dieses Mal in den Spreewald und die Herbstwanderung in das Dahner - Bergland. Verschiedene Tageswanderungen, Besichtigungen, Besen – Besuche und ein Besuch der Freilichtbühne Reutlingen runden die Aktivitäten neben den Sportabenden ab.

Nach fast 7 Jahren hat uns unsere Übungsleiterin Doris im Februar verlassen. Wir dankten ihr für die stets abwechslungsreiche, fantasievolle und auf unsere Möglichkeiten optimal abgestimmte Gymnastik.

Letzter Gymnastikabend in der Stadionhalle mit Verabschiedung unserer Übungsleiterin Doris.

Nun hoffen wir, mit Fertigstellung der beiden Turnhallen (Jahn und Gymnasium) dann wieder auf Übungszeiten für unsere Gruppe ohne Einschränkungen und auch zu einer früheren Zeit.

Näheres über unsere Aktivitäten in Rundschreiben und Bildern siehe unsere SVK Homepageseiten: http://zweiter-weg.sv-kornwestheim.de

Einrad

Kornwestheimer Einradsportler überzeugen bei der Zuffenhäuser Meisterschaft

Zum Abschluss der Einrad-Renn-Saison traten die Kornwestheimer Sportler im Nachbarort bei der Zuffenhäuser Meisterschaft an.

Die Paradediszipline der SVKler, Hoch- und Weitsprung, wurden leider nicht angeboten. Umso beachtlicher ist es, dass trotzdem zahlreiche vordere Plätze erreicht werden konnten.

Einen wahren Medaillenregen musste Jens Feurer über sich ergehen lassen. Trotz ernst zu nehmender Konkurrenz eroberte er sich in allen Disziplinen in denen er antrat eine Medaille. Fünf Mal Gold in der Altersklassenwertung von 100m-, 400m-, 800m-, Einbein-Rennen und IUF-Slalom.
Lediglich bei den Rennen um die Meisterschaft „patzte" er in einer Disziplin und musste sich beim IUF-Slalom mit dem zweiten Platz begnügen, die restlichen vier Disziplinen wurden nochmals „vergoldet".
Patricia Fürst errang in der Altersklassenwertung im Einbein- und beim 100m-Rennen die Goldmedaille und die Silbermedaille beim IUF-Slalom. Beim Finallauf in der Disziplin Einbein konnte sie ihre Leistung nochmals steigern und errang einen hervorragenden zweiten Platz.
Yasemin Tetik startete als jüngste Teilnehmerin im Team und siegte beim IUF-Slalom. Bei Langsam Vorwärts musste sie sich lediglich einer Teilnehmerin geschlagen geben.
Sina Prinz errang im 400m-Rennen die Silbermedaille und im 800m-Rennen die Bronzemedaille.

Valerie Fürst hatte Pech und verletzte sich gleich zu Beginn des Wettkampfes beim Einbein-Rennen. Sie konnte aber immerhin eine Bronzemedaille im 100m-Rennen beim Lauf um die Meisterschaft gewinnen.

Auch bei den Staffelläufen waren die Kornwestheimer ganz vorne mit dabei. Es wurden ein 4 x 100m-Rennen und ein 4 x 400m-Rennen angeboten. Jens konnte zwei weitere Medaillen erobern. Mit einer Zeit von unter einer Minute errang er beim 4 x 100m-Rennen den 1. Platz. Mit einem völlig anderen Staffelteam erkämpfte er sich beim 4 x 400m-Rennen ebenfalls den 1. Platz.
Sina, Yasemin und Chiara holten sich ebenfalls Verstärkung aus einem anderen Team und durften beim 4 x 400m-Rennen eine Bronzemedaille mit nach Hause nehmen. Beim 4 x 100m-Rennen eroberten sie den 4. Platz.
Patricia startete ebenfalls beim 4 x 100m-Rennen und errang hier den 4. Platz.

Die Kornwestheimer Einradsportler konnten in dieser Meisterschaft nochmals ihre Klasse unter Beweis stellen.

Weitere Termine der Einradabteilung in diesem Jahr:

01. Mai	Zebra Cup
05.-07. Juni	Deutsche Meisterschaft in Warendorf
13.-14. Juni	Wettkampf in der Schweiz (Aarau)
21. Juni	Bodenseemeisterschaft
03.-05. Juli	Offene bayrische Meisterschaft (Hofheim)
01.-12. August	Europameisterschaft in Italien (Mondovi)
13./14. September	Schweizer Meisterschaft (Aarau)
19. September	Deutsche Trial Meisterschaft Mühldorf
17./18. Oktober	Württembergische Meisterschaft

Gelungener Start in die Wettkampfsaison 2015 für den SV Kornwestheim

Mit Kampfgeist, Geschick und dem nötigen Quentchen Glück eroberten sich die Einradhockeyspieler des SV Salamander Kornwestheim den Pokal für den dritten Platz der Schwäbischen Hockeymeisterschaft. Die junge Mannschaft unter Trainer Jens Feurer startete zum ersten Mal unter ihrem neuen Namen „Blue Sharks". Sieben Mannschaften traten beim Einradhockeytunier am 28. Februar gegeneinander an. Bei den Spielen gegen „Illermix 1" und „Neukirchen" konnten unsere Sportler nicht punkten. Dass die „Blue Sharks" aber durchaus den nötigen Biss besitzen wurde beim Spiel gegen die „Illerfighter" deutlich. In den letzten vier Sekunden fiel das entscheidende Siegtor und die Haie konnten auf den 3. Platz „vorschwimmen". Torschütze war Lukas Prinz. Doch auch die Kleinste der Truppe, Chiara, war durchaus wichtig für den Erfolg der Mannschaft. Sie konnte mit zwei Treffern zum guten Ergebnis beitragen.

Badminton

Mannschaften

Die **1.Mannschaft** steht nach 8 Begegnungen in der Landesliga Neckar/ Hohenlohe auf einem guten Mittelfeldplatz mit 9:7 Punkten. Diese Saison ist die Landesliga um einiges stärker besetzt, da von der darüberliegenden Verbandsliga 3 Mannschaften abgestiegen sind.
Am letzten Spieltag konnten die Mannschaftsspieler nach der 1:7-Hinrunden-Niederlage gegen die 1. Mannschaft des TSV Bietigheim einen 5:3-Erfolg feiern.
Für die Mannschaft sind folgende Spielerinnen und Spieler im Einsatz: Sandra Köhler und Katja Bodinek bei den Damen; und Björn Dautel, Günter Krauß, Steffen und Michael Gerdung, Tim Opacki und Hoi-Ki Tang bei den Herren.

Bei der **2. Mannschaft** sieht es ähnlich aus, die Kreisliga Ludwigsburg ist wesentlich stärker in dieser gerade laufenden Saison, wie in der vergangenen, bei der beide Mannschaften mit nur einen Punkt Rückstand zum Ersten die vergangene Saison abgeschlossen hatten. Bei der 2. Mannschaft geht es daher dieses Jahr um den Klassenerhalt, man steht momentan auf einem 5. Tabellenplatz mit 7:9 Punkten.
Für die 2. Mannschaft spielen bei den Damen Petra Hanke, Kristin Steinert, Henrike Jedamczik und Claudia Kerkow; bei den Herren Laurent Bihin, Jochen Grandy, Peter Hanke, Florian Gerber(Hinrunde), Friedrich Honz, und in der Rückrunde unsere beiden besten Jugendspieler Nils Pieper und Timo Holten.

Jugend

Nils Pieper beim Aufschlag

Bei den stattfindenden Regionalranglistenturnieren schnupperten wieder einige neue Spieler Turnierluft mit unterschiedlichen Erfolg. Zu den erfahrenen Turnierspielern gehören Timo Holten und Jan Maly sowie Nils Pieper.

Nils Pieper im Turnier

Jan Maly und Timo Holten

Auf der regionalen Ebene konnte sich in der AK U19 Timo Holten immer unter die besten Sechs spielen.

Unser erfolgreichester Spieler ist Nils Pieper in der AK U17, der sowohl auf regionaler und Bezirksebene überzeugte und sich jeweils Plätze unter den besten 3 erspielte. Er konnte sich durch diese Erfolge für die Baden-Württembergrangliste qualifizieren.

Und auch bei seinem ersten Einsatz in der Rückrunde überraschte er im Einzel und holte den Ehrenpunkt für die 2. Mannschaft gegen den Tabellenführer.

Terminvorschau

09. und 10. Mai 2015	**26. Lurchi-Cup** Wertungsturnier des BWBV in 5 Disziplinen, 3 Turnierklassen, von der Kreisklasse bis zur 2. Bundesliga werden wieder 150 bis 200 Spieler am Start sein. Austragungsort: Halle 1+2 im BSZ Römerhügel
04. bis 07. Juni 2015	**28. Freizeit im Kornwestheimer Haus in Vorderburg** Organisiert in alt bewährter Form von Renate und Kurt Wagner, für Aktive und Ehemalige mit Anhang

Bei uns sind Badmintoninteressierte jeden Alters willkommen. Wir bieten Dir die Möglichkeit Badminton als Hobby zu betreiben, auf Turniere zu fahren und, bei entsprechender Leistung, auch in einer unserer Mannschaften zu spielen.
Schau doch an einem unserer Trainingsabende vorbei und lerne uns kennen. Jeder ist herzlich willkommen.

Mannschaftstraining Aktive:
Dienstag und Donnerstag 19.30 Uhr - 22.00 Uhr
Sporthalle Berufsschulzentrum Römerhügel

Training Schüler und Jugend:
Donnerstag 17.45 Uhr - 19.00 Uhr
Sporthalle Theodor-Heuss-Real-Schule

Vereinsmeisterschaften 2014

Im Herbst fand die Vereinsmeisterschaft mit anschließendem Grillfest statt. Bei den Damen waren die beiden ersten Damen verhindert, dadurch siegte Petra Hanke vor Kristin Steinert und Henrike Jedamczik.

Bei den Herren erkämpfte sich in einem spannenden Finale Björn Dautel den Titel des Vereinsmeisters. Er setzte sich im Entscheidungssatz gegen Michael Gerdung mit 21:17 durch.

Danach kam die Stärkung beim gemütlichen Grillfest vor der Sporthalle bei schönstem Wetter gerade recht.

Björn Dautel, Vereinsmeister 2014

Baden-Württembergische Altersklassemeisterschaften 2015

Anfang Februar fanden in Sindelfingen wieder die AK-Meisterschaften statt. Unter den 110 Teilnehmern waren für den SVK am Start Klaus Weiler, Peter und Petra Hanke sowie Friedrich Honz.
Im Einzel konnte der 76-jährige Klaus Weiler in seiner AK O70 eindrucksvoll überzeugen, im Finale musste er sich doch dem 5 Jahre jüngeren Klaus Heitzmann vom MTV Stuttgart in 2 Sätzen geschlagen geben und wurde dadurch Vizemeister.
Im Doppel fiel kurzfristig sein Partner für die AK O70 aus und so sprang er kurz entschlossen noch bei 20 Jahre jüngeren ein, da auch hier ein Partner ausfiel. Man kann nur sagen, dass zwar kein Sieg errungen wurde, dafür aber einige tolle Ballwechsel. Es machte allen Beteiligten riesen Spaß.
Peter Hanke und Friedrich Honz erreichten einen 5. Platz in der AK O55.
Bei den Damen erreichte in der AK O50 Petra Hanke mit ihrer Partnerin Margrete Ullmann vom TSV Löchgau einen dritten Platz. Bei diesen Meisterschaften konnte Petra Hanke (seit 1985 auch als Schiedsrichterin tätig) ihren Schiedsrichternachweis erfolgreich bestehen.

AK-Meisterschaften, Klaus Weiler

BERATUNG · PLANUNG · AUSFÜHRUNG · SERVICE

Gebäudetechnik

- Elektroinstallation
- Speicherheizungen
- Sprechanlagen
- Rollladen-/Markisensteuerungen
- Telefonanlagen
- EDV-Netzwerke
- EIB – Gebäudesystemtechnik

Automatisierungstechnik

- Konzepterstellung
- Projektierung
- Eplan-Konstruktion
- Schaltschrankbau
- Softwareprogrammierung
- Sondermaschinenbau
- Umbau – Erweiterung

IHR ZUVERLÄSSIGER PARTNER VON ANTENNENANLAGE BIS ZÄHLERSCHRANK

WOLFGANG METZGER ELEKTROTECHNIK

Danziger Straße 2 · 71691 Freiberg
Telefon (0 71 41) 6 48 75-0 · Telefax (0 71 41) 6 48 75-20

Filiale Salamander-Areal
Stammheimer Straße 10 · 70806 Kornwestheim
Telefon (0 71 54) 8 08 39 69

www.metzgergmbh.de

Fußball

Nach vollendeter Winterpause schauen wir auf eine erfolgreiche Hinrunde unserer Fußballmannschaften zurück.

Besonders herausragend sind hier die Ergebnisse unserer aktiven Teams.

Unsere **1. Herrenmannschaft** hat sich grandios in die Landesligastaffel eingelebt – sie steht mit nunmehr 24 Punkten auf einem tollen 7. Platz. Mit nur einer Heimniederlage gehört die Mannschaft zu den heimstärksten Teams der Liga.
Mit demselben Engagement in der Rückrunde wird man den Klassenerhalt locker schaffen – ich bin sogar davon überzeugt, dass man die Saison auf einem der ersten 5 Plätze abschließen wird.

Die **2. Mannschaft** steht mit nur einem Punkt weniger auf dem Konto auf dem 8. Platz in der Kreisliga A. Hier wird es die Aufgabe sein, aus der Mannschaft noch einiges an schlummerndem Potenzial herauszukitzeln, so dass man die Saison ebenfalls auf einem der vorderen 6 Plätze beenden wird.
Unsere **3. aktive Herrenmannschaft** steht auf einem tollen Relegationsplatz in der Kreisliga C. Wie die Jahre zuvor auch schon, dominiert sie die Liga und ich wünsche mir, dass man dieses Jahr den Aufstieg in die Kreisliga B schaffen wird.

Bei unserer **Damenmannschaft** wünsche ich dem neuen Trainer Benny Scherl alles Gute. Ich bin davon überzeugt, dass er mit seiner Erfahrung und diesem starken Kader am Ende der Saison mit dem Abstieg nichts mehr zu tun haben wird.

Mit **22 Jugendmannschaften**, aufgeteilt in Jungs und Mädchen, ist die Abteilung grandios aufgestellt.

Ein großes Lob geht an die Mannschaft der C-Jugend, die den Aufstieg in die Landesstaffel geschafft hat, an die A-Jugend, die derzeit einen tollen 4. Platz belegt, an die B-Jugend, die aktuell auf dem 2. Tabellenplatz steht und alle Chancen zum Aufstieg hat sowie die Mannschaften der E-Jugend, D-Jugend männlich und weiblich – alle haben sich für die nächst höhere Ebene qualifiziert. Dabei waren die Mädchen ungeschlagen und haben dazu noch den Sparkassen Junior Cup gewonnen.

Zum Schluss gilt mein Lob allen Trainern und Trainerinnen, ohne die so tolle Ergebnisse überhaupt nicht möglich wären.

Da dies meine letzte Saison als Abteilungsvorstand ist, möchte ich mich vor allem bei meinem ganzen Abteilungsgremium bedanken. Alle Vorstandssitzungen waren trotz gelegentlicher Kontroverse immer fair und konstruktiv. Besser kann man sich in der Abteilung kaum aufstellen.

Ein ganz großes Lob geht auch an das Präsidium um Gerhard Bahmann, das immer ein offenes Ohr für die Fußballabteilung hatte und mich so gut es ging unterstützt hat. Auch da ist der Verein absolut hervorragend besetzt.

Voller Stolz blicke ich auf die letzten zwei Jahre zurück. Was wir in dieser Zeit alles erreichen konnten ist grandios: Aufstieg in die Landesliga, Aufstieg in die Leistungsstaffel, zweimaliger Gewinn des Anerkennungspreises, Gewinn des Erdinger Cups – verbunden mit einem einwöchigen Trainingslager in Valencia, Teilnahme an der Sportlerehrung …
dies sind nur einige der erreichten Highlights der letzten beiden Jahre.

Abschließend möchte ich meinem Nachfolger alles Gute und genauso viele Erfolge wünschen. Ich werde ihm jederzeit helfend zur Seite stehen.

Vielen Dank für Ihr jahrelanges Vertrauen
Ihr R. Raimondo

2. Mannschaft

Die 2. Mannschaft steht mit 23 Punkten auf dem 8. Platz in der Kreisliga A. Hier wird es die Aufgabe sein, aus der Mannschaft noch einiges an schlummerndem Potenzial herauszukitzeln, so dass man die Saison auf einem der vorderen 6 Plätze beenden wird. Der Schwerpunkt der Vorbereitung wird in der Defensive liegen, so dass wir in der Rückrunde weniger Gegentore bekommen werden.

Mein größtes Ziel als Trainer ist es, ein oder zwei Spieler so weit zu entwickeln, dass sie in der nächsten Spielzeit den Sprung in die Landesligamannschaft schaffen.
Die Mannschaft ist sehr homogen und lernfreudig. Toll ist es, dass man seit einigen Jahren mit einem stabilen Kader zusammenarbeiten kann, so dass man mit ein-zwei Verstärkungen und mit dem Einsatz von ein-zwei rekonvaleszenten Spielern in ein-zwei Jahren ruhig mal in die oberen Regionen „spickeln" darf - wenn nicht sogar den Aufstieg in die Bezirksliga anpeilen kann.

In der Rückrunde wird es meine Aufgabe als Trainer sein, die langzeitverletzten Spieler der ersten Mannschaft wieder so fit zu machen und ihnen so viel Spielpraxis zu vermitteln, dass sie in der Landesliga dann wieder Top-Leistungen erzielen können.
Wir stecken gerade mitten in der Vorbereitung und ich glaube alle sind froh, wenn die gewiss harte Rückrunde mit dem Spiel gegen den Spitzenreiter Affalterbach wieder beginnt.

Mit sportlichen Grüßen
Ihr R. Raimondo

Einmalig und intensiv in Spanien

Mitte Februar absolvierte das Landesliga-Team des SVK ein professionelles Trainingslager in der Nähe Valencias, das es sich selbst beim Sieg des ‚ERDINGER-Cup der Meister' im Sommer erspielte.

Im Sommer 2014 schafften es die SVK-Fußballer, auf ihre überragende Saison in der Bezirksliga und den langersehnten Aufstieg noch den i-Punkt zu setzen. In zwei Einladungsturnieren für frischgebackene Meister wurden etliche andere Spitzenreiter - dabei etliche höherklassige Titelträger - beiseite geräumt und der inoffizielle Titel des baden-württembergischen ‚Meister der Meister' errungen. Und dafür lobte Wettbewerbs-Sponsor, die Brauerei Erdinger, ein einwöchiges Trainingslager für den ganzen Kader unter absoluten Profibedingungen aus. Der Weg des blau-gelben Trosses führte nach Benicássim in der Nähe von Valencia in ein Fußballcamp, bei dem es an nichts fehlte. Fußball-Cheftrainer Markus Fendyk bilanzierte den Aufenthalt nach der Rückkehr aus seinen Gesichtspunkten: „Dieses Trainingslager in Spanien war für uns alle natürlich eine einmalige Sache, die wir zielgerichtet für die Vorbereitung auf die schwierige Landesliga-Rückrunde angegangen sind. Das ganze Paket war einfach top organisiert. Und so konnten wir uns bei allerbesten Bedingungen voll und ganz auf das Sportliche konzentrieren, was aber nicht heißt, dass alles abseits des Platzes zu kurz kam. Sowohl das internationale Testspiel gegen CD Castellón B als auch der Besuch des Europa League Spiels in Villareal waren neben den Trainingseinheiten echte Highlights und Erfahrungen, die – wie das ganze Trainingslager – uns noch lange begleiten werden."

Uli Weber, Abteilungsleiter Fußball Aktive, bestätigte: „Der ganze SV Salamander Kornwestheim ist sehr stolz, so beeindruckend und authentisch seine Farben in Benicássim präsentieren zu dürfen und sieht sich auch aufgrund dieser Woche für die Herausforderungen einer schweren Landesliga-Rückrunde gut aufgestellt."

GRUB FRANK BAHMANN SCHICKHARDT ENGLERT

Rechtsanwaltspartnerschaft

Fragen zum Recht?
Wir sind für Sie da!

Rechtsanwälte
Götz Grub
Dr. Wolfgang Frank
Gerhard Bahmann
Prof. Christoph Schickhardt
Georg Englert
Dr. Peter Grosse
Jürgen Gabriel
Dr. Siegfried Breitling
Prof. Dr. Ralf Kitzberger
Dr. Joachim Rain
Dr. Holger Thomma
Dr. Jochen Beckert
Katja Dietrich
Leonie Frank
Matthias Waibl

Solitudestraße 20 · 71638 Ludwigsburg
Telefon: +49 (0) 7141 9630-0 (Zentrale) · Telefax: +49 (0) 7141 963045
www.reno-lb.de · info@reno-lb.de

Shotokan-Karate

Große Freude über erfolgreiche DAN-Prüfungen der Trainer der Karateabteilung

Die Mitgliedschaft im Deutschen Karate Verband zahlt sich aus. Es bot sich die Gelegenheit, die eigenen Fähigkeiten noch einmal unter Beweis zu stellen.

Als Trainer ist man hauptsächlich damit beschäftigt, die Kenntnisse an Schüler weiterzugeben. Doch sollte man nicht ab und zu auch an sich selbst arbeiten?
Also beschlossen wir, die Trainer, an einem ganzjährigen DAN-Lehrgang teilzunehmen.

Im Karate unterscheidet man zwischen Kyu (Schüler-) und DAN (Meistergrade), besser bekannt sind die Gürtelfarben. So zeigen die Farben den Fortschritt eines Schülers an.
Der Anfänger beginnt mit weiß und erarbeitet sich nach und nach gelb, orange, grün, blau, braun. Dies wird durch Prüfungen bestätigt und im Ausweis eingetragen. Besonders für unsere Kinder und Jugendlichen ist das „die" Motivation, an sich zu arbeiten.

Hat man diesen Weg durchlaufen, stellt sich die Herausforderung, die DAN Prüfung abzulegen. Damit erwirbt man nicht nur offiziell die Befähigung, andere zu unterrichten, sondern ist auch angehalten Vorbild zu sein.

DAN Prüfung

Auch hier gibt es Steigerungen 2., 3. DAN u.s.w. Wobei bei höheren DAN-Graden der praktische Prüfungsanteil schwindet und der persönliche Verdienst um die Sportart „Karate" mehr in den Vordergrund rückt.

Also packten wir's an! Unter der Leitung von Roman Kalbacher, 5. DAN, und Dr. Dietmar Wagner, Stilrichtungsreferent Shotokan, 5. DAN, trainierten wir in Stuttgart und Ravensburg in speziellen Lehrgängen für DAN-Prüfungsanwärter. Jedoch musste auch die Zeit dazwischen genutzt werden. So bot sich während der Sommerferien die Möglichkeit, in Stuttgart-Gablenberg am Sommertraining teilzunehmen. Unter kompetenter Anleitung durften wir dort auch das wöchentliche Training zur DAN-Vorbereitung bis zur Prüfung weiter nutzen, an der eigenen Technik zu feilen, Kondition aufzubauen und Kata zu perfektionieren.

DAN Prüfung

Dann kam der Tag der Prüfung im November. Hatten sich all diese Anstrengungen gelohnt?
Prüfungsstress und Nervosität machten sich breit. Dann, unter den strengen Augen der Prüfungskommission, wurden nun Kihon (Einzeltechniken), Kumite (Partnerkampf) und Kata (Scheinkampf gegen mehrerer Gegner) geprüft. Einige der Aspiranten hatten die Prüfung nicht bestanden. Erleichterung stellte sich jedoch ein, als wir (Werner und Dave) zum Prüfungskomitee gerufen wurden und endlich unsere Urkunden zum 2.DAN entgegennehmen durften. Auch Udo tauschte seinen Braungurt nun mit dem Schwarzen, Zeichen für den 1. DAN, dem Meistergrad.

Damit kann sich nun die Karate-Abteilung mit 3 Schwarzgurt-Trainern kompetent der Arbeit in der eigenen Abteilung widmen und die nächsten Schritte einleiten.
Ein Kinderlehrgang in Esslingen steht an, über den wir in der nächsten Ausgabe berichten werden.

Dieter Dambaur (Dave)

Karate hat Sie schon immer mal interessiert? Sie wissen aber nicht, ob das was für Sie wäre?
Das können Sie mit unserem Eignungstest ganz leicht feststellen!

1. ☐ A: Sie haben montags abends Zeit
   ☐ B: Das Fernsehprogramm ist montags abends immer super
2. ☐ A: Sie machen gerne Sport mit netten Menschen in einer Gruppe
   ☐ B: Sie sind eher der Typ „Einsamer Wolf"
3. ☐ A: Sie haben Freude daran etwas Neues auszuprobieren
   ☐ B: Sie bleiben lieber „bei den alten Leisten"
4. ☐ A: Sie schätzen ein abwechslungsreiches Training mit funktioneller Gymnastik, Basketball und traditionellem Shōtōkan-Karate
   ☐ B: Sie engagieren lieber einen Personal-Trainer
5. ☐ A: Ihr Selbstbewusstsein und Ihre Selbstbehauptung dürfte noch aufgebaut werden
   ☐ B: Sie sind der/die Größte
6. ☐ A: Sie können sich vorstellen, dass es auch noch Karatekas Ü30, 40 oder 50 gibt
   ☐ B: Sie denken, das ist nur was für durchtrainierte junge Sportler
7. ☐ A: Bei Ihrer Körperbeherrschung, Beweglichkeit, Konzentrationsfähigkeit, Reaktionsschnelligkeit, Koordination etc. besteht noch Optimierungsbedarf
   ☐ B: Sie beherrschen das alles perfekt
8. ☐ A: Sie möchten sich im Ernstfall verteidigen können
   ☐ B: Sie haben immer Ihren Bodyguard dabei
9. ☐ A: Sie möchten im Training von Ihrem Berufsalltag komplett abschalten können
   ☐ B: Sie sind so wichtig, dass Sie auch im Sport ständig erreichbar sein müssen
10. ☐ A: Sie möchten sich ab und zu voll auspowern
    ☐ B: Sie machen lieber Extreme-Couchsurfing
11. ☐ A: Sie suchen nicht schnelle Erfolge, sondern möchten sich mit uns auf den Weg des Karate begeben, um Körper, Geist und Charakter im Einklang miteinander weiterzuentwickeln
    ☐ B: Sie sind nicht der Typ um an einer Sache dran zu bleiben
12. Sie wollten schon immer kämpfen wie Bruce Lee, dann schauen Sie sich lieber einen Film an

Auswertung:
1 - 5 x Antwort A: Schauen Sie sich das weitere Sportangebot des SVK an.
6 - 8 x Antwort A: Das Probetraining wartet auf Sie!
8 - 11 x Antwort A: **Sie sind der/die Richtige für Karate!**

Trainingsangebote Abteilung Karate

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

Kinder I:
ab 7 Jahre donnerstags 18.00.-19.00 Uhr, Bolzschule Turnhalle unten

Kinder-II:
ab 10 Jahre donnerstags 19.00.-20.00 Uhr, Bolzschule Turnhalle unten

Jugendtraining:
ab 14 Jahre montags 19.30-21.00 Uhr, Jahnhalle
donnerstags 19.00.-20.00 Uhr, Bolzschule Turnhalle unten

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

Erwachsene:
von 18 – 88 Jahre montags 19.30-21.30 Uhr, Jahnhalle

Infos und Anmeldung bei:
Ute Dillerup, 07141/43230, info@sv-kornwestheim.de

oder einfach zum Probetraining vorbeikommen – wir freuen uns auf Euch!

Über 70.000 Menschen
im Landkreis sind schon Mitglied.

Schwieberdinger Straße 25
71636 Ludwigsburg
Servicetelefon 07141-1310: 8-18 Uhr
www.volksbank-ludwigsburg.de

Volksbank
Ludwigsburg eG
Hier sind Sie zu Hause. Wir auch.

SVK im Internet

In der heutigen Zeit nutzen fast 80% der Deutschen das Internet. Wir sind schon lange im Internet aktiv und versuchen, Sie mit Infos zu versorgen!

In einem News-Blog können Sie die jüngsten Sporterfolge verschiedenster Abteilungen nachlesen, kommentieren und auch bewerten! Die benutzerfreundliche Struktur erlaubt es Ihnen, Inhalte schnell zu finden und, falls nötig, diese auch herunterzuladen. Außerdem sind wir auch in den sozialen Netzwerken „Facebook“ und Google Plus“ aktiv und zeigen Ihnen immer wieder Einblicke in die vielfältige Welt des SVKs!

Schauen Sie unbedingt auf unserer Internetseite vorbei. Möglichweise findet sich der ein oder andere auf Bildern oder in Berichten wieder!

www.sv-kornwestheim.de

Neuer Twingo mit fünf Türen und Heckmotor

Anzeige

Mit der dritten Modellgeneration des Twingo interpretiert Renault die Idee des City-Cars völlig neu. Die Neuauflage des populären Kleinwagens unterscheidet sich durch das Heckmotorkonzept und die erstmals fünftürige Karosseriearchitektur grundlegend von ihren Vorgängern. Dennoch verkörpert der Newcomer mit seiner ausgeprägten Agilität, seinem variablen Raumkonzept und dem markanten Design klassische Twingo Tugenden. Drei sparsame und schadstoffarme Antriebsvarianten sorgen außerdem für eine vorbildliche Effizienz. Der Dreizylinder ENERGY SCe 70 begnügt sich im kombinierten Verbrauch mit lediglich 4,2 Liter Superbenzin pro 100 Kilometer (95 g CO_2/km).

Das Heckmotorkonzept ermöglicht es dem neuen Twingo, seine Vorteile in der City noch konsequenter auszuspielen als bisher, da es einen extrem kleinen Wendekreis erlaubt. Mit 8,6 Metern liegt dieser rund einen Meter unter dem Wert der Konkurrenzmodelle und trägt maßgeblich zur Agilität in der Stadt bei.

Großer Innenraum, hohe Variabilität
Angesichts des weltweiten Trends zum Leben in Großstädten mit begrenztem Verkehrsraum hat Renault auch das Maßkonzept des Twingo neu definiert. Mit 3,59 Metern Gesamtlänge ist der Twingo zehn Zentimeter kürzer als das Vorgängermodell, bietet aber unverändert vier vollwertige Sitzplätze. Gleichzeitig wächst der Radstand um 13 Zentimeter auf 2,49 Meter. Die Renault Designer erreichten diesen Topwert, indem sie die Räder weit außen in die Fahrzeugecken rückten.

Weil auch der Vorbau kürzer wurde – ebenfalls ein Vorteil der Heckmotorbauweise –, konnten die Entwickler einen großzügig bemessenen Innenraum realisieren. Zwischen Instrumententräger und Kofferraumklappe stehen insgesamt 33 Zentimeter mehr Platz zur Verfügung als im Vorgänger. Die Kniefreiheit hinten beträgt 13,6 Zentimeter. Dies ist Klassenbestwert.

Bis zu 980 Liter Ladevolumen
Wie bei den vorangegangenen Twingo Generationen verbindet Renault das große Platzangebot mit hoher Variabilität. Das Kofferraumvolumen beträgt 219 Liter nach VDA-Norm. Wird die Rückbank umgeklappt, steht ein ebener Ladeboden mit 1,34 Meter Länge zur Verfügung. Die Ladekapazität steigt auf 980 Liter. Zusätzlich ist die Beifahrersitzlehne ab Werk umklappbar, sodass sich Gegenstände bis zu 2,31 Meter Länge transportieren lassen.

Weiterer Vorteil des neuen Twingo Konzepts: Der Renault Kleinwagen ist ausschließlich mit fünf Türen verfügbar. Dies erleichtert den Ein- und Ausstieg für alle Passagiere.

Unverwechselbarer Auftritt
Mit einer individuellen Variante des Renault Markengesichts gibt sich der neue Twingo auf den ersten Blick als Mitglied der Renault Modellfamilie zu erkennen. Gleichzeitig greift der Twingo Designelemente von zwei seiner Vorgänger auf. Große Scheinwerfer und Blinker im Stil von Augenbrauen sorgen zusammen mit dem großen Kühllufteinlass für eine sympathische Frontpartie, die an das lächelnde Gesicht des Ur-Twingo und des Renault 5 erinnert. Kreisrunde LED-Tagfahrlichter mit jeweils vier Leuchtpunkten zitieren das Vorgängermodell.
Weitere Stilmerkmale sind kraftvoll gezeichnete Schultern und Radhäuser sowie verborgene Türgriffe hinten. Hinzu kommen Rückleuchten, die mit der schwarz getönten Kofferraumklappe optisch zu einer Einheit verschmelzen.
Ganz in der Twingo Modelltradition ist die neue Generation außerdem mit dem großen, bis weit in den Fond reichenden Faltschiebedach lieferbar (Option für Dynamique und Luxe).

Zeitgemäße Konnektivität
Auch in Sachen Konnektivität setzt der neue Twingo Zeichen. Das Renault Modell ist das einzige City-Car auf dem Markt, bei dem die Kunden die Wahl zwischen zwei Multimediasystemen haben. Es erfüllt damit die Ansprüche jüngerer Kunden nach ständiger Konnektivität. Dank der Infotainment-App R & GO® lässt sich ein Smartphone via Bluetooth® bequem mit Autoradio und Fahrzeug koppeln. R & GO® erweitert die Radio-Funktionen um Zusatzfunktionen wie Navigation, Multimedia und Fahrzeuginformationen, die komfortabel über das Smartphone steuerbar sind (Serie für Dynamique und Luxe).

Außerdem ist für den Twingo die jüngste Generation des integrierten Multimediasystems Renault R-Link mit Online-Anbindung verfügbar. Merkmale des R-Link Evolution sind die Zoom- und Blätterfunktion auf dem Display sowie das Digitalradio (Option für Luxe).

Wer den Twingo selbst erleben möchten, kann gerne einen Termin zu einer Probefahrt mit Herrn Bauer Tel. 07141 – 47 44 19 oder unter andreas.bauer@auto-haass.de im Autohaus Haass in Ludwigsburg vereinbaren.

Serienmäßig mit 5 Türen • Nur 8,6 m Wendekreis • Multimediasysteme R & Go und R-Link**

Renault Twingo SCe 70 eco²: Gesamtverbrauch (l/100 km): innerorts: 5,6; außerorts: 3,9; kombiniert: 4,5; CO_2-Emissionen kombiniert: 105 g/km. Renault Twingo: Gesamtverbrauch (l/100 km): kombiniert: 4,5 – 4,2; CO_2-Emissionen kombiniert: 105 – 95 g/km (Werte nach Messverfahren VO [EG] 715/2007).

Besuchen Sie uns im Autohaus. Wir freuen uns auf Sie.

HAASS
Auto Haass GmbH
Schwieberdinger Str. 125 • 71636 Ludwigsburg
Tel.: 07141-47440 • **www.auto-haass.de**

RENAULT

*Unser Angebotspreis für einen Renault Twingo Expression SCe 70 eco². **Optional oder serienmäßig, je nach Ausstattungsniveau. Abbildung zeigt Renault Twingo Luxe mit Sonderausstattung.

SVK der Verein für JEDEN

Städtische Wohnbau Kornwestheim

Mietwohnungen
Eigentumswohnungen
Baugrundstücke
Gewerbliche Immobilien

Wohnen in Kornwestheim:

- ca. 31.000 Einwohner
- Kindergärten mit flexiblen Öffnungszeiten
- alle Schultypen
- vielfältiges Kultur- und Sportangebot für Alt und Jung
- Golfplatz
- Segelflugplatz
- S-Bahn-Anschluss

STÄDTISCHE WOHNBAU KORNWESTHEIM GMBH

Städtische Wohnbau Kornwestheim GmbH
Jakob-Sigle-Platz 1 | 70806 Kornwestheim | Tel. 07154 202-7300
www.staedtische-wohnbau-kornwestheim-gmbh.de

3. Liga Männer 1 - Fulminanter Start in die Rückrunde

Foto Ralf Porkert

Trainer Hans Christensen stellt die Mannschaft taktisch neu ein

Die Männer 1 haben einen fulminanten Start in der Rückrunde hingelegt. Bei Redaktionsschluss standen fünf Siege, ein Unentschieden und eine Niederlage zu Buche. Dabei feierte das Team von Trainergespann Hans Christensen und Frieder Hansen nicht nur wichtige doppelte Punktgewinne gegen die direkte Konkurrenz, wie der Bundesligareserve aus Balingen, sowie dem TuS Fürstenfeldbruck, sondern überzeugte auch gegen den TV Großsachen, die SG Kronau-Östringen und die SG Köndringen/Teningen.
Lediglich in Pforzheim gab man einen Punkt ab und gegen den TV Hochdorf gab es nichts zu holen.
Das Erfolgsrezept der Mannschaft ist simpel: auf jeden Fall mehr Tore werfen als die anderen Teams. Denn sieht man auf die Abwehrleistung in dieser Saison, wird man feststellen, dass kein anderes Team so viele Tore bekommen hat. Allerdings verfügt der SVK über den zweitbesten Angriff in der Liga und zündet öfters ein Torefeuerwerk wie am 21.2.2015 in Balingen beim 37:35 ab.
Doch das alleine genügt nicht. Stolz sind die Trainer Christensen/Hansen vor allem auch auf die Moral und die Geschlossenheit des Teams. Denn in den meisten Spielen sah sich das Team unter anderem auch einem Rückstand hinterherlaufen. Mit einer unglaublichen Moral und taktischen Finessen der Trainer kämpfte sich die Mannschaft jedes Mal zurück und entschied das Spiel deshalb auch verdient für sich.
Die Personalplanung des Teams für die neue Saison war bei Redaktionsschluss noch nicht abgeschlossen, allerdings konnten viele wichtige Personalien bereits geklärt werden:
Trainer Hans Christensen, der sich bestens in Kornwestheim eingelebt hat, hat für die nächsten zwei Jahre verlängert. Der sympathische Däne überzeugt die Verantwortlichen nicht nur beim Training des Teams, sondern vor allem auch beim Coaching. An seiner Seite wird als Co-Trainer weiterhin Frieder Hansen agieren, der zusätzlich der Handballabteilung in seiner wichtigen Funktion als Leistungskoordinator erhalten bleibt. „Der Übergang der Jugendspieler in den aktiven Bereich hat in diesem Jahr hervorragend funktioniert. Sowohl im Training als auch bei Spielen der Männer 1, Männer 2 und Männer 3 schnupperten alle A-Jugendlichen bereits Aktivenluft“, so Abteilungsleiterin Daniela Assmann. „So wird auch weiterhin unsere Philosophie „klein anfangen… GROSS RAUSKOMMEN“ unserer Jugendarbeit sichergestellt und fortgesetzt.“
Mit dem Trainergespann Christensen/Hansen werden in der nächsten Saison Kevin Wolf, Chistopher Tinti, Denis Gabriel, Hans Jungwirth, Marco Kolotuschkin, Fabian Kugel und Marc Pflugfelder für den SV Salamander Kornwestheim auflaufen. Das erfolgreiche Torwartduo-Mix aus dem

Foto Ralf Porkert

Das Team feiert mit 500 begeisterten Zuschauern den Sieg gegen Köndringen

erfahrenen Tobias Tauterat und dem Nachwuchstalent Felix Beutel wird den einen oder anderen Ball, der durch die Abwehr schlüpft, entschärfen. Torhüter Pascal Welz, der für den verletzten Tobias Tauterat kam hat, wie zu Saisonbeginn vereinbart, Ende Januar den SVK wieder verlassen. Er hat hervorragende Spiele bei uns gezeigt und er ist eine Persönlichkeit. Ein Wermutstropfen ist allerdings zu vermelden. Leider wird Christian Wahl, der sich hervorragend in die Mannschaft integriert hatte, nach dieser Saison auf eigenen Wunsch den SVK verlassen. Die Entscheidung ist Christian Wahl nicht leicht gefallen, doch das Angebot aus der 2. Bundesliga vom TV Neuhausen war sportlich zu verlockend. „Für uns ist das ein Verlust, aber die Tür bleibt für Chrissi beim SVK auf jeden Fall offen“, ist sich das Teammanagement Daniela Assmann und Miriam Bahmann einig. Auf Rechtsaußen haben wir noch ein Luxusproblem zu lösen und bei Tim Schopf wird die berufliche Entscheidung für eine Fortsetzung des Vertrages den Ausschlag geben.

Das Ziel für die Rückrunde ist klar definiert: Möglichst schnell nichts mehr mit dem Abstieg zu tun zu haben. Dafür wird das Team von Christensen/Hansen alles geben, unter anderem auch bei den attraktiven Derbys in der Rückrunde in der Sporthalle Ost:

11.04.2015, 20.00 Uhr
SVK – SG H2 KU Herrenberg
02.05.2015, 20.00 Uhr
SVK – TSB Heilbronn-Horkheim

Seien Sie dabei und unterstützen Sie unser Team!

Nach dem Aufstieg - Lenz-Team unter den Topmannschaften in der Landesliga

Foto Horst Dömötör

Spielmacher Marco Dömötör für jede Abwehr eine Gefahr

Die bisherige Saison der 2. Männermannschaft kann als durchweg positiv bezeichnet werden. Nach dem Aufstieg in die Landesliga war es das oberste Ziel die Klasse zu halten und dabei den Verbleib so früh wie möglich sicherzustellen. Die Kontrahenten in der Klasse verfügen über teilweise viel mehr Erfahrung und in ihren Reihen befinden sich nicht selten Spieler, die schon in höheren Klassen bis hin zur Bundesliga aktiv waren.

Die ersten Saisonspiele machten bereits deutlich, dass es in der Landesliga wesentlich schwieriger für das junge Team werden würde. Doch nach einem mittelmäßigen Start gelang es der Mannschaft überraschend schnell Fuß zu fassen. Zwischen November und Februar gelang eine Serie von neun Siegen in elf Spielen. Dadurch verdiente sich die Mannschaft nicht nur den Respekt der anderen Mannschaften, sondern etablierte sich auch überraschend im vorderen Drittel der Tabelle. In den letzten zwei Monaten der Saison folgen noch einige schwere Auswärtsspiele.
Somit wird sich zeigen, ob die Mannschaft die bislang erfolgreiche Saison auch am Ende im vorderen Drittel abschließen kann und sich für die gezeigten Leistungen und den Trainingsaufwand belohnt.

Parallel zu den Erfolgen in der Liga gelang es dem Team um Trainer Markus Lenz das Final Four des Bezirkspokals im Mai zu erreichen. Mit Unterstützung durch Spieler der A-Jugend und der dritten Mannschaft konnten auch hier bislang alle Spiele gewonnen werden.

Generell muss man der jungen Mannschaft ein Kompliment aussprechen. Trotz einiger, teilweiser schweren Verletzungen konnte sich die Mannschaft stets behaupten und trat selbstbewusst und zielstrebig auf. Dabei ist sowohl die gute Stimmung innerhalb der Mannschaft, als auch die inzwischen relativ hohe taktische Disziplin positiv zu erwähnen.

Besonders erfreulich ist die Tatsache, dass es nicht nur gelungen ist, Spieler aus der A-Jugend erfolgreich zu integrieren, sondern dass für die neue Runde alle Spieler ihren Verbleib zugesichert haben. Somit kann die zielgerichtete Entwicklung der jungen Mannschaft auch in der kommenden Saison fortgesetzt werden.

Ein Dank geht an die vielen treuen Zuschauer der Mannschaft, die uns auch immer wieder zu den Auswärtsspielen begleiten, die Jungs anfeuern und stets die Daumen drücken.

Die Frauen mit neuen Trainern und neuen Sponsoren

Für die Rückrunde übergibt Dennis Bullinger den Trainerstab an Zoran Stavreski
Vor knapp zwei Jahren hatte Dennis Bullinger in einer schwierigen Situation die Mannschaft übernommen und ein starkes Team aufgebaut. Von der Bezirksklasse hat Bullinger den Aufstieg in die Bezirksliga geschafft und im Folgejahr den Klassenverbleib gemeistert. Der aktive Spieler der 2. Herrenmannschaft übergibt für die Rückrunde den Trainerstab an Zoran Stavreski und wird sich intensiver seiner eigenen Aktivlaufbahn widmen. Die Abteilungsleitung bedankt sich bei Dennis Bullinger für sein hervorragendes Engagement für den Frauenbereich. „Ihm haben wir es zu verdanken, dass es im Frauenbereich vorangegangen ist. Es hätte genauso gut das Gegenteil eintreten können“, sind sich die Abteilungsleiterinnen Assmann/Bahmann bewusst.
Der Start in die Rückrunde ist dem Trainer Zoran Stavreski mit seinem neuen Team geglückt. Der 36-Jährige ist seit über 18 Jahren im Trainergeschäft und stand zuletzt beim Herrenteam des TSV Weissach unter Vertrag. Beim TV Aldingen und TSV Asperg sammelte er Erfahrung

Susi Seifert und Daniela Bahmann

im Frauenbereich. Für Stavreski ist es eine interessante Aufgabe. „Es gelte, das Potential der Mannschaft auszuschöpfen und attraktiven und erfolgreichen Handball zu spielen.“ Interessant für den Trainer sind die vielen Talente aus dem Jugendbereich. Die A-Juniorinnen werden mit dem Doppelspielrecht fließend ins Team eingebaut werden. An der Seite von Stavreski wird zukünftig auch ein erfahrener Torwarttrainer stehen. Christian Rumsauer, selbst früherer hochklassig spielender Torhüter, wird dafür sorgen, dass die Gegentreffer minimiert werden.
Für die Rückrunde ist das Ziel, den Klassenerhalt zu schaffen und der Start der Mannschaft kann sich sehen lassen: Mit 3 Siegen und einer Niederlage steht die Mannschaft nun im Mittelfeld der Tabelle. Für nächstes Jahr ist das Ziel bereits definiert: Der Aufstieg in die Landesliga.
Doch nicht nur neue Trainer, auch neue Sponsoren unterstützen die Frauen in Form von neuen Trikots, aber auch durch Präsenz bei den Spielen. Die SVK Damen bedanken sich bei: Spanndecken Hammer Ludwigsburg, BeckerPics® Fotografie, der Rechtsanwaltpartnerschaft Grub Frank Bahmann Schickhardt Englert, Miroslav Krsic von der Deutschen Vermögensberatung und Fabian König Fotografie. Wenn auch Sie Teil dieses Teams werden möchten und die Frauen auf ihrem Weg in die Landesliga unterstützen wollen, dann melden Sie sich gerne bei der Abteilungsleitung Handball.

Hinten v.l.n.r.: Susi Seifert, Melanie Pfahl, Samira Kurz, Genni D'Errico, Bernadett Brecska, Eva Bäuerle, Rebecca Hald. Vorne v.l.n.r.: Daniela Bahmann, Lisa Bauer, Iris Tröscher, Carolin Friedrich. Es fehlen: Trainer Zoran Stavreski, Torwarttrainer Christian Rumsauer, Lara Reichert, Larissa Garau, Carina Thiel, Lena Lindenberger, Katja Wiesebrock, Melanie Stark, Ann-Katrin Schmid und Kim Callan.

Handball

Rekordbesuch beim Minispieltag – unterstützt von der Ravensburger Kinderwelt und dem Förderverein

Mit 120 Minis und 300 Zuschauern fand am 18.01.2015 der zweite Minispieltag in der Sporthalle Ost statt. In Kooperation mit der Ravensburger Kinderwelt stand ein buntes Programm von außergewöhnlichen Spielen und Handball auf dem Programm.

Die 10 Mannschaften aus Korntal, Aldingen, Pflugfelden, Schwieberdingen, Markgröningen, Ditzingen, Asperg und den weiblichen und männlichen Minis des SVK durften wie ihre großen Vorbilder in die Halle einlaufen und den mitgereisten Anhängern zuwinken, ehe gemeinsam mit dem Bezirksvorsitzenden Hanspeter Kurz das altbekannte Minilied angestimmt wurde.

Das erste Highlight des Spieltages war das gemeinsame Aufwärmen mit der weiblichen D-Jugend, die wieder einmal eine hervorragende Choreographie zu „Ein Hoch auf uns" zusammengestellt hatte. Hierbei kamen nicht nur die SpielerInnen sondern auch die Trainer ins Schwitzen.

Bei den Spielen „Ball ins Tor" und „Eimerball" konnten sich die Kinder in zwei Fünfergruppen sportlich beweisen – hierbei steht wie immer der Spaß im Vordergrund, Ergebnisse sind zweitrangig. Sicher ist aber, dass der eine oder andere persönliche Erfolg gefeiert werden konnte.

Im Koordinationsparcours warteten weitere spannende Spiele auf die Kleinsten. Beim Staffellauf konnten sich die Kinder beim Riesen-Memory von Ravensburger messen und beim „Make and Break" stapelten die Minis in Windeseile nach Plan die Kunststoffstäbe in einer vorgegebenen Reihenfolge aufeinander.
Ja – die Socken, passen zusammen!
Der Turm hält!

Eine weitere Station, die gewertet wurde, war die bei den Minis allseits beliebte Verkleidungsstaffel. Die Aufgabe der Kinder war es dem Trainer Kleidungsstücke durch einen Parcours zu bringen. Der dann winterlich eingepackte Trainer durfte dann unter erschwerten Bedingungen (Skibrille und Schneehandschuhe) sich ein Paket von der Wand herunterschneiden und mit Messer und Gabel auspacken. Für diejenige Mannschaft, die es am schnellsten schaffte, die Schokolade auszupacken, winkte als Belohnung einmal mit der ersten Kornwestheimer Herrenmannschaft einzulaufen. Dieses Mal waren die Mädchen des SV Kornwestheim am schnellsten und wie es sich für einen guten Gastgeber gehört, wurde ihr Preis an den Zweitplatzierten abgetreten: den TSV Asperg.

Den Hauptpreis des Spieltages, einmal freien Eintritt für die ganze Mannschaft in der Ravensburger Kinderwelt, konnte man bei der Schätzfrage gewinnen. Hierbei sollten die Kinder schätzen, wie viele Büroklammern sich in einem Glas befinden. Am nächsten dran war der TSV Schwieberdingen, der sich jetzt über einen Tag in der Ravensburger Kinderwelt freuen kann.

Am Ende des Spieltages durfte natürlich die obligatorische Siegerehrung nicht fehlen. Hier konnte jedes Kind die langersehnte Medaille sowie Sachpreise, gespendet von der Ravensburger Kinderwelt, entgegen nehmen. Nach einem gemeinsamen Gruppenfoto gingen alle Kinder glücklich, zufrieden und mit einem Lächeln im Gesicht wieder nach Hause – wieder ist ein erfolgreicher Minispieltag zu Ende gegangen.

Die SVK-Minis hatten viel Spaß am Spieltag und die Medaillen erhalten sicherlich einen Ehrenplatz

Auch für Entspannung in den Pausen war gesorgt: Die Ravensburger Kinderwelt hatte leihweise Kindertische und Spiele zur Verfügung gestellt, die die Kinder mit ihren Eltern intensiv nutzten.

Ein großer und herzlicher Dank gilt allen Eltern, die bei Auf- und Abbau und bei der Bewirtung geholfen haben, der weiblichen B-Jugend, die die Spiele souverän als Schiedsrichterinnen leitete oder am Schiedsgericht saß, den Mädchen der weiblichen E- und D-Jugend für die Unterstützung bei den Stationen des Koordinationsparcours sowie speziell der weiblichen D-Jugend für das tolle Aufwärmprogramm.

Ein großes Dankeschön ebenfalls an den Förderverein Handballjugend für die Unterstützung bei der Siegerehrung in Form von Medaillen sowie der Ravensburger Kinderwelt für die hervorragende Kooperation in Form von Bereitstellung von Sachpreisen und Spielen für einen reibungslosen Ablauf des Spieltages.

Die männliche D-Jugend macht Tripsdrill unsicher

Sonst sieht man die männliche D1-Jugend in der Osthalle springen, auf Einladung des Handballverbandes Württemberg haben sie im vergangenen Herbst Tripsdrill unsicher gemacht.

Als amtierender Bezirksmeister der Sommerrunde hatten sich das Team von Rafet Oral und Reimund Jäger die Freikarten erspielt.
Bei strahlendem Sonnenschein ließen die Jungs in Begleitung einiger Eltern und Geschwisterkinder keine Attraktion aus: ob Karacho, Mammutbahn, Badewanne oder Raupe, es konnte nicht schnell und wild genug gehen. Trainer, Betreuerin und Eltern waren währenddessen damit beschäftigt, Adrenalin-gepushte Kinder, Rucksäcke und Jacken beisammen zu halten. Gemeinsam mit mehreren Hundert anderen Handballkindern aus anderen Bezirken nutzten die SVKler den Tag von der Parköffnung bis zur Schließung. Am Ende des Tages lautete die Frage unisono: „Was müssen wir gewinnen, um nochmal nach Tripsdrill zu dürfen?".

Tischtennis

Die Tischtennisjugend ging mit 5 Jungenteams in die Saison 2014/15.

Die erste Jungenmannschaft U18 I startete erneut in der Bezirksliga. Neu dabei ist Dean Steinle, der bisher eine Freigabe für die Herren hatte. Zur Winterpause wechselte Can Lebe vom TV Markgröningen nach Kwh. Das Ziel Meisterschaft ist in greifbarer Nähe. So belegt das Team aktuell Platz 1 mit 24:0 Punkten. Es spielen Dean Steinle, Nils Lehmann, Can Lebe und Felix Schötz

Die Bezirksklasse Ost wird von drei Teams dominiert, dazu gehört die Jungen U18 II. Im Kampf um den Aufstieg in die Bezirksliga treten Georg Papadakis, Rafael Albert, Nico Diesch und Johannes Dieterle an. Als Dritter der Tabelle gibt man noch den Gastgeber für die TSG Steinheim II und TSV Kleinsachsenheim, die aktuell auf den Aufstiegsplätzen stehen.

Eine Klasse tiefer tritt die Jungen U18 III in der Kreisliga Süd an. Leider haben sich drei Kinder kurz vor Saisonbeginn vom Tischtennissport zurückgezogen, so dass nur noch Yannick Haag als Stammspieler fungiert. Als Ersatz treten die Spieler der Jungen IV und V an. Trotz dieser schwierigen Ausgangslage mischt dieses Team ebenfalls um den Aufstieg und die Meisterschaft mit.

Der letztjährige Meister – die Jungen U18 IV – treten in der Kreisklasse A Süd an. In dieser Saison belegt man einen gesicherten Mittelfeldplatz. Es spielen Stathi Ignatakis, Mike Büttner, Lukas Burkert und Marcel Böttcher.

Neu gemeldet sind die Jungen 5, die als gemischte Mannschaft an den Start gehen. Ihr gehören Lukas Ladenburger, Mirko Kohnen, Andrea Divkovic und Fabian Lerchner an. Der aktuelle Mittelfeldplatz wird wohl auch zum Saisonende Bestand haben.

Pokalsaison 2014/15:
Jungen 1 aktuell im Viertelfinale mit besten Chancen aufs Final-Four. Gegner ist der TSV Großglattbach.

Jungen 4 aktuell im Viertelfinale. Spielen noch gegen KSV Hoheneck.

Jungen 5 sind nach einem 4:1 über TSG Steinheim IV im Final-Four

Vereinsmeister der Jugend 2014 in der A-Konkurrenz sind:
1. Nils Lehmann
2. Georg Papadakis
3. Felix Schötz

Vereinsmeister der Jugend 2014 in der B-Konkurrenz sind:
1. Stathi Ignatakis
2. Marcel Böttcher
3. Andrea Divkovic

Doppel:
1. Nils Lehmann/Nico Diesch
2. Yannick Haag/Michal Szymczyk
3. Johannes Dieterle/Fabian Lerchner und Felix Schötz/Mike Büttner

Herren 1 - Oberliga Baden-Württemberg

Die Spieler der 1. Herrenmannschaft, die durch drei Neuzugänge sich nochmals verstärken konnten, spielen auch in der Oberliga eine gewichtige Rolle. Momentan steht das Team um Kapitän Roman Domagala an der Tabellenspitze. Mit den Spielern Zolt Sel, David Steinle, Andreas Escher, Roman Domagala, Bernd Bischoff und Peter Toth geht es in die entscheidende Phase um die Meisterschaft bzw. um den Relegationsplatz. Im Spitzenspiel empfängt der SVK am 14. März 2015 den Verfolger SC Staig. Man hofft in den Reihen des SVK auf den Heimvorteil und eine große Zuschauerkulisse. Die Chancen stehen gut, denn die beiden Verfolger TTC Wöschbach und SC Staig treffen auch noch aufeinander.

Foto: www.mateja-fotografie.de

Domagala-Bischoff

Foto: www.mateja-fotografie.de

David Steinle in voller Aktion

Foto: www.mateja-fotografie.de

Zolt Sel-Nr.1 des SVK 1

Ehrung – TT-Verband Württemberg-Hohenzollern
Für die Erringung des Deutschen Meistertitels im Seniorendoppel S70 erhielt Ulrich Dochtermann am 06.11.2014 die Goldene Leistungsnadel des TTVWH. Die Auszeichnung wurde vom Geschäftsführer Thomas Walter vorgenommen.

Herren 3 - Bezirksliga
Die 3. Mannschaft hat sich bereits vor Ende der Saison den 2. Tabellenplatz gesichert und kann den Relegationsspielen beruhigt entgegensehen. Mit einem klaren 9:1-Sieg in Ditzingen haben die Mannen um Steffen Schurr ihre Überlegenheit unter Beweis gestellt. Im noch anstehenden Spitzenspiel der Bezirksliga gegen den ungeschlagenen Tabellenführer TSV Schwieberdingen will die Mannschaft versuchen, den Gästen eine Niederlage beizubringen. Das Topspiel findet ebenfalls am 14.03.2015, allerdings bereits um 15.00 Uhr, in der Sporthalle der Realschule statt.

Herren 4 – Kreisliga
Nach dem 9:4-Auswärtssieg gegen den Tabellendritten KSG Gerlingen 2 haben die Mannen um die beiden Oldies Dochtermann und Turzo den 1. Tabellenplatz gefestigt. Obwohl das Team des Öfteren mit Ersatzleuten antreten musste, verlief die Saison trotz allem recht positiv. Die Entscheidung über die Meisterschaft fällt am letzten Spieltag im Heimspiel gegen den Tabellenzweiten, das Team des TTC Bietigheim-Bissingen 6. Beide Mannschaften trennen einen Punkt.

Herren 5 – Kreisklasse A
Nach der Niederlage beim Tabellenführer TSV Korntal 3 ist die Saison für den SVK 5 bereits gelaufen. Die Mannschaft, die mit wechselndem Erfolg die Saison bestritt, wird wohl am Ende der Saison auf dem 4. Tabellenplatz landen. Folgende Spieler kamen zum Einsatz: Nils Lehmann, Marcus Busch, Michael Kohlenbecker, Helmar Pauthlitz, Sebastian Bauer, Philipp Döllgast, Heinz Kipp.

Herren 6 – Kreisklasse B
Die Niederlage beim Lokalrivalen SV Pattonville hat richtig wehgetan. Im Heimspiel in der Vorrunde konnte man noch klar gewinnen, diesmal kassierte man eine empfindliche 4:9 Niederlage. Damit dürfte die Truppe um Ibo Soyal im Rennen um die Meisterschaft ausgeschieden sein.

Pokalwettbewerb 2014/2015
Folgende Mannschaften des SVK sind noch im Pokalwettbewerb-Viertelfinale:
SVK – Damen gegen Pleidelsheim 2
SVK 1 gegen TTC Bietigheim-Bissingen 3
SVK 3 gegen TSF Ditzingen 1
SVK 5 gegen SpVgg Mönsheim 2
Die Pokalfinalspiele (Final Four finden am 25.04.2015 in Mönsheim statt.

TT-Saison 2014/2015 geht in die entscheidende Phase

Mehrere Mannschaften haben Chancen auf die Meisterschaft

Die SVK-TT-Abteilung, die mit 7 Herrenmannschaften in der Punktrunde vertreten ist, kann wieder auf einige Titel hoffen. Das neu formierte Damenteam schlägt sich diese Saison recht beachtlich.
Die Mannschaften, die bereits die 2. Saison in der Sporthalle der Realschule spielen und trainieren, fühlen sich dort sehr wohl. Einziges Handicap ist die Lagerung der vielen TT-Tische, die leider aufgrund fehlenden Platzes in den Geräteräumen, im Vorraum der Halle abgestellt werden müssen.
Die Abteilung, die ca. 200 Mitglieder zählt, ist im Laufe der letzten Jahre zu einer erfreulichen Einheit zusammengewachsen. Die vielen Neuzugänge, die den Weg zum SVK gefunden haben, haben sich recht schnell ins Vereinsleben integriert. So hofft man bei den Verantwortlichen, dass dieser Zustand recht lange anhält.

Foto: www.mateja-fotografie.de

Herren 2 – Landesliga
Als Spitzenreiter der Landesliga Gr. 1 gehen die Spieler Kevin Beckmann, Felix Ackermann, Sascha Weber, Marcel Weber, Benjamin Essig und Tim Gänger mit drei Punkten Vorsprung in die restlichen Partien. Durch den 9:6 Sieg gegen den Tabellenzweiten Onolzheim wurde der Grundstein für eine erfolgreiche Saison gelegt. Im Spitzenduell am 14.03.2015, daheim gegen den SC Buchenbach, kann die Zweite die Meisterschaft schon frühzeitig perfekt machen. Dies würde den Aufstieg in die Verbandsklasse bedeuten.

Foto: www.mateja-fotografie.de

Sascha Weber-Kevin Beckmann

Aktuelle Trainingszeiten

Jugend (Anfänger)	Dienstag	16:30 – 18:00 Uhr Sporthalle Theodor-Heuss-Realschule
	Freitag	16:30 – 18:00 Uhr Sporthalle Theodor-Heuss-Realschule
Jugend (Alle)	Montag	18:00 – 20:00 Uhr Sporthalle Theodor-Heuss-Realschule
	Dienstag	18:00 – 20:00 Uhr Sporthalle Theodor-Heuss-Realschule
	Freitag	18:00 – 20:00 Uhr Sporthalle Theodor-Heuss-Realschule
Damen + Herren	Montag	20:00 – 21:45 Uhr Sporthalle Theodor-Heuss-Realschule
	Dienstag	20:00 – 21:45 Uhr Sporthalle Theodor-Heuss-Realschule
	Donnerstag	20:45 – 21:45 Uhr Sporthalle Theodor-Heuss-Realschule
	Freitag	20:00 – 21:45 Uhr Sporthalle Theodor-Heuss-Realschule

Nicht weniger als noch drei weitere Mannschaften kämpfen um Platz 2, der zum Aufstieg in die Kreisklasse A berechtigt.

Herren 7 – Kreisklasse D
Die Mannschaft um Mannschaftsführer Ralf Burkert bestreitet die Spielsaison mit wechselndem Erfolg und steht zur Zeit auf dem 7. Tabellenplatz.In den noch ausstehenden Spielen kann man sich noch verbessern. Mehr als ein Mittelplatz ist aber nicht mehr möglich.

Damen – Bezirksklasse
Die SVK-Damen, momentan auf Platz 2 der Tabelle stehend, haben gute Aussichten, den 2. Platz zu festigen. Dabei stehen sie vor der nicht leichten Aufgabe gegen den direkten Konkurrenten, die Damen der TTV Marbach-Rielingshausen, im noch anstehenden Heimspiel alles klar zu machen. Das würde dann den Aufstieg in die Damen-Bezirksliga bedeuten. Dies wäre natürlich ein nie erwarteter Erfolg, der unseren Damen zu gönnen wäre.

Foto: www.mateja-fotografie.de

Tischtennis

Foto: www.mateja-fotografie.de

Senioren-Doppel Kipp-Schulz

Foto: www.mateja-fotografie.de

Ulrich Dochtermann

Foto: www.mateja-fotografie.de

SVK-Senioren 60 bei den BW-MM in Weinheim

NEU

weitere Infos unter **www.reha-aktiv.org** und **www.sportschule-via-nova.de**

GEHIRNFITNESS

Gleichzeitiges Training von Körper und Geist

Jürgen Klopp (Trainer BVB) über Gehirnfitness:

„Eines der spannendsten Dinge, die ich in den letzten Jahren in meinem Job entdeckt habe!"

Schnupperangebot: 2 Stunden für 17,- €

Gehirnfitness-Training ist ein Bewegungskonzept zur Steigerung der mentalen und körperlichen Leistungsfähigkeit durch Gehirnaktivierung für Kinder und Jugendliche, Erwachsene und Senioren sowie für Sportler

Anmeldung:
REHA AKTIV
Jagststr. 13
70806 Kornwestheim
Tel. 0 71 54 – 80 78 40

REHA AKTIV

Ein gemeinsames Projekt der Sportschule VIA NOVA, der Gemeinschaftspraxis REHA AKTIV und dem SV Kornwestheim

Senioren 60 – Bezirksliga
Die Senioren haben bereits die Meisterschaft in der Bezirksliga errungen. Mit 16:0 Punkten und 48:3 Spielen haben die Oldies ihre dominierende Rolle wiederum bewiesen.
Folgende Spieler waren beteiligt: Uli Dochtermann, Chin-Hoc Vuong, Laslo Turzo, Klaus Schulz und Heinz Kipp.

Die nächsten Aufgaben bzw. Termine der Senioren sind:
01.–03.05.2015 Deutsche Einzelmeisterschaften in Bielefeld

16./17.05.2015 Württ. Mannschaftsmeisterschaften in Nattheim

06./07.06.2015 Baden-Württ. Mannschaftsmeisterschaften in Südbaden

20./21.06.2015 Deutsche Mannschaftsmeisterschaften in Kevelar/NRW

53. Württ. Einzelmeisterschaften 2015 – Senioren

Ulrich Dochtermann	Württ. Meister S70 – Herrendoppel und Mixed
Laslo Turzo	Württ. Meister S65 – Herrendoppel
Roman Domagala	Württ. Meister S50 – Einzel und Herrendoppel

Ehrung d.DM-Senioren 2015 in Neuwirtshaus am 06.11.2014

Foto: www.mateja-fotografie.de

9 Teilnehmer-Trainingslager Senta

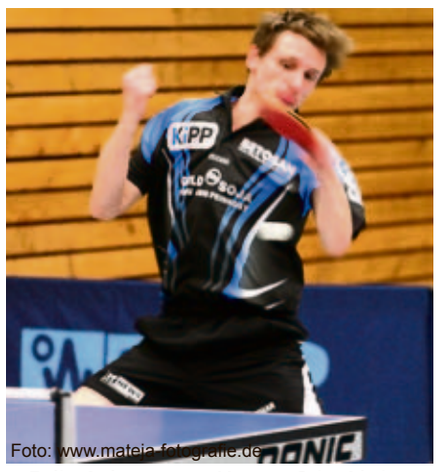


Foto: www.mateja-fotografie.de

Felix Ackermann, Herren 2 in Aktion

Foto: www.mateja-fotografie.de

Tim Gänger-Nr.6- Herren 2.

Werner Sälzer

Steuerberater und vereidigter Buchprüfer

Seit 20 Jahren Partner des
SV Salamander Kornwestheim e.V.

auch Ihr Partner in Sachen:

- Finanz- und Lohnbuchhaltung, einschl. digitalem Belegwesen
- betriebliche und private Steuererklärungen
- Nachfolgeregelungen einschl. Schenkung- und Erbschaftsteuererklärungen

www.werner-saelzer-steuerberatung.de

Werner Sälzer
Steuerberater und vereidigter Buchprüfer

Bahnhofstraße 3 – 5
70806 Kornwestheim

Fon 0 71 54 / 81 67 30
Fax 0 71 54 / 81 67 330
wsaelzer@steuerberatung-saelzer.de

Leichtathletik

24 mal Edelmetall, gute Platzierungen und hoffnungsvolle Entwicklungen

Eine Kurzbilanz der Hallensaison

Eine wiederum sehr erfolgreiche Hallensaison geht für die Leichtathlet/innen des LAZ Salamander Kornwestheim-Ludwigsburg zu Ende. Die regionalen, landes- und bundesweiten Meisterschaften und Wettkämpfe führten die Startenden und ihre Trainer/innen u.a. nach Sindelfingen und Ulm, Karlsruhe, Frankfurt, Neubrandenburg. Und von dort kehren sie mit Edelmetall - insgesamt 24-mal -, guten weiteren Platzierungen, neuen Bestleistungen oder neuen Erfahrungen zurück. 11 Titel, 7 Vizetitel und sechs Bronzeplätze gingen an die Startenden – im Staffelverbund sowie für die Einzelnen, in den Laufdisziplinen sowie in technischen Disziplinen. Der Kader war gut und breit aufgestellt, was sich nicht zuletzt auch in den weiteren Top-Platzierungen ablesen lässt.

Doch Medaillen, Platzierungen und Wettkämpfe alleine beschreiben die Arbeit der Leichtathletikabteilung nicht. Da steckt mehr dahinter, auf das wir stolz sind. Den Alltag bestimmt die Arbeit mit den Kindern, Schülerinnen und Schülern, den Jugendlichen und den Aktiven. Dazu bedarf es unserer Trainer/innen und auch der aktiven Eltern. Danke an alle, die im Sinne des Vereins und der Mitglieder anpacken!

„Wir sind mit der Hallensaison zufrieden, auch wenn nicht alles so verlief, wie man sich das gewünscht hat", so Abteilungsleiter Marc Julian Bonnet. „Bei mancher, bei manchem hätten wir natürlich auch mit dem Titel anstelle der Platzierung gerechnet, und auch die Nerven sind teilweise noch nicht so gestärkt, wenn ich an Wettkampfausfälle aufgrund von Fehlstarts oder ungültigen Versuchen denke. Aber wir arbeiten weiterhin aktiv und ehrgeizig an unseren Zielen, ohne den Spaß und die Persönlichkeit des Athleten aus den Augen zu verlieren. Und allgemein freuen wir uns alle auf den Beginn der Freiluftsaison."

32. Hallensportfest der LG Eintracht Frankfurt Kalbach

Überzeugend starteten die Athletinnen und Athleten des LAZ Salamander Kornwestheim-Ludwigsburg Anfang Januar ins Wettkampfjahr 2015. Mehrere persönliche Bestleistungen und Top-Platzierungen standen am Ende des 32. Hallensportfest der LG Eintracht Frankfurt, das wiederum ein beeindruckendes Starterfeld präsentierte.

Sehr gute Platzierungen resultierten aus dem 60 Meter Hürden-Lauf. Trotz verhaltenem Start schaffte Nicole Sandrieser 9,09 Sekunden und kam damit mit einem guten Zehntel Rückstand auf die Siegerin Jasmin Zart (ABC Ludwigshafen) auf den dritten Platz. Svenja Daubner erkämpfe sich in 9,29 Sekunden Rang 5.

Über 60 Meter erreichte Julia Simon mit 8,02 Sekunden den fünften Platz und verbesserte ihre persönliche Bestleistung um 2 Hundertstelsekunden. Nicole Sandrieser kam mit 8,25 Sekunden auf Rang 14. Sie nutzte den Start, um gleich zwei Mal ihre persönliche Bestleistung zu verbessern. Zunächst um 8 Hundertstel im Vorlauf und dann nochmal um weitere 5 Hundertstel im weiteren Lauf. Svenja Daubner rundete das Teilnehmerinnenfeld ab und sprintete auf 8,47 Sekunden. Über die 200 Meter belegten die LAZ-Athletinnen Julia Simon (27,80 Sekunden) und Nicole Sandrieser (28,01 Sekunden) jeweils auf den Innenbahnen laufend die Ränge 13 und 16.

Im Weitsprung kamen die LAZ-Frauen Daubner, Sandrieser und Simon auf die Plätze 8 (5,35 Meter), 11 (5,14 Meter) und 14 (5,05 Meter). Svenja Daubner setzte gleich zwei Versuche auf 5,35 Meter und zeigte sich in allen Sprüngen sehr souverän.

Bei den Männern qualifizierte sich Benjamin Kuhn im zweiten von sieben Vorläufen über die 60 Meter mit 7.39 Sekunden für die Finalläufe, trat dort jedoch aufgrund einer Verletzung nicht mehr an. Georgios Nikokiris benötigte für diese Distanz 7,76 Sekunden, über 200 Meter kam er auf 25,54 Sekunden und stellte damit seine persönliche Hallenbestleistung ein.

Starke LAZ-Starterinnen beim Stadtwerke Sindelfingen Hallenmeeting

Gleiche Zeit, gleicher Ort: Wieder leuchtete für Lisa Nippgen zum Ende des 60-Meter-Finales die Eins auf, und wieder benötigte sie für die Distanz 7,76 Sekunden. Alles wie im vergangenen Jahr beim Stadtwerke Sindelfingen-Meeting im Glaspalast. Doch was in diesem Jahr neu hinzukam: Auch über 200 Meter sicherte sich die LAZ-Athletin in 25,46 Sekunden den Sieg. Mit Helena McLeod konnte gerade noch eine Sprinterin mit 25,62 Sekunden die 26-Sekunden-Marke unterbieten. Erfreulich aus Sicht des LAZ Salamander Kornwestheim-Ludwigsburg war zudem der siebte Platz von Lena Loureiro, die ebenfalls den Sprung ins A-Finale über die 60 Meter schaffte.

Lena Loureiro und Lisa Nippgen

Hervorragende Leistungen zeigten die LAZ-Frauen auch über die 60 Meter: Miriam Hehl wurde nach längerer Verletzungspause mit 7,87 Sekunden im B-Finale Fünfte, Kathrin Frick landete mit 7,89 Sekunden knapp dahinter Im C-Finale wusste Julia Simon mit 7,97 Sekunden, die den ersten Platz und eine neue persönliche Bestzeit bedeuteten, zu überzeugen. Und ein weiteres Ausrufezeichen setzte Miriam Hehl über die 200 Meter. In 25,45 Sekunden kam sie auf den fünften Platz.

Mit starken 9,12 Sekunden belegte Lena Jünk einen hervorragenden dritten Platz über die 60 Meter Hürden. Bei einem weiteren Start erzielte die LAZ-Athletin zusätzlich eine gute Platzierung: Im Weitsprung kam sie mit 5,17 Metern auf den siebten Platz. Im Weitsprung-Finale der Frauen unterstrich Svenja Daubner mit 5,31 Meter wiederum ihre momentan gute Verfassung in dieser Disziplin und kam mit diesem Satz auf Rang 5. Drei Plätze dahinter landete Nicole Sandrieser, die ihren weitesten Sprung auf ebenfalls sehr gute 5,25 Meter setzte. Aus LAZ-Sicht war vor allem das 60-Meter-Hürden-Finale gut besetzt: Gleich drei Athletinnen erarbeiteten sich den Sprung in den entscheidenden Lauf. Jana Koegel schaffte es nach 8,97 Sekunden im Vorlauf mit 9,06 Sekunden auf den sechsten Platz, Nicole Sandrieser, die im Vorlauf auf 8,99 Sekunden und damit auf eine neue persönliche Hallenbestleistung kam, mit 9,15 Sekunden auf Rang sieben. Svenja Daubner musste leider verletzt aufgeben.

Ins U20 A-Finale schaffte es Israel Ereme. Mit 7,16 Sekunden gelang ihm der Sprung auf den sechsten Platz, Vereinskollege Peter Emmerich kam im B-Finale mit 7,42 Sekunden auf Rang fünf. Ewald Grünwald errang über die 60 Meter Hürden in 9,09 Sekunden den vierten Rang. Sowohl Ewald Grünwald als auch Peter Emmerich starteten noch über 200 Meter und konnten sich in der Ergebnisliste auf den Plätzen 11 (23,48 Sekunden) und 12 (23,86 Sekunden) eintragen.

Ehrung der Leichtathleten des SV Salamander Kornwestheim

Svenja Daubner, Annika Volquardsen, Lena Jünk, Peter Esenwein, Michelle Förstel, Steffen Hein, Robin Jaberg und Benjamin Kuhn (von links nach rechts).

Aus Sicht der Leichtathletikabteilung des SV Salamander Kornwestheim konnte das Sportjahr 2014 als überaus positiv bewertet werden. Im Stabhochsprungwettbewerb der U23-Athleten holte Marian Reichert den Deutschen Meistertitel, Leo Lohre wurde in derselben Disziplin baden-württembergischen Hallenmeister, ebenso das 4 x 200 Meter-U20-Staffelquartett. Den baden-württembergischen Titel über 400 Meter Hürden erkämpfte sich Florian Fröhlich, Annika Volquardsen setzte sich im Speerwurf an die Spitze des baden-württembergischen Felds. Das U16-Staffelteam der Mädchen holt Gold bei den Württembergischen Hallenmeisterschaften. Und auch in der Mannschaftswertung konnten Erfolge erzielt werden: Sowohl das weibliche als auch das männliche U20-Team des LAZ Salamander Kornwestheim-Ludwigsburg erreichte beim Württembergischen Team-Endkampf den zweiten Rang.

Dementsprechend verteilten sich dann auch die Ehrungen der Athletinnen und Athleten für das Jahr 2014.

In der Altersklasse U16 wurden Michelle Förstel (u.a. württembergische Vize-Meisterin im Mehrkampf) und Robin Jaberg (starke Platzierungen bei den württembergischen Meisterschaften) für ihre Topleistungen ausgezeichnet.

In der Altersklasse U20 wurden Annika Volquardsen, Lena Jünk, Benjamin Kuhn und Steffen Hein geehrt. Lena Jünk überzeugte 2014 sowohl im Mehrkampf als auch in diversen Einzeldisziplinen, in denen sie ihre Bestleistungen in die Höhe schrauben konnte. Steffen Hein zeigte sich ebenfalls stark in den Sprung- und Laufdisziplinen, und Benjamin Kuhn sicherte sich nicht nur den Vizetitel bei den baden-württembergischen Mehrkampfmeisterschaften, sondern konnte sich mit der erzielten Punktezahl auch noch für die deutschen Mehrkampfmeisterschaften qualifizieren.

Bei den Aktiven gingen die beiden Ehrungen an Svenja Daubner für ihre guten Leistungen u.a. über die 100 Meter Hürden sowie den Stabhochsprungmeister Marian Reichert.

Robin Jaberg wird Württembergischer Meister über 300 Meter

Parallel zu den Baden-Württembergischen Meisterschaften der U18 fanden die Württembergischen Hallenmeisterschaften U16 im Sindelfinger Glaspalast statt. Erfreulich aus Sicht des LAZ Salamander Kornwestheim-Ludwigsburg war der Meistertitel für Robin Jaberg. Über 300 Meter der Jugend M15 distanzierte er das Teilnehmerfeld in 38,92 Sekunden klar und deutlich. Mehr als zwei Sekunden Vorsprung konnte er vor dem Zweitplazierten Furkan Bostancioglu vom TV Oberhaugstett herausarbeiten. Ebenfalls erfreulich war das Abschneiden von Sidney Castillo über die 800 Meter. Mit 2:11, 36 Minuten belegte er den vierten Rang,

Robin Jaberg - Bild: privat

David Nopper wird Deutscher Hochschulmeister im Hochsprung.

Für die Universität Stuttgart startend sicherte sich David Nopper Anfang Februar mit übersprungenen 2,15 Metern den Titel des Deutschen Hochschulmeisters und schraubte mit diesem Sprung zudem seine persönliche Bestleistung in der Halle in die Höhe. Freuen konnte sich außerdem auch Jana Koegel, die für die Karlshochschule IU an den Start ging Im Vorlauf über die 60m Hürden verbesserte sie ihre Bestleistung um ein Zehntel auf 8,87 Sekunden und erreichte sosomit den Endlauf. In diesem landete sich auf Platz 5.

Gleich fünf Titel für das LAZ bei den Baden-Württembergischen Hallenmeisterschaften Jugend U18 in Sindelfingen

Drei Titel beim ersten Meisterschaftsstart für das LAZ Salamander Kornwestheim-Ludwigsburg: Dies gelangt Elisa Lechleitner bei den Baden Württembergischen Hallenmeisterschaften in Sindelfingen über die 60 Meter (7,84 Sekunden) sowie über die 60 Meter Hürden (8,74 Sekunden). Zu Beginn der neuen Saison kam die junge Athletin von der LG Staufen zum LAZ. Gemeinsam mit ihren neuen Vereinskolleginnen sicherte sie sich auch in der 4 x 200 Meter-Staffel den Meistertitel (1:46,65 Minuten). In der Besetzung Elisa Lechleitner, Naemi Benzinger, Michelle Förstel und Katharina Vohrer erkämpfte sich das LAZ-Quartett mit mehr als drei Zehntel Sekunden Vorsprung auf die Staffel der LG Staufen I den Meistertitel.

Auch Naemi Benzinger kehrte mit zwei Titeln aus Sindelfingen zurück.

Neben der Staffel sicherte sie sich im letzten Versuch mit einem Sprung über 5,55 Meter den obersten Platz auf dem Podest. Der fünfte Meistertitel für das LAZ ging an Leonie Hunker. Sie sorgte im Kugelstoß für die größte Weite, und mit den erzielten 14,31 Meters war sie zugleich die einzige 14-Meter-Stoßerin im Feld.

Erfolgreich gestaltete sich zudem für Michelle Förstel der Wettkampfsonntag. Neben den Staffelerfolg stellte sie die Vizemeisterschaft im Hochsprung. Mit 1,64 Metern blieb sie lediglich drei Zentimeter hinter der Siegerin Isabelle Sturm von der LG Kurpfalz. Mit Lydia Krautt schaffte es eine zweite LAZ-Athletin ins 60-Meter-Hürden-Finale. Sie belegte dort in 9,29 Sekunden den fünften Platz. Über 800 Meter kam Linnéa Voige auf den 11. Platz (2:35,47 Minuten)

Auch die männlichen LAZ-Kollegen erzielten gute Platzierungen im Glaspalast: Die 4 x 200 Meter-Staffel eroberte sich mit Platz drei einen Podestplatz. Joshua Martey, Pascal Beierle, Steffen Hein und Felix Hurst mussten mit ihrer Zeit von 1:35,98 Minuten lediglich der LG Offenburg und der LG Region Karlsruhe den Vortritt lassen.

Im Einzelstart über 60 Meter gelang Joshua Martey im Finallauf der Sprung auf Platz 6 (7,42 Sekunden). Für Steffen Hein bedeuteten 1,80 Meter Platz vier im Hochsprungwettbewerb, den er sich gleich mit zwei

Die beiden LAZ-Staffeln bei den Baden-Württembergischen Hallenmeisterschaften Jugend U18 in Sindelfingen

weiteren Athleten teilte. Im Weitsprung landete der LAZ-Athlet mit 5,99 Metern auf Platz 11. Benjamin Mannsdörfer absolvierte in 4:32,10 Minuten den 1500-Meter-Lauf (Platz 7), Luis Laufenberg stieß die Kugel auf 12,78 Meter und belegte damit den 12. Rang.

LOOK LEICHTATHLETIK ZENTRUM

Leichtathletik

Drei Titel bei den Baden-Württembergischen Meisterschaften für das LAZ Salamander Kornwestheim-Ludwigsburg

Zwei Titel und acht Startende – das gelingt nur bei Staffeln. Und beiden U20-Staffeln des LAZ Salamander Kornwestheim-Ludwigsburg ist der Sprung auf das Siegerpodest gelungen. Lisa Nippgen, Elisa Lechleitner, Naemi Benzinger und Lena Jünk legten über die 4 x 200 Meter in 1:45,20 Minuten gleich 2,7 Sekunden zwischen sich und das Silberstaffel-Quartett der LG Region Karlsruhe. Das männliche Pendant mit Israel Ereme, Michael Nager, Peter Emmerich und Pascal Beirle schlug sich auf dem Weg zum Titel ebenfalls prächtig und nahm der zweitplatzierten Staffel der LG Staufen 1 mit 1:32,03 Minuten auch 1,4 Sekunden ab. Neben den souveränen Siegen qualifizierten sich beide Staffeln für die deutschen Jugendhallenmeisterschaften in Neubrandenburg.

Die beiden erfolgreichen LAZ-Staffeln

Auch Lisa Nippgen konnte sich in die Titelliste eintragen und holte als Einzelstarterin über ihre Paradedisziplin 200 Meter den baden-württembergischen Hallenmeistertitel. In 25,27 Sekunden legte sie die Sprintdistanz zurück und verwies Lea Wissing (25,64 Sekunden) von der LG Kurpfalz auf den zweiten Rang. Zudem stelle sie neben den Titel den Vizetitel über 60 Meter. Mit 7,80 Sekunden lag sie fünf Hundertstel hinter der Titelgewinnerin Daniela Wenzel (MTG Mannheim). Elisa Lechleitner verpasste den Bronzeplatz mit 7,94 Sekunden genau um eine Hundertstel.

Gleich zwei LAZ-Starter kamen ins Finale des 60 Meter-Laufs U20. Michael Nager arbeitete sich mit 6,97 Sekunden und damit lediglich vier Hundertstel Rückstand auf den Sieger Manuel Eitel (SSV Ulm 1846) auf Platz drei, für Israel Ereme bedeuteten 7,15 Sekunden Platz sieben.

Ein weiterer dritter Platz ging an Lena Jünk. Im Finale über 60 Meter Hürden kam sie auf 9,06 Sekunden. Und auch Neuzugang und „Geburtstagskind" David Nopper landete auf einem Bronzemedaillenplatz. Er übersprang im Hochsprungwettbewerb 2,05 Meter, auf drei Zentimeter mehr kam der Sieger Benno Freitag vom SSV Ulm 1846.

Im äußerst engen B-Finale über 60 Meter wurde Julia Simon bei den Frauen Sechste. Bis auf die Siegerin, Verena Scholtka vom VfL Pfullingen, die nach 7,73 Sekunden über die Ziellinie sprintete und damit eine Zehntelsekunde zwischen sich und ihre Verfolgerinnen legte, bewegten sich die Zweite und eben Julia Simon als Sechste innerhalb eines Zeitraums von sechs Hundertstelsekunden.

Im U20-Kugelstoßwettbewerb belegte Leonie Hunker, die im Sindelfinger Glaspalast in einer höheren Altersklasse startete, mit 11, 82 Metern den vierten Platz. Die Plätze sieben und acht gingen im 60-Meter-Hürden-Finale an Nicole Sandrieser (8,96 Sekunden) und Jana Koegel (8,97 Sekunden).

Miriam Hehl kam über die 400 Meter mit 57,16 Sekunden auf Rang fünf, Florian Fröhlich benötigte für die dieselbe Distanz 51,45 Sekunden und belegte den zehnten Platz. Mit 5,27 Metern sprang Lena Jünk auf den elften Rang im Weitsprung, Elisa Lechleitner wurde mit 5,05 Metern 14.

Michael Nager im Vorlauf

David Nopper wird Süddeutscher Meister im Hochsprung

2,19 Meter im zweiten Versuch – der zweite Titel in einer Woche sowie die zweite Steigerung der Bestleistung innerhalb von vier Tagen. Vier Zentimeter mehr als am vergangenen Mittwoch beim Titelgewinn bei den Deutschen Hochschulmeisterschaften überquerte der LAZ-Hochspringer David Nopper und sicherte sich damit den Titel des Süddeutschen Meisters in der Messehalle Karlsruhe. Zweiter wurde mit 2,15 Metern Rene Stauß vom LAV Stadtwerke Tübingen.

Und dann gab es darüber hinaus vier Vizetitel für das LAZ Salamander Kornwestheim-Ludwigsburg auf der blauen Bahn der ehemaligen Leichtathletik-Anlage der EM in Göteborg. Elisa Lechleitner wurde über 60 Meter Hürden mit 8,70 Sekunden und mit lediglich einer Hundertstelsekunde Rückstand Zweite hinter Laura Sewing vom TSV Kirchhain. Ebenfalls die Silbermedaille erreichte Miriam Hehl. Sie wurde über 400 Meter in 56,32 Sekunden Vizemeisterin hinter Christiane Klopsch von der LG ovag Friedberg-Fauerbach (54,72 Sekunden). Und zweite Plätze und Silbermedaillen gab es auch für die 4 x 200 Meter-Staffeln der weiblichen und der männlichen Jugend. Elisa Lechleitner, Naemi Benzinger, Lena Loureiro und Lydia Krautt brachten den Stab nach 1:45,57 Minuten hinter dem Königsteiner Leichtathletikverein über die

4 x 200 m MJ U18

Ziellinie. Auf denselben Platz schaffte es auch das männliche Quartett in der Besetzung Pascal Beirle, Steffen Hein, Felix Hurst und Joshua Martey. Sie benötigen für die 4 x 200 Meter-Distanz 1:35,43 Minuten.

Eine weitere Podestplatzierung konnte sich Alex Wilson über die 60 Meter ersprinten. Nach 6,77 Sekunden und damit eine Zehntelsekunde hinter dem Sieger Patrick Domogala vom MTV Mannheim überquerte er als Dritter die Ziellinie.

Steffen Hein wurde im U18-Hochsprung Fünfter mit einer übersprungenen Höhe von 1,84 Metern. Fünfte wurde auch LAZ-Vereinskollegin Naemi Benzinger mit 5,50 Metern im Weitsprung. Die Titelgewinnerin Sharin Ozoegbe setzte ihren weitesten Sprung auf 5,69 Meter, zwischen der Vizemeisterin Jacqueline Sterk und der LAZ-Athletin auf Rang fünf lagen lediglich 9 Zentimeter.

Ein überaus gutes Ergebnis erzielten auch die LAZ-Frauen über 60 Meter Hürden: Jana Koegel wurde mit 8,83 Sekunden Sechste, Nicole Sandrieser kam mit 8,87 Sekunden auf den achten Rang und verbesserte gegenüber dem vergangenen Wettkampf vor zwei Wochen wiederum ihre persönliche Bestzeit. Michelle Förstel belegte im U18-Hochsprung Rang acht (1,67 Meter), Lydia Krautt schaffte es in die Finalläufe über 60 Meter Hürden und erreichte dort Platz 13 (9,47 Sekunden). Bei der 60-Meter-Entscheidung der weiblichen Jugend kam Lena Loureiro auf 8,43 Sekunden in den Vorläufen. In den Zwischenläufen über 60 Meter erzielten Joshua Martey und Pascal Beirle 7,41 und 7,42 Sekunden. Über 60 Meter Hürden erreichte Felix Hurst im zweiten Vorlauf 8,99 Sekunden.

In einem Einlagelauf sicherte sich Lisa Nippgen mit 7,95 Sekunden die schnellste Zeit über 60 Meter. Ihr Start in Karlsruhe war auch als Generalprobe für die anstehenden Deutschen Jugend-Meisterschaften in Neubrandenburg zu sehen. Über dieselbe Distanz kam Julia Simon in zweiten Vorlauf des Frauenwettbewerbs auf 8,03 Sekunden.

4 x 200 m WJ U20

Fünf Podestplätze bei den Württembergischen U16-Meisterschaften für das LAZ

Den Hochsprungtitel sowie eine neue persönliche Bestleistung sicherte sich Nathanael Weiß mit übersprungenen und hervorragenden 1,71 Metern bei den Württembergischen Meisterschaften der U16 in Ulm. Bereits bei 1,62 Metern beendeten seine Konkurrenten den Wettkampf, so dass sein Sieg sehr deutlich ausfiel. Und auch über die 60 Meter Hürden und die 60 Meter konnte sich der Vielstarter auf Edelmetallplätzen eintragen. Mit 8,26 Sekunden wurde er über die Hürdendistanz Zweiter, nur drei Hundertstel hinter Philip Kelterer von der LG Staufen. Im 60-Meter-Sprintfinale wurde er mit 7,88 Sekunden Dritter.

Gleich zwei W15-Stabhochspringerein sorgten für weiteres Edelmetall. Julia Wendel schraubte ihre Bestleistung auf 2,50 Meter und wurde Vizemeisterin, Laura Häring holte mit

Nathanael Weiß - Bild: privat

2,30 Metern die Bronzemedaille. 2,60 Meter übersprang die Titelgewinnerin Manuela Herr von der WGL Schwäbisch Hall.

Julia Wendel und Laura Häring
Bild: privat

Zwei weitere LAZ-Athleten erreichten das Finale der 60 Meter Hürden M14. Marvin Petzoldt und Juan Bauer belegten auf den Bahnen drei und vier die Plätze sechs und sieben. Im B-Endlauf über 60 Meter M14 konnte sich Simon Brettschneider mit 8,11 Sekunden behaupten und auf den ersten Platz setzen.

Julia-Sophia Roppelt kam im 60 Meter-Finale W15 mit 8,22 Sekunden auf den sechsten Platz. Und auch die jüngeren LAZ-Athletinnen zeigten sehr gute Platzierungen: Megan Fischer verbesserte sich im A-Finale über die 60 Meter Hürden auf 10,00 Sekunden und belegte damit Rang sechs. Das B-Finale bestritt Isabelle Richter und kam dort in 10,29 Sekunden auf den vierten Platz.

LAZ-Jugendstaffeln auf den Plätzen sechs und acht bei den Deutschen Jugend-Hallenmeisterschaften

Mit zwei Podestplätzen kehrte das LAZ-Jugendteam von den Deutschen Jugend Hallenmeisterschaften aus Neubrandenburg zurück. Der Erfolg beider Staffeln präsentiert sich noch wertvoller, wenn man weiß, dass jeweils 36 Staffeln am Start waren. Im Kampf um die Plätze fünf bis acht konnten die U20 Starterinnen des LAZ Salamander mit Lisa Nippgen, Elisa Lechleitner, Naemi Benzinger und Lena Jünk auf der schwierigen Bahn eins startend einen überzeugenden Finallauf auf die Rundbahn legen. Mit großem Kampfgeist steigerte sich das Quartett am Ende nochmals und lief auf Position zwei über die Ziellinie. Mit einer neuen Bestzeit von 1:41,80 Minuten landete die Staffel damit auf einem tollen sechsten Platz.

Die LAZ-Staffel der männlichen Jugend U20 musste im Finale leider auf Michael Nager verzichten, der nach dem 60m Zwischenlauf muskuläre Probleme verspürte. In der Besetzung Israel Ereme, Ewald Grünwald, Pascal Beierle und Peter Emmerich und in 1:32,71 Minuten (Vorlauf 1:31,62) gelang aber auch hier mit Platz acht ein gutes Ergebnis und der Sprung auf das Podest. Deutscher Jugendmeister wurde das Team vom TV Wattenscheid in 1:26,01 Minuten!

Bei den Einzelstarts über 60m verpassten Lisa Nippen und Elisa Lechleitner mit jeweils 7,96 Sekunden knapp den Einzug in das Halbfinale. Dies schaffte aber Michael Nager bei der männlichen Jugend. Er lief sich mit 7,02 Sekunden souverän unter die besten 16 Sprinter. Am Finaleinzug scheiterte er dann mit 7,01 Sekunden als Zehnter nur knapp. Israel Ereme erzielte im Vorlauf mit 7,14 Sekunden Saisonbestzeit. Lena Jünk kam in ihrem 60m Hürden Vorlauf nach 9,22 Sekunden ins Ziel.

David Nopper springt auf Rang fünf bei den Deutschen Hallenmeisterschaften

2,15 Meter waren es am Ende für David Nopper vom LAZ Salamander Kornwestheim-Ludwigsburg. Und diese Höhe bedeuteten für ihn Platz 5 beim Hochsprungwettbewerb bei den Deutschen Hallenmeisterschaften. 2,15 Meter reichten gleichzeitig auch für die Silbermedaille, die an Eike Onnen von der LG Hannover ging. Lediglich die Anzahl der Versuche entschied über die Vergabe der Plätze zwei bis fünf. Nur der Titelgewinner Mateusz Przybylko vom TSV Bayer 04 Leverkusen setzte sich mit 2,26 Metern deutlich vom Rest der Konkurrenz ab. Bis zur Höhe von 2,10 Metern reichte dem amtierenden süddeutschen Meister David Nopper jeweils der erste Versuch, die Latte erfolgreich zu überwinden. Bei 2,15 Metern machte er es dann spannend. Erst der dritte Versuch brachte den Erfolg, die noch verbliebenen Konkurrenten konnten zu diesem Zeitpunkt hinter dieser Höhe bereits einen Haken setzen und sich auf die nachfolgende Höhe vorbereiten. Die 2,20 Meter waren dann am Sonntag - außer für den späteren Sieger - für das Verfolgerfeld doch zu hoch. „Vom Gefühl her hat dem gesamten Wettkampf hindurch das letzte Bisschen gefehlt. Ich konnte es heute leider nicht abrufen", so David Nopper nach seinem Auftritt in der Karlsruher Messehalle.

Schwimmen

Rückblick: Die Schwimmerfamilie ist gut aufgestellt

Traditionell Ende Februar halten die SVK-Schwimmer ihre Jahresversammlung ab und seit einigen Jahren lässt es sich Präsident Bahmann nicht nehmen, persönlich vorbeizuschauen. Er bestätigte den Schwimmern eine ausgezeichnete Form. Und dies beziehe sich nicht nur auf die sportliche Bilanz, sondern ganz besonders auf die funktionale Aufstellung, die sich durch Kompetenz und Kontinuität auszeichne und damit auch einen stabilen Anker innerhalb des Gesamtvereins bilde. Bahmann dankte allen Verantwortlichen für diese gemeinschaftliche Leistung und positive Ausstrahlung und ehrte danach eine lange Reihe von Sportlern aus allen Sparten der Abteilung für besondere Erfolge im vergangenen Jahr auf süddeutscher, baden-württembergischer, württembergischer und Kreisebene.

Abteilungsleiter Hans-Joachim Tröscher dankte Bahmann namens der Schwimmerfamilie für die positive Würdigung und gab den Dank an den Hauptverein zurück, denn der trage den Anliegen der Abteilung stets konstruktiv Rechnung und unterstütze diese nach Möglichkeit. In diesem Umfeld sei es dann auch möglich, erfolgreich zu wirken. Immerhin rund 10% der Abteilungsmitglieder engagieren sich aktuell in der Abteilung. Ein höchst bemerkenswerter Wert, der aber auch die erforderliche Intensität belegt, mit der die Wassersportarten begleitet werden müssen.

Gut lachen haben Präsident Bahmann und die Vorstände der Schwimmabteilung Tröscher und Wolter (v.l.n.r.) angesichts der guten Entwicklung

Der Plan: Erfolge für die Zukunft sichern

Und dass dies Erfolge ermöglicht, beweist auch die Bilanz von 83 Podiumsplatzierungen und 21 Meisterschaften der Springer und Schwimmer. Gleichwohl sprach Tröscher in seinem Jahresbericht neben der Vielzahl an sportlichen Erfolgen auch weniger angenehme Themen an, die die Abteilung umtreiben. Hierzu gehört vor allem die Zukunftssicherung, die angesichts bereits heute unbesetzter Positionen das Engagement gerade auch der jüngeren Generation erfordert. Umso mehr freut man sich, dass sich mit Maren Wendler eine langjährige Übungsleiterin nun für das wichtige Amt des Kassiers zur Verfügung gestellt hat. Hans Landgraf, dem für sein erfolgreiches Wirken ein kleines Präsent überreicht wurde, hatte sein Ausscheiden nach knapp 10 Jahren zuverlässiger und solider Arbeit angekündigt.

Den verantwortungsvollen Umgang mit den Finanzen pflegten die Wassersportler auch im vergangenen Jahr. Besonders erfreulich erneut der Beitrag aus den Fitnesskursen Fit4Fun und Nudl'up. Sie waren unter der Leitung von Sibylle Dehnen stets voll belegt und erfreuten sich auch im nunmehr 11. Jahr großer Nachfrage und Beliebtheit (siehe eigener Beitrag).

Sportliche Bilanz überzeugt

In ihren Berichten zum sportlichen Geschehen konnten alle Fachwarte ein positives Bild zeichnen. Für die Wasserballer war es dabei nach dem Aufstieg schon ein Erfolg, die Klasse zu halten. Was angesichts der fast traditionell klammen Spielerdecke durchaus überraschte. Für die negative Schlagzeile sorgte dagegen der eigene Verband, der durch unerfüllbare Auflagen und Forderungen an die Beteiligten den Start einer Startgemeinschaft Wasserball der Kornwestheimer mit den Nachbarn aus Zuffenhausen torpedierte. Die beiden Vereine glauben weiter an die Richtigkeit ihres Antritts und werden in den kommenden Wochen einen weiteren Vorstoß wagen, um für die kommende Saison doch noch zum gewünschten Ergebnis zu kommen. Ausgang ungewiss.

Kerzengerade ins Wasser eintauchen - kein einfaches Unterfangen

Bei den Springern konzentrierten sich die Erfolgsmeldungen auf die beiden Jugendspringer Pascal Pollin und Marc Fischer, die inzwischen in der deutschen Spitzenklasse angekommen sind und sich dort regelmäßig für ihren hohen Trainingseinsatz belohnen. Und die Perspektiven für beide Aktiven, so die verantwortlichen Trainer, stehen nicht schlecht, sollten sie dabei bleiben. Dass Erfolge Interesse nach sich zieht, zeigt sich auch am guten Zulauf bei den Kleinsten, die „wie die Großen" ins Wasser eintauchen wollen.

Einen zwar nicht großen, aber regelmäßigen Nachwuchs-Strom verzeichnen die Schwimmer auch aus der engen Zusammenarbeit mit der KISS, für die mehrere Gruppen betreut werden (siehe eigener Bericht). Das sichert aber auch einen nahtlosen Übergang in die schwimmsportlichen Leistungsgruppen des Vereins, wo die Fähigkeiten der Schwimmer weiterentwickelt werden. Zwar bleiben naturgemäß nicht immer alle dabei, für die breitensportlichen Ambitionen der Schwimmer können aber Talente identifiziert und gezielt gefördert werden. Sie landen dann in den Händen des Trainer-Teams um Silvia Capalija, das die Wettkampfgruppen betreut. Und auch in diesem Segment konnten auf insgesamt 10 Schwimmfesten und Meisterschaften bereits schöne Erfolge mit diesen Schwimmern gefeiert werden. Höhepunkt war dabei die Ausfahrt nach Worms, bei der man im Freibad übernachtete und die Gemeinschaft stärkte.

Vor allem für die Jüngsten waren die Vereinsmeisterschaften zum Jahresende natürlich ein Höhepunkt, der für Lisa Pflugfelder und Len Albrecht mit dem Titel endete, für den sie auf der traditionellen Weihnachtsfeier ausgezeichnet wurden (siehe eigener Bericht).

Ein jährlicher Höhepunkt - die SVK-Vereinsmeisterschaften 2014

Aushängeschild SVK-Masters. V.l.n.r. Holger Tonn (SG), Annika Mörike, Anita Gamm, Ralf Dreßler, Petra Kreischer (SG), Sandra Göring, Sonja Dreßler, Günter Engelhardt. Hockend Frank Molwitz, Dirk Kalka.

Eine Konstante bilden nach wie vor die Masters der Abteilung, die trotz eines wegen allerlei Ausfällen reduzierten Wettkampfprogramms wieder mit einer langen Erfolgsstory aufwarten konnten. Mit 9 Titeln in Württemberg und Baden-Württemberg erschwamm Aushängeschild Anita Gamm fast die Hälfte aller Meistertitel für den SVK. Und sie stand daher auch zum bereits 26. Mal auf der Bühne der städtischen Sportlerehrung vor wenigen Wochen – eine sicher ganz besondere Bestleistung.

Auf Landesebene steht Anita Gamm für den SVK regelmäßig ganz oben auf dem Podest

Der Blick geht nach vorn

Für den kommenden Oktober steht bei den Schwimmsportlern das turnusmäßige Partnerschaftstreffen mit den Freunden aus Villeneuve-St. Georges ins Haus, für das bereits am Programm gebastelt wird. Bis dahin steht der sportliche Wettstreit im Fokus. Die Wasserballer werden wieder versuchen, die Klasse zu halten. Die Springer streben weitere Erfolge auf oberstem Niveau an. Und die Schwimmer wollen eine Vielzahl von Wettkämpfen besuchen, bevor zum Jahresende wieder die Vereinsmeisterschaften über die Bühne gehen. Ein volles Programm also, das die Vielseitigkeit und Aktivität der Abteilung zeigt.

Für die Formalien erfolgte die Entlastung des Abteilungsvorstandes ebenso einstimmig wie die erneute Berufung von Hans-Joachim Tröscher für eine 12. Amtszeit als Abteilungsleiter. Jugendwartin Sonja Dreßler wurde ebenfalls in ihrem Amt bestätigt. Neu gewählt wurde erwartungsgemäß Maren Wendler als Kassier. Als Delegierte im Hauptverein entsenden die Schwimmer in den kommenden 2 Jahren Artur Wolter, Günter Engelhardt, Wolfgang Seitz, Dirk Kalka, Maren Wendler und Britta Fischer. Als Stellvertreter stehen Anita Gamm, Heike Molwitz und Christian Hahn bereit. Und schließlich wurde von den Mitgliedern auch die neue Abteilungsordnung ohne Gegenstimme beschlossen.

Rückblick: 25 Jahre KISS-Kooperation

Die städtische Kindersportschule KISS feiert in diesem Jahr bekanntlich ihr 25-Jähriges Jubiläum. Ein Grund auch für die SVK-Schwimmabteilung, an die Anfänge 1990 zurückzudenken. Bereits in den 80er-Jahren hatte der Verein Kinder-Schwimmkurse angeboten, um möglichst frühe Wassergewöhnung zu ermöglichen. Einer der damaligen Kursleiter bei der KISS, Oliver Schleeh, fragte damals beim TVK an, ob denn der Verein nicht helfen könne, das Kursangebot auf breitere Beine zu stellen. Und so kamen damals Claudia und Artur Wolter, selbst Eltern von Kindern im entsprechenden Alter, zu ihrem ersten Engagement im Rahmen der KISS-Schwimmkurse.

Große Nachfrage

Schnell wurde die Nachfrage immer größer. Die Kapazitäten waren stets voll ausgelastet, Wartezeiten von bis zu 2 Jahren fast schon „normal". Aber natürlich nicht zufriedenstellend. So erarbeitete man gemeinsam mit Christian Efler, damals Leiter der KISS und Vorgänger des heutigen Chefs Matthias Mörike, ein Konzept, bei dem die TVK-Kurse in die KISS integriert wurden. „Alles aus einem Guss" war das Erfolgs-Motto, von dem die Kinder und auch der Verein profitierten. Die Wasserzeiten und das Kursangebot konnten erhöht und die Wartezeiten deutlich verkürzt werden. Die Verwaltung und somit auch die Führung der Wartelisten übernahm die KISS. Von den nun 10 im halbjährigen Rhythmus angebotenen Kursen standen 6 unter der Leitung KISS, 4 verantwortete der Verein. Alle Kurse hatten zunächst Namen: Wasserflöhe, Kaulquappen, Frösche Fische, Delfine usw. - auch die Springer waren zu Beginn als Wasser-Jumper vertreten. Im Laufe der Jahre wurde dann die Namensgebung der Gruppen umgestellt auf Wassergewöhnung, Aufbaustufe, Orientierungsstufe und Sportschwimmen.

Die KISS-Gruppe Fortgeschrittene 1 hat mit Trainer Jens Wolter viel Spaß

Es hat dann zwar ein paar Jahre gedauert, doch das überarbeitete Kurssystem und das neue Anmeldeverfahren zeigten Wirkung: das Führen von Wartelisten war nicht mehr notwendig.

Multitalent: Claudia Wolter

Die Aufbaukurse, angelegt nach der ersten Wassergewöhnung, leiteten nun fachlich ausgebildete Vereinsmitglieder (Hans Kindermann, Cathrin Steinke, Maren Wendler, Petra Pilz). Für einen zweiten Aufbaukurs stand eine ganze Schwimmerfamilie von Anfang an und steht auch heute Woche für Woche im Wasser: Artur, Sonja und Jens Wolter. Und das hat natürlich einen großen Vorteil. Denn die KISS-Orientierungsstufe und das Heranführen ans Sportschwimmen betreut Claudia Wolter selbst. Claudia Wolter steht damit fast schon als Synonym für die Schwimm-KISS in Kornwestheim, obwohl sie im Verein selbst nie ein offizielles Funktionärsamt begleitet hat. Und doch hat sie alles fest im Griff – KISS- und Nachwuchskoordination, daneben Mitgliederlisten, Wettkampfbetreuung und vieles mehr. Nicht umsonst wurde sie daher bereits vor 2 Jahren gemeinsam mit ihrem Ehemann Artur Wolter mit dem Funktionärspreis des SVK ausgezeichnet.

Seit 25 Jahren verantwortlich für die KISS-Kooperation - Claudia Wolter

Die spielerischen Elemente stehen im Vordergrund - Maren Wendler mit ihrer KISS-Gruppe 2

Sportmix und Talente

Talentierte Schwimmerinnen und Schwimmer fanden aus der KISS heraus dann oftmals auch den Weg zum Wettkampfschwimmen im Verein. Und nicht wenige sorgten mit ihren Erfolgen dann auch für ein über die Jahre hinweg erfolgreiches Bild der Schwimmabteilung: Teresa Steinke, Maike Malik, Tom Rödel und aktuell Lisa Pflugfelder sind nur einige Beispiele.

Neben dem eigentlichen Kursbetrieb engagiert sich der SVK auch beim jährlichen Sportmix der KISS. In den ersten Jahren hieß das Angebot „Wasserball" mit verschiedensten Spielformen, seit einigen Runden steht jetzt „Wasserspringen" im Programm. Und auch über diesen Weg wird versucht, Talente zu finden und Interesse für diesen Sport zu gewinnen.

Bei der KISS-Jubiläumsaktion „Badespaß im Hallenbad" zeigte die Schwimmabteilung den Besuchern und Kindern vor wenigen Wochen die gesamte Vielfalt ihres Angebotes. Dabei galt es z. B., mit einem Wasserball einen Basketballkorb zu treffen. Die Schwimmer zeigten Stilarten und Wendetechniken, an denen sich anschließend die Kinder versuchen konnten. Auch auf Zeit wurde geschwommen. Wie elegant Wasserspringen ist, führten unsere beiden Meisterspringer Marc Fischer und Pascal Pollin vor.

Die Schwimmabteilung zieht ein insgesamt positives Fazit zu den vergangenen 25 Jahren KISS und wird ihren erheblichen und unentgeltlichen Beitrag hierzu weiterhin mit großem Engagement leisten.

Nach der KISS beim ersten Wettkampf mit den Nachwuchstrainerinnen C. Wolter und S. Dreßler

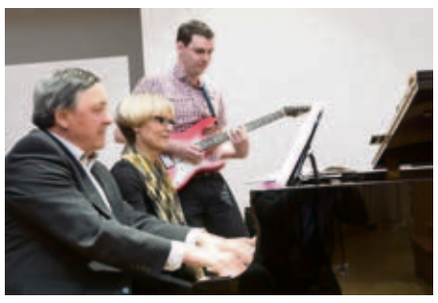
Schwimmen

Rückblick: Vereinsmeisterschaften 2014

Zum traditionellen Jahresabschluss feierte die SVK-Schwimmabteilung in der Städtischen Galerie, um im Rahmen eines vorweihnachtlichen Beisammenseins und bei selbstgebackenen Kuchen und Keksen die Vereinsmeister 2014 auszuzeichnen.

Abteilungsleiter Hans-Joachim Tröscher ließ kurz das abgelaufene Jahr Revue passieren, das quer durch alle die Aktiven-Segmente sehr erfreuliche Leistungen für die Erfolgsbilanz des SVK gebracht hatte. Allen voran die Masters um Dirk Kalka und Vorzeige-Athletin Anita Gamm, die trotz deutlich reduzierten Wettkampfteilnahmen zu 21 Medaillen auf Landesebene kamen. Schöne Fortschritte machte auch die Jugend, die unter dem neuen Trainerinnen-Trio Silvia Capalija, Cathrin Steinke und Sibylle Dehnen prima mitzog. Bei den Jüngsten zeichne sich ebenfalls ab, dass die zielgerichtete Nachwuchsarbeit unter der Koordination von Claudia Wolter Früchte trägt. Nicht zu vergessen die tollen Erfolge der Springer oder auch der Nichtabstieg der Wasserballer.
Das gute Niveau bei den Vereinsmeisterschaften zeigte bei aller Motivation zur Leistung deutlich, dass die Abteilung im Rahmen ihrer Möglichkeiten in erster Linie auf den Breitensport ausgerichtet ist. Hier schreiben die Aqua-Fitness-Angebote der Abteilung trotz inzwischen umfangreichen Nachahmern nach wie vor eine Erfolgsgeschichte. Und dass der Trainingsbetrieb nicht ohne das hohe Engagement im Ehrenamt dargestellt werden kann, machte Abteilungsleiter Tröscher an der Zahl der 26 Übungsleiter und Betreuer fest, die für die rund 150 Aktiven Woche für Woche im Einsatz sind.

SVK-Präsident Gerhard Bahmann hatte es sich nicht nehmen lassen und sich auf den Weg zu „seinen" Schwimmern gemacht. Er dankte in seiner kurzen Ansprache der Abteilung für die gute, erfolgreiche und



Weihnachtsfeierlich - Präsident Bahmann virtuos mit Franziska Tröscher am Flügel. Hendrik Heuber begleitet

nachhaltig verlässliche Arbeit. Dass darüber hinaus der Name der Stadt und des Vereins so positiv und weit über die Grenzen Kornwestheims hinaus getragen werde, verdiene umso mehr großen Respekt und Anerkennung. Angesichts einiger gesundheitlicher Beeinträchtigungen hatte der SVK-Präsident seine im Vorjahr zugesagte Teilnahme an den Vereinsmeisterschaften leider ausfallen lassen müssen. Doch aufgeschoben ist ja nicht aufgehoben und der neue Termin steht bereits fest ….

Überraschungen auf dem Podest
Bei der Ehrung der Vereinsmeister ließ es sich Ursula Müller-Henningsen nicht nehmen, die von ihr wie seit Jahren gestifteten Meisterpokale persönlich zu überreichen. Diese werden bereits seit Jahren nach der bewährten DSV-Tabelle ausgeschrieben, die neben der Disziplin auch Alter und Geschlecht berücksichtigt.

Bei den Jüngsten setzte sich im Dreikampf über jeweils 50m Rücken, Brust und Freistil Lisa Pflugfelder (Jg. 07 / 1054 Punkte) durch und holte sich damit überraschend ihren ersten Vereinsmeistertitel. Dahinter folgten Melissa Beck (04 / 972) und Zoe Mader (04 / 901). Als bester Junge schob sich auf Rang 4 Julius Lay (03 / 779) vor zwei weitere Konkurrentinnen, Emily Beck (06 / 771) und Thekla Cecilia Grömminger (03 / 760).
Im Fünfkampf der Jugend, bei dem zusätzlich 50m Schmetterling und 100m Lagen auf dem Programm standen, lieferten sich in der ebenfalls gemischten Punktewertung Annika Mörike (93) und Len Albrecht (2000) ein enges Kopf-an-Kopf-Rennen, aus dem schließlich letzterer mit starken 2487 gegenüber 2348 Punkten als Sieger hervorging. Für Len bedeutete dies nach 2012 die zweite Meisterschaft. Im Vorjahr hatte er mit Platz 2 vorlieb nehmen müssen. Leon Mertig (97 / 2147) gesellte sich wie bereits 2013 als Dritter aufs Podium. Ihm folgten Michelle Cantz (00 / 1962), Joshua Dehnen (96 / 1882) und Julian Diehl (95 / 1876).

In einem trotz kleiner Beteiligung spannenden Masters-3-Kampf behielt erstmals Uli Czerwatzky (61 / 1514) knapp die Oberhand vor Ralf Dreßler (61 / 1423). Dieser wiederum war sichtlich stolz, dass er seine Tochter Sonja Dreßler (87 / 1416) um einen rechnerischen Wimpernschlag hinter sich hatte lassen können.

Feuer und Flamme für das Ehrenamt - Frau Lay, Frank Molwitz, Claudia Wolter, Artur Wolter, Cathrin Steinke, Frau Satzger, Sonja Dreßler, Jens Wolter, Sibylle Dehnen, Heike Henningsen, Silvia Capalija.

Die neuen Vereinsmeister Lisa Pflugfelder und Len Albrecht präsentieren stolz Ihren Pokal. Mit ihnen freut sich das Trainerteam Silvia Capalija (li.), Sibylle Dehnen (2.v.li.) und Cathrin Steinke (re.).

Präsident Bahmann fühlt sich wohl im Kreis der erfolgreichen Schwimmer (v.l.n.r. Engelhardt, Wolter, Molwitz, Kalka, Nguyen, Gamm, Dreßler, Fischer, Pollin)

Rückblick: Gesundheit steht ganz oben

Ganz still und leise feierte die Schwimmabteilung im vergangenen Jahr - neben dem 85. Geburtstag der Abteilung - ein weiteres Jubiläum: im Jahr 2004 starteten die Verantwortlichen nämlich ein damals noch etwas belächeltes Angebot im Bereich des Breiten- und vor allem Gesundheitssport. Unter der Leitung von Makrina Andreadou wurde die „gesundheitsorientierte Bewegung im Wasser" unter dem Namen „Aqua-Fit4Fun" angeboten. Und daraus entwickelte sich eine echte Erfolgsgeschichte, die trotz inzwischen vielfältiger Nachahmung bis heute anhält.

Wie alles begann - AquaFit4Fun 2004

Gesundheitssport in allen Variationen war damals auf dem Vormarsch. Diesem Trend, der im Verein bereits in vielfältiger Form existierte, entsprach die Schwimmabteilung mit ihrem neuen Angebot im Frühjahr 2004. Erstmals bestand Gelegenheit, das für gesundheitsorientierte Bewegung ohnehin hochgelobte Element Wasser zu nutzen.

Bereits die beiden ersten Kursblöcke stießen auf gute Resonanz – bei fast ausschließlich Frauen. Trotz der frischen Wassertemperaturen im Springerbecken des Alfred-Kercher-Bades, die die Teilnehmer bereits nach wenigen Minuten Training zu schätzen wussten, bereitete die Gelenke und Muskeln schonende Bewegungstherapie viel Spaß.
Zudem stärkte sie das Herz-Kreislauf-System auf ideale Weise.
Dabei wurde von Anfang an auf Qualität Wert gelegt, sowohl in der Betreuung als auch in der fachlichen Kompetenz. Die kleinen Kursgruppen von maximal 15 Teilnehmern sicherten eine individuelle Unterstützung und die staatlich geprüfte Aqua-Instruktorin arbeitete nach den strengen Richtlinien des Deutschen Schwimmverbandes. Diese hohen Anforderungen zahlten sich letztlich aus.

Ungebrochene Nachfrage
Schon nach 2 Jahren war die Nachfrage so groß geworden, dass sich die Verantwortlichen entschlossen, ein weiteres Angebot nachzuschieben. Angelehnt an die eingesetzte Schwimmhilfe entstand das Kursangebot „Nudl'up4Fun". Und mit Sibylle Dehnen konnte man für die

Noch immer aktuell und attraktiv - das Gesundheitssport-Angebot der Schwimmabteilung

Leitung auch noch eine weitere ausgebildete Sportpädagogin gewinnen. Beide Kursangebote finden auch heute noch großen Zuspruch. Und viele Teilnehmerinnen, auf deren Bedürfnisse und Wünsche sehr flexibel eingegangen werden kann, zählen bereits zum festen Stamm der „Wiederholungstäter". Aber auch der „Seiteneinstieg" ist bei den gelegentlich entstehenden freien Kapazitäten und nach Abstimmung mit der Kursleitung möglich.

Donnerstagabends sind die Damen mit den „Paddels" und „Nudeln" inzwischen ein gewohntes Bild zwischen den in der Regel eher jugendlichen Sportlern. Im Januar starteten unter der bewährten und kompetenten Anleitung von Sibylle Dehnen die Auflagen Nummer 64 und 65 der beiden Kurse, die je 3 Mal pro Jahr angeboten werden. Interessenten können sich entweder vor Ort am Donnerstagabend (19:30 Uhr) oder unter 07141/5055471 informieren.

Makrina Andreadou leitete die ersten AquaFit4Fun-Kurse 2004

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.

Nachruf

Die SVK- Tennisabteilung trauert um Gerhard Käfferlein

Die Tennisabteilung hat eine wichtige Säule des Tennisausschusses verloren. Gerhard Käfferlein ist am Samstag, 04. Oktober 2014 nach kurzer Krankheit im Alter von 80 Jahren verstorben.
Er war 37 Jahre als Vereinsfunktionär in Kornwestheim engagiert. Im Jahr 1977 wurde Gerhard für 11 Jahre Vorstand der neu gegründeten Tennisabteilung der ESG, dann 6 Jahre Kassier und 12 Jahre Schriftführer.
Als 2006 die große Vereinsfusion in Kornwestheim gelang, mit Zusammenschluss der Tennisabteilungen ESG und TVK war Käfferlein wieder dabei. Er führte 8 Jahre lang, bis zu seinem Tod, das Zepter als Technischer Leiter auf der Anlage Jahnstraße. Quasi zur Belohnung durfte er bis zum Frühjahr, als seine Krankheit ihn stoppte, als Neunundsiebzigjähriger mit seinen Sportkameraden Tennis spielen. Im Laufe der Jahre kamen für den Verstorbenen auch einige Auszeichnungen aus den Vereinen zusammen, die er sich redlich verdient hatte. In jungen Jahren war er als Fußballer aktiv und später auch als Mannschaftskegler.

Die Tennisabteilung bedankt sich nachträglich nochmals bei Gerhard Käfferlein für seinen unermüdlichen Einsatz in ehrenamtlichen Tätigkeiten.
Alle werden ihn in ehrenvoller Erinnerung behalten.

Helferdank - Helferbitte

Herzlichen Dank sagt die Abteilungsleitung an alle Helferinnen und Helfer, die in der Sommersaison 2014 in ehrenamtlicher Arbeit bei den zahlreichen Abteilungsveranstaltungen und vor allem bei der Pflege und Erhaltung der Tennisanlagen Bogen- und Jahnstraße mitgearbeitet haben. Auch herzlichen Dank an die zahlreichen finanziellen Hilfen der Sponsoren, Spenderinnen und Spender.

Leider bedarf es immer öfter Aufrufbitten um Helfer zu den erforderlichen Arbeitsdiensten auf den Anlagen zu bekommen.
Etwas mehr Eigenverantwortung für den Sinn und Zweck der Spielstätten möchte man in Zukunft erwarten.
Für eine gute Sache lohnt es, sich zu engagieren. Es gibt viel zu tun, packen wir es an!

Kindersportschule

Das kostenfreie Angebot der SVK-Tennisabteilung „Spaß am Tennis“, mit wöchentlichem Training auf der Anlage an der Bogenstraße wurde vergangene Saison sehr wenig angenommen. Vielleicht jetzt 2015 im Jahr des 25-jährigen Jubiläums der Kindersportschule wieder mehr? Es sollte auch innerhalb der Schule mehr Werbung für die Sache betrieben werden.
Auskunft: Anita Gamm Tel. 07154-29721

“Schnuppertennis“

Nichtmitglieder des SVK durften während der ganzen Freiluftsaison wieder vier Wochen kostenlos, ohne jede Verpflichtung „Schnuppertennis“ spielen. Schon im Winter sollten sich Tennisinteressierte diese Sache vornehmen und sich Infomaterial von der Auslagetheke des FunSportZentrums besorgen, bzw. telefonische Auskunft einholen oder mal in der Homepage der Abteilung stöbern.
Auskunft: Kurt Schenkel Tel. 07154-3461, Elke Schäfer Tel. 07154- 70036

Die Jahres-Abteilungsbeiträge der Tennisabteilung:

Erwachsene 75.-;
Zweitmitglied bei Paaren 50.-;
Familie 160.-, d.h. Eltern bzw. Großeltern mit Kindern bzw. Enkelkindern (Schüler, Azubis, Studenten und Bufdis);
Kinder bis 14 Jahre von Abteilungsmitgliedern 25.-;
Kinder von Nichtabteilungsmitgliedern 50.-;
Jugendliche 15-18 Jahre, Schüler über 18 Jahre, Azubis, Studenten und Bufdis (Teilnehmer des Bundesfreiwilligendienstes) 50.- €.
Tennistraining für Abteilungsmitglieder und „Schnupperleute“ (gegen Gebühr): nach Absprache bei Silvia Schmidt, Tel. 07152-54028 bzw. 0160097070370 und Peter Weimer, Tel. 07154-803713 bzw. 01737118038

Auskunft:
Kurt Schenkel Tel. 07154 – 3461

Senioren-Tennis

Die Senioren der Abteilung waren auch in der vergangenen Saison wieder bis tief in den Herbst hinein sehr fleißig, auf und außerhalb der Tennisplätze. Auf den Plätzen jeden Montag an der Bogenstraße die „Montagsspieler“ und jeden Donnerstag an der Jahnstraße die „Donnerstagsspieler“. Auf und außerhalb der Plätze bei regelmäßigen Wartungsarbeiten. Die „Montagsspieler“ mussten wegen des Umbaus der Halle am Eichenweg ihre Winterrunde in die Halle des TCK an der Bogenstraße verlegen. Die „Donnerstagsspieler“ können dagegen in der gewohnten Halle am Eichenweg ihre Winterspiele durchführen, allerdings jetzt freitags.
Auskunft „Montagsspieler“: Jürgen Schied Tel. 07154- 16700 und 07154-181033
Auskunft „Donnerstagsspieler“: Harald Klotz Tel. 07154- 29450

Kinder- und Jugend-Tennis

Jugendbetreuung ist sehr kostspielig, aber in jeder Sportart zwingend erforderlich. Deshalb bittet die Tennisabteilung auch immer wieder um Spenden für diese gute Sache. Ein steter Zulauf von Jugendlichen und Kindern berechtigt den großen Aufwand und Einsatz. In der Sommersaison fand wieder jeden Samstag ein öffentliches Jugend- und Kindertraining unter Leitung von Elke Schäfer, der Abteilungs-Jugendleiterin, statt. Ihr zollt ein besonderes Lob, da sie sich mit unermüdlichem Engagement, verbunden mit großem Zeitaufwand, für die Abteilungsjugend einsetzt.
Auskunft:
Elke Schäfer Tel. 07154- 70036

„FTT“, Freitags-Tennis-Treff

Jeden Freitag, ab 17:00 Uhr trafen sich verschiedene Mitglieder zum „freien Spielen“ beim Einzel, Doppel oder Mixed. Der „FTT“ dient vor allem auch zur Pflege der Gemeinschaft in der Abteilung. Er soll Neulingen die Möglichkeit geben, sich rasch in der Abteilung zu integrieren.
Auskunft:
Kurt Schenkel Tel. 07154- 3461

Herbstwanderung, so gemütlich kann wandern sein

Berichte der SVK-Tennisabteilung

Einzel-Vereinsmeisterschaften

Einzelmeisterschaften, 1. Herren-Sieger Robin Holzberger

Einzelmeisterschaften, 2. Herren-Sieger Thilo Mateja

Einzelmeisterschaften, 3. Herren-Sieger Pascal Schäfer

Für die Einzel-Vereinsmeisterschaften auf der Anlage an der Bogenstraße waren neun Herren für das Aktiventurnier gemeldet. Zur Endrunde der Herren- Senioren (ab 60 Jahre) qualifizierten sich vier Spieler, drei kamen jedoch nur zum Einsatz, da sich einer krank melden musste. Ein Damenwettbewerb kam wegen zu geringer Beteiligung leider nicht zustande.
Nach spannenden Matches in den Gruppen- und Zwischenrundenspielen kam es bei den Herren zu folgenden Platzierungsspielen: Das Spiel um Platz 7 wurde für Gerald Oertel gewertet, da Werner Zeman nicht antreten konnte. Spiel um Platz 5 Michael Kampf gegen Jan Waitzmann 6:1, 6:2. Spiel um Platz 3 Pascal Schäfer gegen Sven Mateja 4:6,7:6, 10:6. Im Endspiel standen sich die Vorjahresfinalisten wieder gegenüber, Robin Holzberger siegte erneut gegen Thilo Mateja, diesmal 6:1, 6:4. Die Überraschung war die Leistung von Nachwuchsspieler Pascal Schäfer, er brachte im ersten Halbfinale Robin Holzberger mit 4:6, 6:3, 5:10 an den Rand einer Niederlage. Die Endplatzierungen: 1. Robin Holzberger, 2. Thilo Mateja, 3. Pascal Schäfer, 4. Sven Mateja, 5. Michael Kampf, 6. Jan Waitzmann, 7. Gerald Oertel, 8. Werner Zeman und 9. Andreas König.
Die Ergebnisse der Herren- Senioren: Werner Zeman gegen Hans Fiedler 6:2, 6:0. Willi Simmler gegen Hans Fiedler 4:6, 6:2, 10:5 und Werner Zeman gegen Willi Simmler 6:2, 6:1. Das ergab folgenden Endstand: 1. Werner Zeman, 2. Willi Simmler und 3. Hans Fiedler.

Einzelmeisterschaften, Siegerehrung Senioren

Einzelmeisterschaften, Siegerehrung Herren

Breitensport - Erfolge

Der WTB bietet seinen Mitgliedern neben den Verbandsspielen für Mannschaften u. a. auch offene Breitensportturniere in Einzel- Doppel- und Mixedwettbewerben an. Wie bereits in den letzten Jahren schnitten in der vergangenen Sommersaison einige Teilnehmer der SVK-Tennisabteilung hervorragend ab. Beim „Short-Set-Cup“ in Pleidelsheim war ein riesiges Feld von 50 Teilnehmern im Einsatz. Im Herren-Doppel holten sich Peter Weimer/ Joachim Hickl unangefochten den ersten Platz. Anita Gamm/Claudia Föhrenbach erreichten im Damen-Doppel einen guten vierten Platz. Beim Mixed-Doppel standen gleich drei SVK'ler auf dem Siegerpodest, ganz oben als Sieger Anita Gamm und Joachim Hickl und als Zweitplatzierte Peter Weimer mit seiner Partnerin Gertraud Saile vom TC Kirchheim.

Breitensport- Sieger

Beim Tiebreak-Turnier in Vaihingen/ Enz siegten im Damen- Doppel Anita Gamm/Gertraud Saile und im Herren-Doppel Peter Weimer mit seinem Partner Joachim Hickl vom SVK.

Herbstwanderung

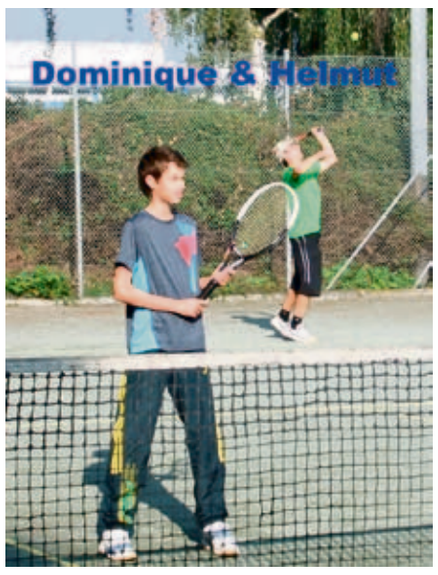
Ein altes Sprichwort sagt „wenn Engel reisen wird das Wetter schön“. So gesehen durften sich die 15 wandernden Mitglieder der Tennisabteilung für ein gutes Gelingen der traditionellen Herbstwanderung verantwortlich fühlen. Der „Kuckucksweg“ rund um Stuttgart- Botnang war den Wenigsten bekannt, überraschte dann aber umso mehr mit viel Abwechslung auf guten Waldwegen, mit immer wieder schönen Ausblicken auf die Stadt. Der Wandertag fand bei gemütlichem Beisammensein im SVK- Vereinslokal in Kornwestheim einen schönen Abschluss.

Herbstwanderung, Gruppe

Tennis

Mutter- Vater- Kind-Turnier

Zum dritten Mutter- Vater- Kind- Turnier konnte Jugendleiterin Elke Schäfer mit ihrem Helferteam 11 Paare auf der Anlage Bogenstraße begrüßen. Den „Grundstock" dieses Turnieres bilden die Kinder und Jugendlichen der Abteilung. Das „Beiwerk" dazu sind die Eltern, bzw. Ersatzeltern. Nach den Gruppenspielen folgten gleich die Platzierungsspiele mit folgendem Ausgang: Spiel um Platz 5 Marc Kuchenbeiser/ Jan Waitzmann gegen Pia Schäfer/ Klaus Schäfer 9:4, Spiel um Platz 3 Marvin Porubek/ Peter Porubek gegen Dominique Homner/ Helmut Homner 6:1, 7:6. Spiel um Platz 1 Leonardo Muroni/ Ralf Dobelmann gegen Nenad Koricanac/ Heiko Jüngling 0:6, 6:0, 10:5. Der Endstand lautete somit: 1. Leonardo Muroni/ Ralf Dobelmann, 2. Nenad Koricanac/ Heiko Jüngling, 3. Marvin Porubek/ Peter Porubek,
4. Dominique Homner/ Helmut Homner und 5. Pia Schäfer/ Klaus Schäfer. Nach den Gruppenspielen ausgeschieden waren Constantin Rinner/ Michael Rinner, Fabio Muroni/ Heike Muroni, Fabian Löwes/ Lucie Löwes, Celina Dönges/ Frank Dönges und Michael Hönes/ Karin Hönes. Bei diesem Turnier konnten die Kinder und Jugendlichen ihren Eltern „hautnah" zeigen, was sie im Laufe der Sommersaison im wöchentlichen Training geleistet und gelernt haben. Es war auch schön zu sehen, dass die Eltern ihre Kinder nicht nur an der Anlagentür „abliefern", sondern sich mit dem Tun des Nachwuchses auseinandersetzen.



Mutter-Vater-Kind-Turnier, D. u. H. Homner

Mutter-Vater-Kind-Turnier, P. u. K. Schäfer

Mutter-Vater-Kind-Turnier, Siegerehrung

ERGO
Versichern heißt verstehen.

Wir sind für Sie vor Ort und informieren Sie gern.

Auch in diesen Fällen:

- Verbesserung des Gesundheitsschutzes
- Betriebliche Altersversorgung
- Vorsorge für's Alter

Bürogemeinschaft
Michael Röhm & Oliver Michel
Jakobstr. 5, 70806 Kornwestheim
Tel 07154 9665804, Fax 07154 180156
michael.roehm@ergo.de oliver.michel@ergo.de

Vorschau in die Saison 2015

Der Terminkalender 2015 der Abteilung ist, wie immer in der Vergangenheit, sehr voll.
Es sind die üblichen Turniere und Veranstaltungen geplant, stets unter dem Abteilungsmotto „es ist strengstens erlaubt mitzumachen". Vier Herrenmannschaften wurden wieder für die Verbandsspiele gemeldet, Herren1, Herren2, Herren55 und Herren65. Ferner soll eine Breitensportmannschaft gebildet werden, die gegen andere Clubs Freundschaftsspiele austragen wird. Hierzu wird bei den Wahlen im März die Aufstellung eines Breitensportwartes vorgeschlagen.
Die Jugendarbeit, sowie die Mitgliedergewinnung und –Haltung soll in der neuen Saison wieder oberstes Ziel sein. Eine gute Basis dazu bilden die nach wie vor unveränderten niedrigen Abteilungsbeiträge.
Allein diese Tatsache müsste mehr Vereinsmitglieder in die Abteilung locken, mit fünf Plätzen an der Bogenstraße und zwei Plätzen an der Jahnstraße bleiben neben den 181 Mitgliedern noch genügend Aufnahmemöglichkeiten für Interessierte. Die SVK-Tennisabteilung bietet gerne eine sichere und schöne sportliche Heimat für willige Tennisinteressierte.

Doppel-Vereinsmeisterschaften und Sommersaisonabschluss

Doppelmeisterschaften, Andreas König

Zu den Doppel- Vereinsmeisterschaften meldeten sieben Herrendoppel. Für die Endrunde der Damen qualifizierten sich drei Paare. Seniorenwettbewerbe kamen wegen zu geringer Beteiligung nicht zustande. Aus Termingründen konnte zum Sommersaisonabschluss leider wieder kein Abschlussbändelesturnier gespielt werden.
Die **Herrendoppel** lieferten sich in den Gruppen- und Zwischenrundenspielen harte Kämpfe, es waren ja einige „Brüderkämpfe" auszufechten. Danach kam es zu folgenden Platzierungsspielen: Spiel um Platz 5 Fabio Muroni/ Jan Waitzmann gegen Leonardo Muroni/ Fabian Löwes 7:5, 4:6, 10:6. Spiel um Platz 3 Andras Bürkle/ Ralf Dobelmann gegen Pascal Schäfer/ Nenad Koricanac 3:6, 6:3, 10:8. Endspiel Michael Kampf/ Heiko Jüngling gegen Patrick Schäfer/ Johannes Maisch 7:5, 6:3. Die Endplatzierungen: 1. Michael Kampf/ Heiko Jüngling, 2. Patrick Schäfer/ Johannes Maisch, 3. Andreas Bürkle/ Ralf Dobelmann, 4. Pascal Schäfer/ Nenad Koricanac, 5. Fabio Muroni/ Jan Waitzmann, 6. Leonardo Muroni/ Fabian Löwes und 7. Andreas König/ Helmut Homner.

Die Ergebnisse der **Damendoppel**: Anita Gamm/ Marianne Stolz gegen Elke Schäfer/ Pia Schäfer 6:2, 6:3. Andrea Holzberger/ Sara Holzberger gegen Anita Gamm/ Marianne Stolz 6:1, 6:2 und Andrea Holzberger/ Sara Holzberger gegen Elke Schäfer/ Pia Schäfer 6:0, 6:2. Das ergab folgenden Endstand: 1. Andrea Holzberger/ Sara Holzberger, die ihren Titel vom Vorjahr verteidigt haben, 2. Anita Gamm/ Marianne Stolz und 3. Elke Schäfer/ Pia Schäfer.

Doppelmeisterschaften, Sieger Heiko Jüngling und Michael Kampf

Doppelmeisterschaften, Sieger Herren

Doppelmeisterschaften, Sieger Damen

SVK-Tennisabteilung
Kontakt: Abteilungsleiter Kurt Schenkel, Tel. und Fax: 07154-3461, kurtschenkel@web.de · Jugendleitung Elke Schäfer, Tel. 07154-70036, keppp-schaefer@gmx.de · Abteilungs-E-Mail: svk-tennis@web.de
Abteilungs-Homepage: www.sv-kornwestheim.de, Webmaster Claus-Ulrich Neumann · 5 Freiluftplätze, Bogenstraße 35 und 2 Freiluftplätze, Jahnstraße 100

Volleyball

Volleyballer beenden 2014 mit Abteilungsturnier

Beim jährlichen Weihnachtsturnier der Volleyballabteilung traten 5 gemischte Mannschaften mit Spielerinnen und Spielern aus allen Aktiven- und Jugendmannschaften an. Dabei zeigten unsere Volleyball-Nachwuchsspieler den „Großen", was sie bereits drauf haben. Bei dem Turnier mit vielen spektakulären Ballwechseln hatten alle ihren Spaß. Wenn Ihr auch Lust habt, Volleyball beim SVK zu spielen: unsere Jugendmannschaften suchen Spielerinnen und Spieler ab Jahrgang 2004. Für Erwachsene und alte Hasen finden wir sicher ebenfalls den richtigen Platz in einer unserer Aktiven-, Senioren- und Freizeitmannschaften. Bitte meldet Euch bei Bärbel Gaus, Tel.: 07146 860195.

U18 Bezirksmeisterinnen - am Ende waren es 4 Ballpunkte

Voller Stolz dürfen die Jüngsten der Volleyballabteilung auf die vergangene Saison zurückblicken.
Mit schönen Spielzügen, spektakulären Aktionen und mit nur einem Satzverlust sicherten sich die Mädels nach der Hinrunde den verdienten ersten Platz.
Für die Rückrunde war allen klar, nur die Spielvereinigung VfB Eberdingen- TSV Enzweihingen kann uns den ersten Tabellenplatz streitig machen.
Das Spiel der Spiele fand am 18.01. statt. Nervös starteten die Mädchen in den ersten Satz und mussten sich am Ende mit 23:25 geschlagen geben. Mit Wut im Bauch spielten sie im zweiten Satz und schafften es mit druckvollen Aufschlägen und Angriffen, den Satz mit 25:19 für sich zu entscheiden. Nun musste der dritte und entscheidende Satz gespielt werden. Nach hart umkämpften Ballwechsel mussten sich die Mädchen des SV Kornwestheim am Ende trotzdem beugen und gaben den Satz mit 11:15 ab. Jetzt musste gerechnet werden. Kornwestheim sowie Eberdingen-Enzweihingen haben jeweils ein Spiel verloren und waren somit punktgleich. Die Entscheidung fiel bei den Ballpunkten und da hatten die Mädels 4 Ballpunkte mehr als die Gegnerinnen. Das Geschrei war atemberaubend, als den Mädels das Ergebnis bekannt gegeben wurde und sie sich Bezirksmeisterinnen 2015 nennen durften.

Die Mannschaft:
H.v.l.: Lea Dobberschütz, Maike Fechter, Pia Schäfer. M.v.l.: Kira Klotz, Trainerin Bärbl Staiger, Melanie Gaus, Regina Mosebach. V.v.l.: Clio Scholzen, Ronja Strobel, Ronja Gramlich, Hosnijah Mehr (auf dem Bild fehlen: Patrizia Braig und Verena Voith).

Bezirksmeisterinnen 2015:
H.v.l.: Melanie Gaus, Ronja Strobel, Pia Schäfer, Ronja Gramlich, Maike Fechter, Regina Mosebach. V.v.l.: Lea Dobberschütz, Verena Voith, Patrizia Braig und Hosnijah Mehr (auf dem Bild fehlen: Clio Scholzen und Kira Klotz).

SVK gewinnt Bezirksmeisterschaft U20 weiblich

In der Au-Halle in Öhringen hat am 31. Januar die weibliche U20-Jugend um die Meisterschaft im Bezirk Nord gespielt. Am Ende durfte sich der SV Salamander Kornwestheim über den Titel freuen. Aufgrund der Absagen von Antonia Roos und Dilan Dogan hatte Trainer Carl Schulze, dank der Hilfe der zwei U16 Spielerinnen Melanie Gaus und Lea Dobberschütz, 8 gut aufgelegte Spielerinnen dabei. Da der MTV Ludwigsburg auf Grund von Verletzungen absagen musste, wurde im Modus „Jeder gegen Jeden" gespielt. Es spielten die TV Lauffen, TSV Kleinsachsenheim, TSV Schwaigern, SV Salamander Kornwestheim und TSG Öhringen. Die erste Spielpaarung war Öhringen gegen Kornwestheim und Kornwestheim holte sich schon den ersten 2:0-Sieg. Vor allem dank dem starken Aufschlagspiel der Kornwestheimer war der Sieg zu keiner Zeit gefährdet, dabei besonders effektiv Jessica Renges und Julia Maly.
Gleich im Anschluss spielte Kornwestheim gegen Lauffen und verlor mit 0:2. Da sich die Kornwestheimerinnen zu viele Fehler im Bereich der Annahme und im Angriff erlaubten, wurden sie von Lauffen mit der ersten und einzigen Niederlage des Tages bestraft.
Das dritte Spiel gegen Kleinsachsenheim konnte der SV Kornwestheim aufgrund wieder erstarkter Annahme und einem starken Aufschlagspiel für sich entscheiden. Besonders stark in der Annahme war Ann-Sophie Aurich, wovon die Angreiferinnen Jacqueline Wessels und Sara Follmann profitieren konnten.

Im letzten und entscheidenden Spiel,musste der SVK gegen Schwaigern ran, welche bei einem 2:0-Sieg selber zum Bezirksmeister hätten werden können. Nach einem recht eindeutigen ersten Satz für Kornwestheim gab es eine Schrecksekunde im Spiel der Kornwestheimer, die zuvor starke Außenangreiferin Lena Assmann verdrehte sich nach einem Sprung das Knie und musste per Krankenwagen ins Krankenhaus gebracht werden. Aufgrund der folgenden Unsicherheiten konnte Schwaigern zum 1:1 ausgleichen. Doch im letzten Satz gaben die Kornwestheimerinnen noch einmal alles und holten sich den 2:1-Sieg.
Dennoch musste gezittert werden, weil aufgrund der Siege kein eindeutiger Sieger fest stand.

Nach einem Kopf-an-Kopf-Rennen zwischen Kleinsachsenheim und Kornwestheim bis zum letzten Spiel, konnte Kornwestheim sich aufgrund eines besseren Punktequotienten am Ende den Bezirksmeistertitel knapp vor dem TSV Kleinsachsenheim schnappen.

Für den SV Salamander Kornwestheim kamen in der Saison folgende Spielerinnen zum Einsatz: Ann-Sophie Aurich, Sara Follmann, Julia Maly, Jacqueline Wessels, Jessica Renges, Lena Assmann, Antonia Roos, Dilan Dogan, Melanie Gaus und Lea Dobberschütz.

Wir bieten Ihnen ein modernes und stilvolles Ambiente an, wo sie sich mit Ihren Gästen wohlfühlen werden. Ob im kleinen Familienkreis oder ein rauschendes Fest mit über 120 Personen alles ist möglich!

Bei schönem Wetter steht Ihnen ein großer, karibisch angelegter Außenbereich für Ihre Hochzeitsfeier zur Verfügung.

Sie haben da die Möglichkeit einer freien Trauung und einem Freiluftbuffet mit Grill.

Wir haben für Sie ein Rundum-Sorglos-Paket geschaffen,wo keinerlei extra Kosten mehr auf sie zukommen.

Da wir alles aus einer Hand anbieten, können sie sich hier kulinarisch verwöhnen lassen und dabei völlig entspannt ihre Traumhochzeit genießen.

Gerne stehen wir Ihnen bei der Planung und Umsetzung ihrer Hochzeitsfeier zur Seite.

Ihr Eventteam des Restaurant Coopers freut sich auf Sie !

Coopers
RESTAURANT & EVENTLOCATION

Coopers · Restaurant & Eventlocation
Bogenstraße 35 · 70806 Kornwestheim
Telefon 07154 - 21873
info@coopers-kornwestheim.de
www.coopers-kornwestheim.de

Tag der offenen Tür auf dem Kornwestheim Beach

Die Beachvolleyballsaison beginnt in Kornwestheim am Osterwochenende mit vier Tagen der offenen Tür! Am 3. bis 6. April sind alle Beachvolleyball-Begeisterten herzlich auf den drei Beachvolleyballfeldern am FunSportZentrum willkommen. An diesem langen Wochenende ist der Eintritt frei. Alle Interessierten sind willkommen, sowohl Neugierige, die Beachvolleyball einfach mal ausprobieren möchten als auch alte Hasen, die es kaum mehr erwarten können, endlich wieder den Sand zwischen ihren Zehen zu spüren.

Nach dem Eröffnungswochenende ist der Beachplatz für den regulären Betrieb geöffnet. Wie gehabt gibt es an der Rezeption des FunSport-Zentrums Tages- und Jahreskarten zu kaufen sowie Bälle zu leihen.

Auch 2015 organisiert die Volleyballabteilung des SVK wieder mehrere Turniere auf dem Kornwestheim-Beach: Um Punkte für die **Baden-Württembergische Rangliste** geht es bei den Turnieren am **06.06. (Kategorie C, Herren**) und am **07.06. (Kategorie C, Damen)**.
Und auch den **18./19.07.** sollten sich alle ambitionierten Hobby-Sportler Kornwestheims vormerken: Dann findet der **17. Beach-Triathlon** statt, an dem Fußballer, Handballer und Volleyballer in allen drei Sportarten gegeneinander spielen, um herauszufinden, wer der beste Allrounder ist.

FunSportZentrum

Hier fühl´ich mich wohl! - seit 1996

Fitness- und Gesundheitsstudio

- 500 qm Trainingsfläche auf 2 Ebenen
- Über 50 Trainingsstationen im Gerätebereich
- Cardio- und Ausdauergeräte
- Freihantelbereich
- Trainingszirkel
- Physioecke mit einer therapeutischen Kletterwand
- Sling Training
- Funktionsgymnastischer Bereich
- Qualitätsgeprüftes Vereins-Fitnessstudio (Sport Pro Fitness, Sport Pro Gesundheit)
- Lizensierte, ausgebildete Trainer
- Kostenloses Personal Training während der Mitgliedschaft
- Faire Mitgliedschaftskonditionen
- 14-tägige Probezeit
- Familiäre, freundschaftliche Atmosphäre

Kursbereich

- Über 50 Kursstunden pro Woche an über 300 Tagen im Jahr
- Präventionskurse mit dem Gütesigel **Sport Pro Gesundheit** und **Pluspunkt Gesundheit**
- Krankenkassenanerkennung der Präventionskurse
- Lizensierte Reha-Sportangebote im Bereich
  - Innere Medizin
  - Orthopädie
  - Sport in Herzgruppen
  - Sport nach Krebserkrankungen
- Abrechnung der Reha-Verordnungen über die Krankenkassen
- Schwerpunkt Rücken-Gesundheit
  - Fit im Rücken
  - Wirbelsäulengymnastik
  - Rückenschule
  - Medizinisches Freihanteltraining
- Kooperation mit Ärzten
- Vorträge im Bereich Gesundheit
- Geschlossene Themenkurse in Kleingruppen

Qualifikationen und Auszeichnungen des FunSportZentrums

Sport Pro Gesundheit: Auszeichnung durch den DOSB in Zusammenarbeit mit der deutschen Ärztekammer.

Sport Pro Fitness: Für vereinseigene Fitnessstudios, die eine hohe Serviceleistung bieten. Vorteile der Mitglieder sind die hohe Qualität des Betreuungspersonals, regelmäßige Überprüfung des Qualitätsstandards alle 2 Jahre, hoher Geselligkeitswert und vielfältige Sportangebote.

Pluspunkt Gesundheit.DTB: Auszeichnung des DTB für besondere Gesundheitssportangebote im Verein und vereinseigenen Anlagen.

Medizinisches Fitnesstraining medi aktiv

- Intensive und individuelle Betreuung an Rehageräten
- Hohe Qualifizierung der Therapeuten
- Training in Kleingruppen und nach Terminvereinbarung
- Spezielles Analyseverfahren zur Ermittlung Ihres Gesundheitsprofils
- Kraftmessungen
- Kassenunterstütze Präventions-maßnahmen
- Freundliche Atmosphäre

Fun-Sport

- 3 Beachplätze
- Je 4 Squash- und Badmintoncourts
- Indoor-Soccer und Basketball im Fun-Court
- 240 qm Kletterwand in den Schwierigkeitsgraden 3 bis 9
- Tischtennis
- Materialverleih

Wellnessbereich

- Sauna
- Biosauna
- Infrarotkabine
- Ruheraum zum Entspannen und Ausruhen
- Großer Saunabalkon mit Liegemöglichkeiten
- Solarien

Gruppenangebote

- Für Schulklassen, Kindergeburtstage und Betriebssporttage

Kinderbetreuung

- An 6 Tagen in der Woche geöffnet
- Liebevoller Umgang mit Ihren Kindern
- Keine Altersbegrenzung

Nicht jeder hat einen starken Rücken...

Das FPZ KONZEPT hilft Ihnen, Ihren Rücken zu stärken.

> Die Kraft Ihrer Rückenmuskulatur steigert sich um bis zu 30 Prozent in drei Monaten.*

> Mit ein bis zwei Therapieeinheiten pro Woche (Dauer: jeweils 60 Minuten) erreichen Sie optimale Effekte.*

> Führende gesetzliche Krankenkassen und private Krankenversicherungen unterstützen das FPZ KONZEPT.

* Denner A.: Analyse und Training der wirbelsäulenstabilisierenden Muskulatur. Springer-Verlag Heidelberg 1998.

- Krankengymnastik bei neurologischen Störungen
- Physiotherapie und **Logopädie** bei Kindern
- medizinische Trainingstherapie am Gerät
- **Logopädie** bei Erwachsenen
- Manuelle Lymphdrainage
- Krankengymnastik
- Manuelle Therapie
- Massage

REHA AKTIV

www.REHA-AKTIV.de
FON 0 71 54 - 80 78 40
70806 Kornwestheim
Bogenstraße 35
Jagststraße 13

Interdisziplinäre Praxis für Krankengymnastik, Physiotherapie und Logopädie

FunSportZentrum - Hier fühl‘ ich mich wohl!

Schreiben Sie Ihre persönliche Sportgeschichte

Das Thema Fitness und Gesundheit nimmt für uns Menschen immer mehr an Bedeutung zu. Sich fit und gesund fühlen – wer will das nicht? Durch das richtige Maß an Bewegung können Sie sich wohlfühlen! Deshalb bewegen Sie sich, wo Sie nur können und das so oft wie möglich!

Bei uns im Fitness- und Gesundheitsstudio des FunSportZentrum in Kornwestheim erleben Sie Ihr Fitness- und Gesundheitstraining auf zwei Etagen mit insgesamt 500m²! Vom Ausdauertraining über das Koordinations- und Beweglichkeitstraining, bis hin zum funktionellen oder klassischen Krafttraining, arbeiten Sie gemeinsam mit unseren ausgebildeten Fitness- und Gesundheitstrainern ihr persönliches Trainingsprogramm aus.

Wenn es um das Thema Gesundheit geht ist die Vertrauensbasis zwischen Ihnen und uns sehr wichtig. Gerade deshalb ist es unser Ziel Ihnen eine hohe Qualität zu einem fairen Preis zu bieten.

- Um sicherzugehen, dass Sie Ihre Trainingsziele erreichen, werden Sie zu Beginn Ihrer Mitgliedschaft gründlich eingewiesen.
- Auf Basis einer Anamnese und eines Gesundheits-Checks erstellen wir gemeinsam mit Ihnen einen persönlichen und auf Ihre Bedürfnisse und Wünsche angepassten Trainingsplan.
- Nach der Trainingseinweisung können Sie Ihr Training sicher starten und beginnen mit Ihrer Sportgeschichte in einem angenehmen Umfeld und einer familiären Atmosphäre!

Unsere Vertragsstruktur ist transparent aufgearbeitet, sodass Sie diese genau nachvollziehen können!

In einer Mitgliedschaft sind das gesamte Kursangebot (über 50 Kurse pro Woche) sowie der Saunabereich, wo Sie sich nach dem Training entspannen können, inklusive.

Seit 1996 vertrauen uns Mitglieder in Sachen Fitness und Gesundheit! Vertrauen auch Sie uns und schreiben Sie Ihre persönliche Sportgeschichte!

Einen Beratungstermin können Sie direkt unter der folgenden Telefonnummer vereinbaren:

07154/8308-15 oder 07154/8308-16

Hier fühl´ ich mich wohl!

13.04. bis 30.04.15

Frühlings-Glück!

4 Wochen Training für nur 29,50 €!*

Trainingseinweisung ● Trainingsplanerstellung ● Trainingskontrollen ● Kurse ● Wellness

Aufnahme- und Einweisungsgebühr entfallen

Am Glücksrad drehen und zusätzliche Preise sichern!

Gratiswochen, Gutscheine und vieles mehr

* in Verbindung mit dem Abschluss einer 12-Monatsmitgliedschaft

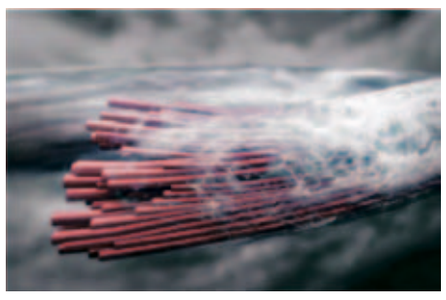
Unser Event-Tipp

Am 27.04. findet im FunSportZentrum um 18.30 Uhr ein kostenloser Vortrag zu den Themen „Stoffwechsel und WeightManagement“ statt.

Anmeldung am Empfang im FunSportZentrum notwendig

Unser Event-Tipp

Am 29.04. findet im FunSportZentrum um 19.30 Uhr ein kostenloser Vortrag zum Thema „Faszien“ statt!



FSZ-Kursplan Februar 2015

Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag		Sonntag
Großer Saal	Kleiner Saal	Großer Saal	Kleiner Saal	Großer Saal	Kleiner Saal	Großer Saal	Kleiner Saal	Großer Saal	Kleiner Saal	Großer Saal
9:30 Fit im Rücken P/R *Dagmar*	9:45-10:30 Zumba E/A *Dani*			9:30 Step E/A *Dagmar*		9:30 Step/ Workout A *Dagmar*		15:30 Zumba Kids Junior 4-7 Jährige *Dani*		
17:00 Wirbelsäulen-Gymnastik P/R *Christine A.*	10:45 Fit 50 + P/R *Dani*	10:30 Fit im Rücken P/R *Ellen*		10:30 - 11:45 Fit 50 + P/R *Christine L.*	10:30 Pilates M *Ellen*	10:30 Osteoporose Krebs P/R *Dagmar*		16:15 Zumba Kids 8-12 Jährige *Dani*		10:30 Step A *Team*
18:00 Fit im Rücken P/R *Dagmar*	18:00 Fit mit Kick E/A *Christian*	17:30 Aerobic/ Workout M *Dagmar*	18:00 Yoga A *Fabian*	17:45 Sport in Herzgruppen P/R *Dagmar/Christine A.*		17:30 Fit im Rücken P/R *Dagmar*		17:00 Cross-Fitness A *Dagmar*	16:00 Fit im Rücken P/R *Christine A.*	11:30 Bodystyle B/B/P A *Team*
19:00 Step F *Dagmar*	19:15 Zumba E/A *Dani*	18:30 Step M *Dagmar*	19:00 Pilates M *Fabian*	19:00 30-Min-Bauchkiller A *Dani*	19:00 Wirbelsäulen-Gymnastik P/R *Christine A.*	18:30 Deep Work oder Basic-Step *Dagmar*	18:30 Pilates M *Ellen*	18:00 Step F *Dagmar*		
20:00 Cross-Fitness A *Dagmar*	20:15 Zumba E/A *Dani*	19:30 Fatburner B/B/P A *Alex*	20:00 Fit im Rücken P/R *Fabian*	19:30 Fitness B/B/P A *Dani*	20:30 Zumba E/A *Dani*	20:00 Yoga E/A *Petra*	19:30 Body skills A *Ellen*	19:00 Zumba E/A *Dani*	19:10 Bodystyle B/B/P E/A *Evi*	
Cycling		**Cycling**		**Cycling**		**Cycling**		**Cycling**		**Cycling**
18:30 - 19:50/A *Klaus*		09:15/E *Ellen*		09:15/A *Ellen*		19:00/A Christine K.		18:00/E/A *Evi*		10:15-11:45/A *Michael/ Christine K.*
		19:40/F *Dagmar*		18:30 - 19:30/A/F *Michael*						

E = Einsteiger; **A** = für alle geeignet; **M** = Mittelstufe; **F** = Fortgeschrittene; P/R = Prävention / Rehabilitation

Donnerstag: Deep Work = gerade Kalenderwoche; Basic Step = ungerade Kalenderwoche

Für Cycling-Kurse bitte Rad telefonisch reservieren 07154-8308-15

FSZ-Gesundheitssport-Kurse

Beim Training in unseren Gruppenkursen ist eines sicher:

Es macht riesig Spaß!

Als lizenzierter Anbieter von Präventionskursen, Rehabilitationsangeboten und aktuellen Fitnesstrends bietet das FunSportZentrum wöchentlich neunundvierzig Kurse unter der Leitung fachkompetenter Trainer an.

Die neuesten Group-Fitness-Trends "Body-Skills" und "Deep-Work" finden Sie im Kursplan.

Lassen Sie sich beraten und finden Ihren Kurs.

FunSportZentrum - Hier fühl‘ ich mich wohl!

Cycling & CrossFitness-Event im FunSportZentrum

Cycling & CrossFitness ist ein hochintensives Workout als Kombination aus Cycling-Training mit Elementen aus CrossFitness. Anspruchsvolle Climbs und Sprints auf dem Rad wechseln sich mit funktionellen Übungen ab.

Cycling trifft auf CrossFitness-Übungen

Die Synthese von Cycling Ausdauertraining mit Muskelkrafttübungen wie Liegestütze und Sit-ups ergibt ein sehr effektives Ganzkörpertraining.

Neue Termine für das Trainings-Highlight für Fortgeschrittene!

1. Event
Samstag, 25. April 2015,
Beginn 16:00 Uhr

2. Event
Samstag, 13. Juni 2015,
Beginn 16:00 Uhr

Anmeldung ab 14 Tage vor Event am Empfang des FunSportZentrums

Teilnahmebedingungen: Mitglied im FunSportZentrum oder Kurseintritt

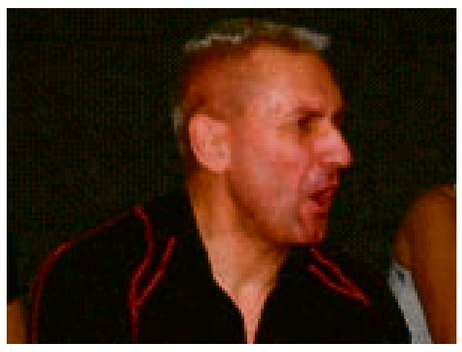
Advents-Cycling im FunSportZentrum

Advents-Cycling-Night im FunSportZentrum fand am 12. Dezember 2014 statt

Wie schon in den vergangenen Jahren war auch dieser Event ein großer Erfolg.

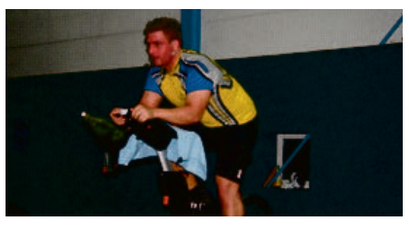
Alle radelnden Teilnehmer und die Cycling-Instructoren haben mit viel Energie fünf Stunden ihr Bestes gegeben.

Christine Krug



Michael Brunner

Klaus Anwender



Gast-Trainer Falko Dautel

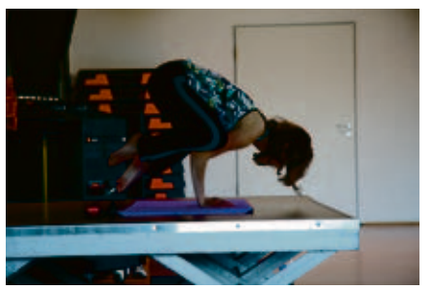
Evi Loth

Fitness-Highlights und Bodymind-Workshop 2014

Impressionen

Fitness-Highlights und Fitness & Bodymind waren wie in jedem Jahr schon lange im Voraus ausgebuchte Veranstaltungen unter der Leitung von Dagmar Dautel.

Auch in diesem Jahr wird es in der zweiten Jahreshälfte neue Workshop-Angebote geben. Infos kann man im Internet abrufen oder im FunSportZentrum in der Bogenstraße.



Gast-Referentin Sarah Brassel bei Yoga-Übungen

Begeisterte Teilnemerinnen

Rückentraining mit der Hantelstange

Dagmar Dautel zeigt die neuesten Schrittkombinationen

Tanz Dich fit mit Zumba!

Zumba-Party am 09.05.2015 um 18:30 Uhr im FunSportZentrum

Body Skills im FunSportZentrum

Gesundheit durch mehr Leistung

Beim Body Skills-Programm haben Sie alles: Kraft, Ausdauer Koordination und Beweglichkeit. Dieses intensive Training verursacht einen hohen Kalorienverbrauch, was vor allem Ihre Gesundheit fördert. Der nette Nebeneffekt ist, dass Sie dadurch ein effektives Figurtraining betreiben.

Drei Hauptbereiche charakterisieren Body Skills:

1. Beweglichkeits-Training

Das Beweglichkeitstraining ist die Basis für ein gutes und erfolgreiches Krafttraining. Bestimmte Bewegungsmuster hat unser Körper über die Lebenszeit verlernt, da das Leben immer bequemer wird. Durch Beweglichkeitstraining steigern wir Ihre Mobilität und Stabilität in den Gelenken. Zusätzlich wird Ihre Körperwahrnehmung gesteigert. Das Erweitern Ihrer Bewegungsamplituden steigert Ihr Wohlbefinden und ist Basis für ein intensives und vor allem schonendes Krafttraining.

2. High-Intensity-Training

Das High Intensity Training (HIT) ist eine sehr wirksame Trainingsform. Intensive und athletische Übungen und Trianingsmethoden führen dazu, dass sich Ihre Stoffwechselaktivität erhöht und Ihre Muskulatur wächst.

HIT strafft und formt Ihren Körper athletisch und steigert Ihr Wohlbefinden. Trotz intensiver Trainingsmethoden bleibt das Training schonend für den Körper. Vor allem die bekannte Intervall-Methode führt dazu, dass Sie Ihre Kraft und Ausdauer steigern und dabei Spaß haben.

3. Faszientraining

Das Fasziengewebe ist ein bestimmtes Bindegewebenetzwerk des Menschen. Faszien halten unsere Muskeln zusammen, grenzen diese voneinander ab und führen Stoffwechselaktivitäten durch.
Elastische Faszien sind mitentscheidend für Ihr Wohlbefinden und Ihre Fitness. Spröde und steife Faszien führen zu Verspannungen, Verklebungen und damit auch zu Schmerzen. Ein gutes Faszientraining steigert Ihre Leistung, beugt Verletzungen vor und macht Spaß!

Jeden Donnerstag um 19.30 Uhr mit Ellen

im kleinen Kurssaal

Kommen Sie vorbei!

FunSportZentrum - Hier fühl‘ ich mich wohl!

...wir helfen!

Prävention und Rehabilitation von Rücken- und Gelenkbeschwerden zu fairen Preisen!

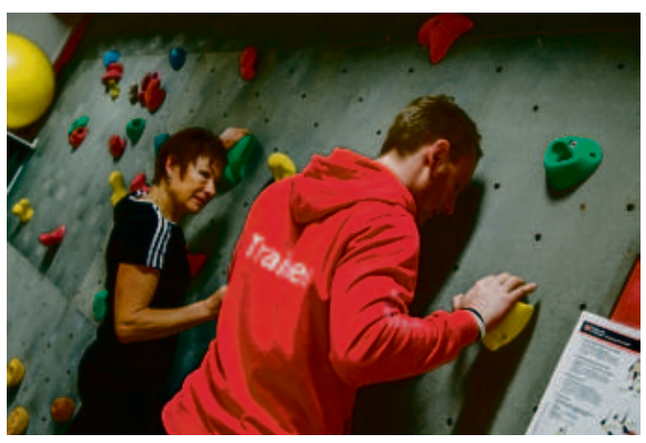
Haben Sie Rücken- und Gelenkprobleme? - Denken Sie an eine schmerzfreie Zeit zurück; vielleicht war dies ein schöner erholsamer Sommerurlaub? Genau diesen Zustand möchten wir Ihnen wieder in die Gegenwart rufen!

Als langjähriger Gesundheitspartner bieten wir die optimalen Voraussetzungen für die Lösung Ihrer Probleme und die Unterstützung Ihres Wohlbefindens! Ihr medizinisches Training findet in Kleingruppen und nach Terminvereinbarung statt.
Dabei werden Sie durch qualifizierte Sport- und Physiotherapeuten intensiv und individuell begleitet. Gemeinsam mit uns trainieren Sie an speziellen Rehageräten. Da die Geräte computergestützt sind, können wir Veränderungen bzw. Ihren Trainingsfortschritt optimal nachverfolgen.

Mit Hilfe verschiedener Verfahren testen wir Ihre Kraft, Beweglichkeit und Koordination, sodass wir diese Erkenntnisse in Ihre Trainingsplanerstellung optimal einbinden können.

Vor allem aber liegt uns Ihr Wohlbefinden am Herzen. In einer hellen, familiären und angenehmen Atmosphäre trainieren Sie gemeinsam mit maximal acht weiteren Mitgliedern. Zum Entspannen dürfen Sie gerne unseren Wellnessbereich genießen!

Kommen Sie doch einfach vorbei uns lassen Sie sich beraten!

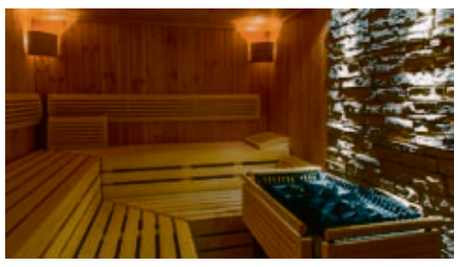


FunSportZentrum - Hier fühl‘ ich mich wohl!

Einfach mal entspannen

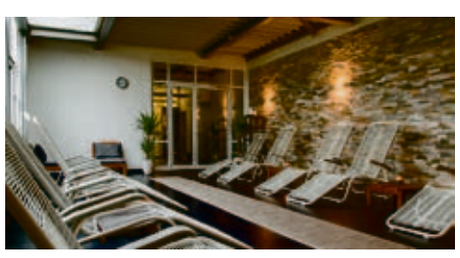
Nach 5-wöchiger Renovierung war es endlich soweit – der neue und modern eingerichtete Wellness-bereich des FunSportZentrums konnte am 22.Dezember 2014 eröffnet werden.

Die größere 90°C Sauna und auch das vergrößerte Sanarium mit automatisiertem Aufgusssystem vom Weltmarktführer Klafs bieten Ihnen tolle Möglichkeiten um nach dem Sport zu entspannen und zu regenerieren.



Bei regelmäßigen Sanarium-Gängen führt die hohe Luftfeuchtigkeit außerdem zu einer Stärkung des Herz-Kreislauf- und des Immunsystems.

Der geschmackvoll eingerichtete Ruheraum lädt zum Relaxen ein und bietet Ihnen die Möglichkeit, nach einem anstrengenden Tag die Füße hochzulegen und ein Buch zu genießen.



Gemeinsam fit halten mit Squash & Badminton

Rückschlagsportarten kennt heutzutage jeder, ja wahrscheinlich haben auch Sie schon einen gelungenen Badmintonball im gegnerischen Feld versenkt! Das Tolle daran: es macht Spaß und Sie spielen es immer mit jemandem zusammen!

Dass ein solches Spiel Spaß macht, wussten unsere Vorfahren bereits. Und wie sie das wussten! Schon vor vielen Jahren haben die Menschen in Indien mit abgeflachten Holzschlägern ein paar Holzbälle mit Hühnerfedern hin und her geschlagen.

Was wir heute zusätzlich wissen ist: Es hält uns fit! Die schnellen Ballwechsel halten sie durchgehend in Bewegung, Ihr Reaktionsvermögen steht die ganze Spielzeit über auf dem Prüfstand, Sie entwickeln Ihre motorischen Fähigkeiten und nicht zuletzt auch ein vorausschauendes und strategisches Denken! All diese Faktoren sorgen dafür, dass Sie Spaß haben und sich gleichzeitig fit und gesund halten!

Bei uns in Kornwestheim erleben Sie Squash und Badminton auf jeweils vier Courts! Kommen Sie vorbei, spielen Sie mit einem oder mehreren Partnern ein paar Bälle und haben Sie Spaß an einer spielerischen und schnellen Bewegung!

Unter der folgenden Telefonnummer können Sie sich beraten lassen oder einen Platz buchen:
07154/83 08 15

Klettern - Verbesserung aller motorischen Fähigkeiten

Der Anfang des sportlichen Kletterns liegt in der Besteigung des Falkensteins in der sächsischen Schweiz im Jahre 1864. Von da an fanden immer mehr Menschen ihren sportlichen Weg zum Klettern. Mit der Zeit haben wir das Klettern so weit perfektioniert, dass Men-schen auch in Hallen klettern können.

Bei uns im FunSportZentrum können Sie sich an solch einer Hallen-Kletterwand ausprobieren und dabei Spaß haben. Auf 240 m² Kletterfläche mit einer Höhe von bis zu 8,50 m finden Sie als Einsteiger und auch Fortgeschrittener Kletterer Ihre persönliche Kletterroute! Vom freien Klettern mit Ihren Freunden über das Schnupperklettern bis hin zu Kursen für Kinder, Einsteiger und Fortgeschrittene helfen wir Ihnen zu Ihrem Klettererlebnis!

Kommen Sie vorbei und finden Sie Ihren Weg nach oben!
Mehr Infos erhalten Sie unter der folgenden Telefonnummer:
Ansprechpartner: Petra Steis, **07154/8308-12**
(Mo. – Fr. von 8.30 -12.00 Uhr)

Kinder und Jugendliche leben in einer Welt der Bewegung!

Kinder rennen, sie laufen um die Wette, sie wälzen sich im Dreck, springen einfach in die Luft, weil sie sich freuen und treffen sich auf dem Hartplatz zum Fußballspielen! Das sind eben Kinder! Ihre Welt besteht aus Bewegung! Sie wollen unbedingt etwas erleben! Denn so hat es die Natur vorgesehen!

Kinder und Jugendliche brauchen die Bewegung zum Aufbau der Gesundheit! Um den Aufbau der organischen Funktionen sicherzustellen werden täglich zwei Stunden Bewegung empfohlen!

Wir bieten Kindern und Jugendlichen ein breites Spektrum an Bewegung! Sie können sich beim Squash und Badminton austoben, die 8,50 m hohe Kletterwand erobern oder für ein kleines Fußballspiel im FunCourt vorbeikommen! Auf den Beach-Volleyball-Plätzen können sie gemeinsam ein paar Bälle schlagen oder im Kinder-Zumba-Kurs einfach nur die Sau rauslassen!

Gibt es was zu feiern? Kinder lieben es zu feiern! Geburtstage oder ein gutes Zeugnis? Für Kinder und Jugendliche gehört es dazu sich beim Feiern zu bewegen! Sie wollen eben sportlich feiern! Unsere drei „Sportlich feiern“ – Pakete geben den Kids die Bewegung die sie brauchen!

Auf den Sportunterricht freuen sich die Kinder am meisten! „Ja, endlich wieder Action“ denken sie sich! Über die Schulferien freuen sie sich noch mehr! Was ihnen jedoch dabei fehlt ist die Bewegung! – Bei uns im SVK FunSportZentrum heißt es in den Ferien „GIVE ME FIVE“! Für nur 5,- € können Kinder und Jugendliche bis 18 Jahre zwischen 9 und 16 Uhr richtig Gas geben! Sie können Basketball, Fußball, Squash und Badminton spielen, klettern (sofern gesichert werden kann), im Sommer auch die Beachplätze unsicher machen und Tischtennis spielen! In den langen Sommerferien veranstaltet der SVK die SVK Kinder-SportWoche. 5 Tage Spiel, Spaß und vor allem Sport! Auch hier können die Kinder ihrem Drang nach Bewegung nachgehen!

Sie wollen Ihren Unterricht mal ganz anders gestalten und Ihre Schüler in Bewegung bringen? Vielleicht steht auch ein Sportaktionstag vor der Tür oder Sie möchten den Sport-Lehrplan ein wenig erweitern, um den Schülern neue Erfahrungen zu bieten?

Auch den Schulsport möchten wir unterstützen! Durch günstige und auf große Gruppen angepasste Angebote ermöglichen wir Ihren Schülern vielseitige Bewegungsmöglichkeiten.

Es gibt unzählige Möglichkeiten Kindern und Jugendlichen das zu geben, was sie wollen und brauchen! – Die Bewegung! Wir stehen bereit und helfen Kindern und Jugendlichen ihre persönliche Sportgeschichte zu schreiben!

Mehr Infos erhalten Sie unter der folgenden Telefonnummer:
07154/8308-12
(Mo. – Fr. von 8.30 -12.00 Uhr)

FunSportZentrum - Hier fühl‘ ich mich wohl!

Oktoberfest 2014 Impressionen

Mit Weißwürsten, Brezeln und Weizenbier bewaffnet veranstaltete das SVK FunSportZentrum Anfang Oktober 2014 sein erstes kleines Oktoberfest für alle Mitglieder des FSZ.
So konnte man nach einem anstrengenden Training bei „Wiesn-Musik“ in gemütlicher Runde zusammen sitzen und bayerische Spezialitäten genießen.
Das FSZ-Team hat sich über das zahlreiche Erscheinen der Mitglieder und den netten Tag sehr gefreut.

AktivLeben

Mitgliedermagazin des FSZ

Mit unserem Mitgliedermagazin AktivLeben möchten wir Ihnen informative und unterhaltsame Inhalte zu den Themen Fitness & Gesundheit vorstellen!
Das Thema Gesundheit ist so vielseitig und gleichzeitig komplex, dass es schwierig wird, sich alleine einen Überblick zu verschaffen. In unserem Mitgliedermagazin AktivLeben stellen wir Ihnen kostenlos und unverbindlich Inhalte über diesen komplexen Gesundheitsbereich vor. Dieses erscheint zwei Mal jährlich (Ende Januar; Ende Juli). Sie können das Magazin auf unserer Webseite herunterladen oder es als gedruckte Version im FunSportZentrum mitnehmen.
In unserer ersten Ausgabe im Jahr 2015 möchten wir Ihnen einen kleinen Teil des vielseitigen Fitnesssports präsentieren und wie auch andere Sportarten davon profitieren. Dabei ist das richtige Muskeltraining die Basis.
Diese Ausgabe zeigt Ihnen eine Auswahl von Übungen an verschiedenen Trainingsgeräten, welche Ihnen als zusätzliches Trainingsprogramm dienen kann.
Schauen Sie bei uns im FSZ vorbei oder laden Sie es sich online auf www.funsportzentrum.de herunter.

Viel Spaß beim Lesen!

Das FunSportZentrum in der digitalen Welt!

In der heutigen Zeit nutzen fast 80% der Deutschen das Internet. Wir sind schon lange im Internet aktiv und versuchen Sie mit Infos zu versorgen!
Seit ein paar Tagen haben wir eine brandneue Internetseite! Hochwertige Bilder erzählen Ihnen einzelne und gemeinsame Sportgeschichten unserer Mitglieder und Gäste.
Natürlich möchten wir Sie auch informativ auf dem Laufenden halten. Sie erhalten Infos zu unseren Angeboten und können über einen virtuellen Rundgang in unser Fitness- und Gesundheitsstudio schauen. In einem News-Blog erhalten Sie die neuesten Informationen des FSZ und können diese kommentieren und auch bewerten! Unabhängig von unserem Angebot möchten wir Ihnen über unsere Online-Plattform „FSZ-Ratgeber“ interessante Inhalte liefern. In regelmäßigen Abständen bereiten wir Fitness- und Gesundheitsthemen auf, die Ihren Horizont erweitern.
Die benutzerfreundliche Struktur erlaubt es Ihnen Inhalte schnell zu finden und falls nötig, diese auch herunterzuladen.

Außerdem sind wir auch in den sozialen Netzwerken „Facebook“, Google Plus“ , „Twitter“ und „Youtube“ aktiv und zeigen Ihnen immer wieder Einblicke in die vielfältige Sportwelt des FunSportZentrums!

Schauen Sie unbedingt auf unserer brandneuen Internetseite vorbei und erleben Sie uns in der digitalen Welt.

www.funsportzentrum.de

oder

Faszien - Nur Trend oder doch mehr?

FSZ informiert...

Faszien. Die ganze Welt spricht von Faszien. Aber um was handelt es sich dabei?
Und wie können wir von einem solchen Training profitieren?

Faszien umgeben den gesamten Bewegungsapparat. Sowohl die Muskeln, als auch Gelenke und Sehnen sind unter ihnen geschützt. Sie wirken im Körper etwa so, wie ein Stoßdämpfer. Allerdings schützen sie den Körper nicht nur, sondern sie unterstützen ihn auch in seinen Bewegungen.

Faszien haben sowohl in den biochemischen Abläufen, als auch im Blutfluss einen erheblichen Anteil. Nach Verletzungen bilden Faszien den Grundstock für eine gute Regeneration und die anschließende Heilung. Man unterscheidet sie in 3 unterschiedliche Arten.

Oberflächliche Faszien befinden sich im Unterhautgewebe und umgeben vorrangig die Organe und Drüsen.

Allerdings umschließen sie auch Nervenleitbahnen und sind für Lymphe und Blutgefäße durchgängig. In der momentanen Fachliteratur wird vermutet, dass Faszien eine körperinterne Kommunikation erlauben. Ähnlich der Kommunikation, die durch Nerven stattfindet. Die zweite Art der Faszien sind die „tiefen Faszien“. Sie sind faserreiche Bindegewebs--schichten und –stränge, die Muskeln und Knochen umschließen und somit auch für deren Verbundenheit zuständig sind. Je nach auftretender Belastung kann sich diese Faszie auch in eine Bandstruktur umbilden. Der hohe Kollagenanteil verleiht den Faszien ihre enorme Elastizität – selbst in ihrem festen Zustand.

Die letzte Faszienform, allerdings für den Sport unwichtig, bilden sogenannte viszerale Faszien. Sie dienen als Aufhängung unserer innerer Organe und zu deren Schutz. Nur zur Information: Die Hirnhaut ist beispielsweise eine dieser viszeralen Faszien.

Die unterschiedlichen Faszientypen haben unterschiedliche Dehnungseigenschaften und sind auch unterschiedlich interessant für die sportliche Leistungsfähigkeit. Wir sollten hauptsächlich versuchen die oberflächlichen Faszien anzusprechen. Allerdings sind auch die tiefen Faszien aufgrund ihrer hohen Dichte an Sensoren wichtig für das Wohlbefinden. Denn sie signalisieren Schmerz, Bewegungsveränderungen und die Änderung von Druck und Schwingungen.

Im Leistungssport sind diese Dinge zwar schon seit spätestens 2007 weit verbreitet und viele Topsportler trainieren seit damals schon gezielt ihre Faszien. Aktuelle Studien konnten beispielsweise beweisen, dass die entfaltete Kraft beim Gewichtheben sehr stark vom Fasziensystem abhängt.

Allerdings hat der Trend zum Faszientraining nun auch den Breiten- und Fitnesssport erreicht. Erstens, weil ein intaktes Fasziensystem natürlich sehr zum Wohlbefinden beiträgt. Und zweitens aber auch, weil es gewisse bodyshaping-Eigenschaften hat. Auch in der Rehabilitation wird in den kommenden Jahren ein immer stärkeres Einsatzgebiet vermutet. Als Faszientraining eignen sich hervorragend Kurse nach dem Prinzip der „Rebound Elasticity“, die gezielt auf langkettige Übungen eingehen, dreidimensionale Bewegungsabläufe beinhalten und eine große Bewegungsvielfalt haben, denn nur so kann man sicher gehen, dass das gesamte System der Faszien trainiert wird.

Sowohl kräftigende, als auch dynamisch dehnende Übungen, sogennantes „Fascial Stretch“, haben eine positive Auswirkung auf unsere Faszien. Die Übungen gehen fließend oder wippend von einer sehr leichten Ausgangsposition hin zu einer maximalen spannungsvollen Position und einer damit einhergehenden Belastung. Wichtig ist dabei allerdings, dass jeder Sportler und jede Sportlerin selbst erkennt, welche Belastung sie noch mit Ihrem Schmerzempfinden vereinbaren kann. Sowohl Dehnungsübungen, als auch Kraftübungen sollten immer mit einer hohen Leistungsbereitschaft durchgeführt werden, um den Anpassungsprozess möglichst wirkungsvoll in Gang zu setzen. Verlassen also auch sie Ihre Komfortzone um ihre Faszien effektiv trainieren zu können. Auch das Gleichgewichtstraining („Propriozeptives Refinement“) hat einen großen Anteil an der Verbesserung ihrer Faszien, denn die Proprio-(Selbst-) zeption (Wahrnehmung) ist ein wichtiger Bestandteil ihres Körpers. Im Gegensatz zum aktiven Training gibt es auch passive Möglichkeiten unser Fasziensystem zu verbessern. Das sogenannte „Fascial Release“ bietet hier einen hervorragenden Ansatz. Es handelt sich hierbei um die Eigenbehandlung mittels einer Rolle. Stark beanspruchte Körperstellen, wie Außenseite der Oberschenkel, oder aber auch der gesamte Rücken, werden bei dieser Art des Trainings langsam über eine Rolle bewegt.

Die Faszien geben unter dem externen Druck nach und Verklebungen werden gelöst. Dies hinterlässt nicht nur ein besseres Körpergefühl, sondern auch erheblich mehr Beweglichkeit. Der positive Effekt davon ist auch eine Schmerzverminderung an den dementsprechenden Stellen. Allerdings kann sich durch das zusammenhängende Netz der Faszien auch ein Schmerz an einer ganz anderen Stelle lösen, weil das gesamte Fasziensystem wieder frei von dieser erhöhten Spannung ist. Momentan durchgeführte Studien konnten schon im Anfangsstadium beweisen, dass durch „Fascia Release“ die Verletzungsgefahr in Form von Zerrungen deutlich gesenkt werden kann. Diese Form des Trainings kann sowohl nach jedem Training durchgeführt werden, als auch vor der Belastung – also beispielsweise einer harten Trainings-einheit oder einem stark bean-spruchenden Wettkampf. Grund dafür ist, dass entgegen des gängigen Stretchings nicht die Spannung der Muskulatur verringert wird, sondern lediglich die Faszien gelockert werden. Hat man einen Druckpunkt beispiels-weise in der Wade gefunden, so rollt man immer wieder über diese Stelle und hält am Ende direkt auf dem Schmerzpunkt an. Schon nach kurzer Zeit wird man das Gefühl der Ent-spannung bemerken.

Wichtig ist hierbei allerdings auch, dass der Schmerz nicht zu groß ist – also kein falscher Ehrgeiz beim Rollen! Das Schöne: Muskeln und Faszien können im Training nicht getrennt trainiert werden. Haben wir bisher ein Training nur mit einem „Muskelbewusstsein" durchgeführt, so wird man jetzt lernen müssen ein Training mit einem „Faszienbewusstsein" durchzuführen. Meistens haben dabei schon kleine Änderungen bekannter Übungen große Wirkung. Allerdings sollte man beachten, sich nicht nur auf die Faszien zu konzentrieren – denn ein ganzheitliches Training bezieht sowohl die Muskulatur als auch die Faszien ein. Das gezielte Training der Faszien bildet eine kleine, aber dennoch sehr wichtige Ergänzung für Ihr Training. Auch die Regenerationszeit nach einer solchen Einheit sollte beachtet werden. Wie beim klassischen Krafttraining benötigt der Körper auch beim Faszientraining eine gewisse Regenerationszeit. 48 Stunden sollten sie ihrem Körper nach der Belastung wieder zur Erholung geben.

Von Marc Julian Bonnet
Sportlicher Leiter
FunSportZentrum

Skiwochenende der Klettergruppe im Allgäu

Geschwächt durch die Grippewelle konnten doch 15 Erwachsene und 4 Kinder am Skiwochenende der Klettergruppe des FSZ teilnehmen.

Bei starkem Schneefall erreichten die Teilnehmer am Freitagabend den Heubethof, das Quartier der Kletterer für das Wochenende.
Das Seminarhaus im Allgäu bietet für Gruppen aller Größen, tolle Möglichkeiten, den Aufenthalt individuell zu gestalten.
Der Heubethof bietet großzügig eingerichtete Zimmer, mehrere Aufenthaltsräume, Skikeller und Trockenräume und eine sehr gute Verköstigung.
Als Skigebiet für den Samstag wurden die Ofterschwanger Lifte gewählt. In dem kleinen Skigebiet war für alle Könnerstufen ein ereignisreicher Tag im Schnee garaniert.
Morgens noch leichter Schneefall, setzte sich die Sonne immer mehr durch, so dass es ein noch durchweg sonniger Skitag wurde. Auch die befürchteten Wartezeiten an den Liften hielten sich in Grenzen.
Auch die Freunde des Tourengehens kamen auf ihre Kosten. Sie hatten am Gipfelkreuz des Blaicher Horns eine wunderschöne Aussicht.

Gipfel des Blaicher Horns

Heubethof

Da der Einstieg der Loipe direkt vom Parkplatz des Heubethofs möglich ist, konnten alle, die vom alpinen Skitag noch nicht genug hatten, noch eine Runde auf Langlaufskis drehen.
Nach dem Skifahren wurde die Gruppe von dem Küchenteam des Heubethofs mit Kaffee und Erdbeertörtchen, verwöhnt.
Die Kinder nahmen die Tischtennisplatte und den Tischkicker in Beschlag, während die Eltern den Abend in gemütlicher Runde ausklingen ließen.

Frühstück

Auf der Piste

Leider regnete es am nächsten Tag bis auf 1500 m Höhe, so dass nach Anfahrt ins Skigebiets Bühl am Alpsee doch die sofortige Heimreise beschlossen wurde.

Gemütlicher Ausklang des Abends

Liebe ältere Mitglieder,
wir haben für Sie wieder ein inhaltsreiches Programm zusammengestellt, das hoffentlich Ihre Zustimmung findet.
Anmeldungen für alle Veranstaltungen bitte **nur bei unserer Geschäftsstelle**, Montag- und Donnerstagvormittag von 8.00 -11.30 Uhr bei Margot Hofmann (Tel. 0 71 54 / 83 08 12).

Bei Anmeldung ist der Fahrpreis zu bezahlen.

Programm 2015

Dienstag, 19.05.2015	**Tagesausflug Glashütte Wolfach** Abfahrt: 07:30 Uhr Rathaus Fahrt durch das Kinzigtal nach Gengenbach zum Mittagessen im "Winzerstüble". Individueller Stadtbummel möglich. Von Gengenbach fahren wir zum Wasserschloss nach Glatt. Ca. 16.30 Uhr Kaffee/Vesperpause im Cafe im Schloss. Leistungen: Fahrt im Komfort-Bus Eintritt und Führung Dorotheenhütte **Fahrpreis: € 30,-**
Dienstag, 09 06.2015	**S-Bahn-Wanderung Wildpark „Favorite“** Treffpunkt 10.30 Uhr Bahnhof Ostseite. Wanderzeit ca. 2 Std. 13.30 Uhr Einkehr zum Mittagessen im „Rossknecht“ in Ludwigsburg.
Dienstag, 07.07.2015	**Tagesausflug nach Oberschwaben.** Fahrt nach Wilhelmsdorf zum Naturschutzzentrum Pfrunger-Burgweiler Ried. Anschließend Weiterfahrt zur Aussichtsplatte auf dem Höchsten. Ca. 15.15 Uhr Fahrt nach Ilmensee mit Gelegenheit zum Spaziergang bzw. Kaffeepause. Leistungen: Busfahrt, Eintritt und Führung. **Fahrpreis: € 30,-**
Dienstag, 15.09.2015	**Tagesausflug in die Pfalz** Abfahrt: 7.30 Uhr Rathaus. Nach Neustadt/Weinstraße zum Hambacher Schloss mit Besichtigung. 12.00 Uhr Weiterfahrt zum Weinort St. Martin mit Mittagspause. 14.30 Uhrt Weiterfahrt nach Edenkoben. Aufenthalt mit Gelegenheit zur Kaffeepause. Leistungen: Fahrt im Komfort-Bus, Eintritt u. Führung im Hambacher Schloss, **Fahrpreis: € 31,--**
Dienstag, 13.10.2015	**Herbstwanderung im Rotenackerwald**. Abfahrt: 13.30 Uhr Rathaus. Es gibt verschiedene Wandermöglichkeiten. Einkehr im „Schellenhof“, Rückfahrt: 19.30 Uhr. **Fahrpreis: € 6,--**

Bitte lesen Sie regelmäßig den Vereinsanzeiger.

Herbstwandertag im Rotenackerwald

Der Herbstwandertag im Rotenackerwald mit Einkehr im „Schellenhof“ kam - wie immer - gut an. Knapp 50 Mitglieder nahmen teil.
Leider war diesmal kein Photograph dabei!

Krippenbesuch im Januar bei Pfarrer Pizal in Renningen

Auch der Krippenbesuch im Januar d. J. bei Pfarrer Pizal in Renningen mit Abschluss im Gasthof zum Ochsen war wieder ein gelungener Nachmittag. Sehr angenehm war diesmal - bei herrlichem Winterwetter - die Wanderung von Renningen nach Malmsheim und zurück. Auch hier war kein Photograph dabei. Deshalb gibt es von diesen Veranstaltungen diesmal keine aktuellen Bilder!

Unsere Aktionen im Frühling

20. April	Vortrag „Probiotika und Darmgesundheit, die Bedeutung einer gesunden Darmflora“ in unseren Räumen, Beginn 19:00*
11. – 13. Mai	Venenmesstage: wir messen Ihre Venenfunktion und beraten Sie zu Venenproblemen und Kompressionstherapie*
22. Mai	Tag der Sehgesundheit – ein Schnelltest verschafft Ihnen ein Bild ihrer Sehkraft
15. Juni	Sonnenschutzberatung – optimaler Schutz für Ihre Haut, von 10:00 bis 18:00
22. Juni	Avene-Beauty Abend ab 19:00*

*** wir bitten um Voranmeldung unter 07154 / 3506, info@johannesapotheke.com oder bei uns in der Apotheke**

Johannes-Apotheke
Götz-Georg Mauthe e.K.
Johannesstraße 37 · 70806 Kornwestheim
Telefon: 07154 / 3506 · Telefax: 07154 / 70353
E-Mail: info@johannesapotheke.com
Internet: www.johannesapotheke.com

Service
Blutdruckmessung
Blutzuckermessung
Körperfettbestimmung
Kompressionsstrümpfe
Homöopathie
Natürliche ätherische Öle
Kundenkarte
Botendienst
Reiseapotheke

Verleih
Medela-Milchpumpen
Babywaagen
Pari-Boy

Besonderheiten
Dr. Hauschka Kosmetik
Caudalie

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

PARK Apotheke
Hanne Mögle-Horn
Ludwig-Herr-Straße 60 · 70806 Kornwestheim
Telefon 07154 / 8 16 16-0 · Fax 07154 / 8 16 16-12
www.park-apotheke-kornwestheim.de · E-Mail: Ihre-parkapotheke@gmx.de
SVK-Mitglieder erhalten bei Vorlage des Mitgliedausweises 5% Rabatt - Gilt nicht auf Angebote, Rezeptgebühr & rezeptpflichtige Arzneimittel!

31. SVK Pfingstturnier

Vom 22.05. bis 25.05.2015

Auch in diesem Jahr dürfen Sie sich auf ein starkes Turnier freuen.

Wir möchten Sie herzlich einladen, unser traditionell gut besetztes Jugendturnier zu besuchen. Es erwarten Sie spannende Fußballspiele und ein reichhaltiges Angebot an Speisen und Getränken.

Abteilungen

Breitensport

Abteilungsleiterin
Dagmar Dautel 071 54 / 82 34 38

- Gymnastikangebot in Sporthallen
- Konditionstraining

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

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

Reha-Sport im Verein
Petra Kürten 0 71 54 / 83 08 19
- 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

Veranstaltungen Senioren
Margot Hofmann 0 71 54 / 83 08-12
(Nur Mo. + Do. von 8 - 11.30 Uhr)

Aikido

Abteilungsleiterin
Christian Richter 0 71 54 / 18 64 35

Badminton

Abteilungsleiterin
Petra Hanke 0 71 54 / 2 46 80

Behindertensport

Lothar Fahrbach 0 71 41 / 46 09 24
- Sitzball
- Tischtennis

Dieter Walter 0 71 41 / 3 34 68
- Schwimmen und Wassergymnastik

Inge Stöckle 0 71 44 / 53 52
- Kegeln

Lothar Seidel 0 71 46 / 68 47
- Sitzfußball

Bowling

Abteilungsleiter
Marcel Naggies 0 71 54 / 18 30 78

Einrad

Abteilungsleiter
Reiner Fürst 0 71 50 / 96 97 57

Football / Cheerleader

Abteilungsleiter
Denis Sancanin 01 51 / 25 39 25 26

Cheerleader
Sarah Randi 0 71 54 / 8 05 00 31

Fußball

Abteilungsleitung
Roberto Raimondo Tel. 0172/6256685

Abteilungsleiter aktive Herren
Uli Weber Tel. 0171 / 9 55 10 46

Jugendleiter
Markus Trausch 0172 / 7 31 75 51

Abteilungsleiter Frauenfußball
Ralf Albrecht 0170 / 8 12 62 47

KiSS Jugendtrainer
Stephen Perri 0176 / 32 51 96 95

Handball

Abteilungsleiterin
Daniela Assmann 0 71 54 / 2 65 39

Männliche Jugend
Daniela Assmann 0 71 54 / 2 65 39

Weibliche Jugend
Angelika Biehl 0 71 50 / 92 27 73

Karate / Shotokan

Abteilungsleiterin
Ute Dillerup 0 71 41 / 4 32 30

Leichtathletik

Abteilungsleitung

Marc Julian Bonnet 01 70 / 9 09 79 85

Sportabzeichengruppe
Hans Bodmer 0 71 54 / 2 88 11

Mitglied im
Leichtathletikzentrum Salamander Kornwestheim - Ludwigsburg

Schwimmen

Abteilungsleiter
Hans-Joachim Tröscher 07154 / 7960

Stv. Abteilungsleiter / Trainings-koordination
Artur Wolter 07154 / 23942

Nachwuchs / Heranführung Wettkampf
Claudia Wolter 07154 / 23942

KISS
(Kinder 4-11 Jahre 07154 / 17859811

Wettkampfgruppe Jugend / Aktive
Silvia Capalija 07141 / 9122218

Masters
Dirk Kalka 07156 / 587808

Springen
Britta Fischer 07146 / 3260

Wasserball
Wolfgang Seitz 07141 / 26754

Tanzsport

Abteilungsleiterin
Anni Cimander 0 71 54 / 2 70 79

Tennis

Abteilungsleiter
Kurt Schenkel 0 71 54 / 34 61

Jugendleitung
Elke Schäfer 07154-70036

Tischtennis

Abteilungsleiter
Eric Angué 0 71 54 / 8 05 76 78

Schüler / Jugend / Anfänger
Marcus Busch 0163 – 230 42 01

Turnen

Abteilungsleiter
Stefan Kenzler 0 71 54 / 80 44 04

Volleyball

Abteilungsleiter
Andreas Leitner 0 71 54 / 2 36 41

Damen / Herren / Jugend
Dietmar Gaus 0 71 46 / 86 01 95

Freizeit
Roland Geist 0 71 41 / 2 39 03 39

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, Kindersportschule, Jahnstraße 21, 70806 Kornwestheim,
Tel.: 0 71 54 / 7 85 98 11
Fax: 0 71 54 / 2 02 87 10
E-mail: kindersportschule@kornwestheim.de
oder im Internet unter:
http://kornwestheim.de/2589.php

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

Impressum

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

% % % **Total-Abverkauf wegen Kollektionswechsel!** % % %

Liebe Kunden und Freunde unseres Einrichtungshauses,

wir haben bei unseren Herstellern jede Menge neue Möbel bestellt, die bereits unser Lager füllen. **Aus diesem Grund haben wir zahlreiche Möbel auf den totalen Abverkauf gesetzt.** Sie profitieren von Preisen, die keinen Vergleich scheuen! Überzeugen Sie sich und entdecken Sie unser Einrichtungshaus, aber Achtung: Viele Möbel sind nur noch einmal vorhanden. Wer zuerst kommt macht sein Schnäppchen. Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

Ihre Einrichtungs-Profis Thomas & Matthias Wurster

Unser nächstes Event:
COMING HOME 2015
Die große Kunst- und Genuss-Messe im Wohnforum Wurster.
Sonntag 12. April 2015. (Verkaufsoffen)

Ehrliche % % auf Küchen, Essgruppen, Wohnwände, Sofas und vieles mehr!

Wohnforum WURSTER®
Wohnforum Wurster
Stuttgarter Str. 78-86
70806 Kornwestheim
www.wohnforum-wurster.de

Mo-Fr 9.00 – 19.00 Uhr
Sa 9.00 – 16.00 Uhr
Telefon: 07154 35080

Wir scheuen keinen Preisvergleich und garantieren zusätzlich eine kompetente, professionelle Beratung.

Freitag 20. März bis Sonntag 12. April