

# Pfälzer Turner

Offizielle Mitteilungen des Pfälzer Turnerbundes

**PTB**   
PFÄLZER TURNERBUND

Nr. 09  September 2019



**Inhaltsverzeichnis**

Turnerjugendheim	2
Geschäftsstelle	3
Lehrgänge	3 - 6
Aus den Fachgebieten	7 - 8
Aus den Turngauen	8 - 10
Speyer	8 - 9
Westpfalz	9 - 10



**Impressum**  
PFLÄZLER TURNER

Mitteilungsblatt und amlt. Organ des Pfälzer Turnerbundes e.V. (Fachverband für Breiten-, Freizeit-, Gesundheits- und Spitzensport)

**Herausgeber**

Pfälzer Turnerbund e.V.  
Holger Abel, Geschäftsführer  
Turnerweg 60  
76855 Annweiler am Trifels  
Tel.: (0 63 46) 30 06 9-0  
Fax: (0 63 46) 30 06 9-29  
E-Mail:  
info@pfaelzer-turnerbund.de  
www.pfaelzer-turnerbund.de

**Redaktion**

Geschäftsstelle Pfälzer Turnerbund e.V.  
V.i.S.d.P.: Walter Benz, Präsident

Gestaltung, Druck, Versand:  
Pfälzer Turnerbund  
Druckerei: Steimer GmbH,  
Münchener Str. 1, 76726 Germersheim

**Erscheinungsweise:** monatlich  
**Bezugspreis:** jährlich 22,50 Euro

Es gilt die **Anzeigenpreisliste I/2019**.  
Anfragen über den Herausgeber.

Die mit Namen gekennzeichneten Artikel drücken nicht unbedingt die Meinung der Redaktion aus. Alle Angaben ohne Gewähr. Für unverlangt eingesandte Manuskripte, Fotos, Bücher wird keine Gewähr übernommen.

**Von Gran Canaria ins Turnerjugendheim Annweiler**

Die Turnschule Gran Canaria Las Palmas führte ein Sommer Camp in der Pfalz durch. Für die 17 Jugendlichen zwischen 10 und 11 Jahren war das ein besonderes Erlebnis. Der Kontakt entstand durch Frau Silke Stamer, Tierärztin aus Tübingen, die einige Jahre mit ihrer Familie in Las Palmas lebte.



Bunt gemischt war das Betreuereteam: Leiter der Maßnahme war der ehemalige Turner Miguel Bruna. Alexander Gahr aus Westfalen betreute den Deutschunterricht. Er unterrichtet schon seit einigen Jahren an der Schule. Für die Gesamtorganisation war Virginia Lamas aus Las Palmas zuständig. Das Turntraining in Annweiler wurde von der bekannten Pfälzer Turnerin Amelie Föllinger aus Haßloch, Ann Heber aus Irland und Paula Schmidt aus Rostock durchgeführt. Neben dem Turntraining standen auch eine Wanderung zur Burg Trifels, Schwimmen im Freibad Annweiler und viele weitere Aktivitäten auf dem Programm.



Die Jugendlichen waren total begeistert von der Umgebung des Turnerjugendheimes, dem Freigelände und natürlich von der Geräteausrüstung der Turnhallen.

Nach dieser erlebnisreichen Woche hat die Turnschule Gran Canaria schon für das nächste Jahr reserviert. Wir freuen uns, dass auch ausländische Gäste den Weg ins Turnerjugendheim Annweiler finden.

Inge Hollerith, VP Turnen



**Redaktionsschluss  
für die Ausgabe  
Oktober ist der  
20. September 2019**

# Geschäftsstelle

## Termine

Datum	Veranstaltung	Ort	Veranst.
06.-08.09.2019	Modul 2 - Übungsleiterausbildung Trainer C	Annweiler	PTB
08.09.2019	Landesliga GTM TV Bad Bergzabern - TT Sickingen	Bad Bergzabern	PTB
08.09.2019	Landesliga GTM TB Oppau - TSG Grünstadt	LU-Oppau	PTB
14.09.2019	GTM: VfL Kirchheim Teck-TG Pfalz	Kirchheim Teck	DTL
14.09.2019	Kids in Action	Böhl-Iggelheim	PTB
14.-15.09.2019	Rope Skipping Kari-Ausbildung	Annweiler	PTB
14.-15.09.2019	GTW Pfalz-Mannschaftsmeisterschaften AK+LK	Haßloch	PTB
15.09.2019	Landesliga GTM TT Sickingen - Team Turngau Speyer	Mackenbach	PTB
15.09.2019	Landesliga GTM TSG Grünstadt - TV Bad Bergzabern	Grünstadt	PTB
21.-22.09.2019	Deutsche Mehrkampfmeisterschaften	Eutin, Enkheim, Lemgo	DTB
21.09.2019	Gaubestenkämpfe Mannschaft GTW + GTM	Ludwigshafen-Oggersheim	TG RL
21.09.2019	GTM: TG Pfalz - TG Wangen-Eisenharz	Grünstadt	DTL
21.09.2019	PTB-Spezial Pilates-Yoga ( <b>ausgebucht</b> )	Limburgerhof	PTB
28.09.2019	GTM: TSG Backnang-TG Pfalz	Backnang	DTL
28.-29.09.2019	Modul 3 Kinderturnen 1	Annweiler	PTB
29.09.2019	DTB-Muskelkatalog	Annweiler	PTB
12.10.2019	Line Dance	n.n.	PTB
12.10.2019	DTB Akademie vor Ort: Bodyworkout Variationen	Rheingönheim	PTB
19.10.2019	GTM: TG Pfalz-MTV Ludwigsburg	Ramstein-Miesenbach	DTL

19.10.2019	Modernes Krafttraining an Fitnessgeräten	Annweiler	PTB
19.10.2019	Functional Training	Annweiler	PTB
19.-20.10.2019	Modul 1 - Übungsleiterausbildung Trainer C 1	Trippstadt	TG Sickingen
19.-20.10.2019	GTW-Landesmeisterschaften Mannschaft P-Stufe	Frankenthal	PTB
20.10.2019	Gaumeisterschaften GTM WPTG+TG Sickingen	Ramstein	TGS, WPTG
20.10.2019	Turnen für Rope Skipper (Fortgeschrittene)	Annweiler	PTB
26.10.2019	GTM: USC München-TG Pfalz	München	DTL
26.-27.10.2019	It's Showtime	Rodalben	PTB
27.10.2019	GTM-Landesmeisterschaften Mannschaft	Dahn	PTB
27.10.2019	Trampolin-Nachwuchslehrgang	Mutterstadt	PTB

## Neue Pluspunktvereine

### TSV Carlsberg

Nordic Walking - Schritt für Schritt zu mehr Fitness und Gesundheit (12x90)	Renate Sacker
---	---------------

### TV Dudenhofen

Fit & Gesund - Ein 60 Minuten Gesundheitsprogramm zur umfassenden Stärkung der Fitness - mit einem Schwerpunkt Ganzkörperkräftigung	Gabriele Herzog
---	-----------------

### TV Kusel

AlltagsTrainingsProgramm (ATP) - Ganzkörperkräftigungsprogramm mit Alltagsbezug	Iris Zorn
Cardio-Aktiv - Präventives Herz-Kreislauf-Training für Jung und Alt	Iris Zorn
AlltagsTrainingsProgramm (ATP) - Ganzkörperkräftigungsprogramm mit Alltagsbezug	Wolfgang Sommerfeldt

## Lehrgänge



Meldung für ALLE Lehrgänge online über [www.pfaelzer-turnerbund.de](http://www.pfaelzer-turnerbund.de) (Link Aus- und Fortbildung) oder schriftlich an:

Pfälzer Turnerbund - Geschäftsstelle

Turnerweg 60, 76855 Annweiler am Trifels  
 Telefon: 06346-3006914, Fax 06346-3006929  
 E-Mail: anettedahler@pfaelzer-turnerbund.de

#### Anmeldung:

Die Anmeldungen werden nach dem Posteingang angenommen. Unmittelbar nach der Anmeldung werden eine Annahme- oder Absage-Mitteilung und weitere Lehrgangsinformation versandt.

**Bezahlen:** per Einzugsermächtigung

#### ■ Linedance (LG-Nr. 45)

<b>Termin (NEU!)</b>	Samstag, 12. Oktober 2019
<b>Ort</b>	wird noch bekannt gegeben
<b>Zeit</b>	09.00 Uhr bis 16.00 Uhr
<b>Teilnehmergebühr</b>	27 € mit GYM CARD, 30 € ohne GYM CARD, 60 € Nichtmitglieder
<b>Teilnehmerkreis</b>	Übungsleiter, Trainer, PTB-Kursleiter Linedance, alle Interessierte
<b>Lizenzverlängerung</b>	8 LE für die Profile Fitness&Gesundheit, Gymnastik-Rhythmus-Tanz, Breitensport
<b>Verpflegung</b>	Es werden Kaffee und Kuchen, belegte Brötchen angeboten
<b>Bitte mitbringen</b>	Separate Hallenschuhe, Schreibzeug

Linedance ist eine eigenständige Tanzart und entwickelt sich, wie jede andere Tanzart, stetig weiter. Einfach nur „Schritte ablaufen“ ist zu wenig. Um als Trainer die notwendige Fachkompetenz zu haben, ist es unerlässlich, sich weiterzubilden.

Der Lehrgang beinhaltet: Grundschriffe richtig tanzen in den jeweiligen Motions, alle Grundschriffe im Linedance mit der korrekten Technik, Choreografien erarbeiten, einzählen, Motions erkennen und tanzen, neue Choreografien erlernen von Beginner bis Advanced.

Linedance eignet sich auch hervorragend, um Abwechslung in Fitness-Stunden zu bringen.

Eingeladen sind daher auch Übungsleiter und Trainer aus dem Bereich Fitness & Gesundheit.

**Referentin:** Pia Blum

#### ■ Kids in Action - das Aerobic- und Fitness-Programm für Kinder (LG-Nr. 46)

<b>Termin</b>	Samstag, 14. September 2019
<b>Ort</b>	67459 Böhl-Iggelheim, VT-Halle, Lindenstr. 6c
<b>Zeit</b>	09.00 Uhr bis 16.30 Uhr
<b>Teilnehmergebühr</b>	27 € mit GYM CARD, 30 € ohne GYM CARD, 60 € Nichtmitglieder
<b>Teilnehmerkreis</b>	Lehrer, Übungsleiter, Trainer, alle Interessierte
<b>Lizenzverlängerung</b>	8 LE für die Profile Fitness&Gesundheit, Fitness&Aerobic, Kinderturnen, 2. Lizenzstufe Gesundheitsförderung im Kinderturnen, Breitensport
<b>Verpflegung</b>	Es werden Kaffee und Kuchen, belegte Brötchen angeboten
<b>Bitte mitbringen</b>	Unterlage, Separate Hallenschuhe

Spannende, schnell nachvollziehbare Choreografien zu fetziger Musik und spielerisches Workout sind Inhalte dieses Fitness-Programms für Kinder, das ursprünglich an der DTB-Akademie entwickelt wurde. Kids in Action holt das Fitness-Studio in die Turnhalle,

egal ob im Verein oder in der Schule!

Die Stundenbilder von „Kids in Action“ entsprechen dem natürlichen Bewegungsdrang der jungen Teilnehmer, motivieren „Bewegungsmuffel“ und fördern mit viel Spaß die gesunde körperliche und geistige Entwicklung. „Kids in Action“ bietet eine Plattform für kreative, enthusiastische TrainerInnen, die mit Kindern im Alter 6 – 9 bzw. 10 – 13 Jahren arbeiten bzw. arbeiten möchten.

Alle Jahre wieder, so auch 2019, findet der praxisintensive Workshop mit zahlreichen neuen Ideen zu den Themen Aerobic, Step, Kids Beats / Drums Alive und kindgerechtes Fitness-Training in Böhl statt. Diese Schwerpunkte werden ergänzt durch kleine Spiele, die u.a. zur Verbesserung der Konzentration, Beweglichkeit und Körperwahrnehmung dienen. In der theoretischen Aufarbeitung der Praxisbeispiele werden u.a. Fragen zur Musikauswahl und -interpretation geklärt und viele Tipps für das kindgerechte Fitness-Training vermittelt. Viele der Kurzchoreographien, die wir erarbeiten werden, eignen sich für kleine Vorführungen. Auch dazu werden Tipps vermittelt.

**Referentin:** Kirsten Riedel

#### ■ Rope Skipping Kampfrichterausbildung (LG-Nr. 47)

##### Landesschulung B1 & B2

##### Modul 1: „Vorbereitung“

Durcharbeiten der Präsentation und Beantwortung eines Online-Quiz

##### Modul 2: „Nachbereitung“

Video-Wertung und Einschicken der Ergebnisse

##### Modul 3: „Single Rope - Präsenzveranstaltung“

Kampfrichterschulungstag Single Rope mit Prüfung

##### Modul 4: „Double Dutch - Präsenzveranstaltung“

Kampfrichterschulungstag Double Dutch mit Prüfung

Infos erteilt Marina Zimmer, Kampfrichter-Obfrau Rope Skipping, Email: zimmer.marina@gmx.de

**Referenten:** Benjamin Schmitz und Andre Zimmer

Lehrgangsführung: Marina Zimmer

<b>Termin</b>	Samstag, 14. September 2019 B1 (Module 1,2 und 3) Sonntag, 15. September 2019 B2 (Module 1,2, und 4)
<b>Ort</b>	76855 Annweiler, Turnerweg 60, Turnerjugendheim
<b>Zeit</b>	jeweils 09.00 Uhr bis 16.00 Uhr
<b>Teilnehmergebühr</b>	nur Samstag B1 inkl. Mittagessen: 33 € nur Sonntag B2 inkl. Mittagessen: 33 € Samstag und Sonntag B1&B2 inkl. Mittagessen: 56 €, inkl. Abendessen, Übernachtung und Frühstück: 85 €
<b>Teilnehmerkreis</b>	Rope Skipper, Trainer, alle Interessierte (Jahrgang 2003 und älter) Jüngere Teilnehmer dürfen zur Übung kommen
<b>Lizenzverlängerung</b>	je Tag: 8 LE für die Profile Rope Skipping, Kinderturnen und Breitensport Verlängerung Kari-Lizenz möglich
<b>Leistung</b>	Mittagessen, Getränke stehen am Automaten zur Verfügung Bei gebuchter ÜN: Abendessen, ÜN in Mehrbettzimmern, Frühstück

<b>Bitte mitbringen</b>	Schreibsachen, Handtücher für die Übernachtung
-------------------------	--

**Der DTB-Muskelkatalog (LG-Nr. 51)**

Bewegungen entstehen durch ein genau abgestimmtes Zusammenspiel verschiedenster Muskeln in unserem Körper. Sowohl für das Erlernen von Bewegungen und Sportarten als auch für deren weitergehende Verfeinerung sind anatomische Grundkenntnisse unabdingbar.

Jeder Übungsleiter und Trainer sollte sich im Zusammenspiel der Muskel auskennen.

In diesem Tagesworkshop wird die Referentin auch gerne eure Fragen zu Theorie und Praxis beantworten.

Alle Teilnehmer erhalten die DTB-Broschüre „Der Muskelkatalog“.

**Referentin:** Sabine Gabriel-Zick, Physiotherapeutin

<b>Termin</b>	Sonntag, 29. September 2019
<b>Ort</b>	76855 Annweiler, Turnerweg 60, Turnerjugendheim
<b>Zeit</b>	09.00 Uhr bis 16.00 Uhr
<b>Teilnehmergebühr</b>	40 € mit GYM CARD, 45 € ohne GYM CARD, 72 € Nichtmitglieder (inkl. Mittagessen und DTB-Broschüre „Der Muskelkatalog“)
<b>Teilnehmerkreis</b>	Übungsleiter, Trainer, Helfer, alle Interessierte
<b>Lizenzverlängerung</b>	8 LE für alle Übungsleiter/Trainer C, 2. Lizenzstufe Sport in der Prävention
<b>Verpflegung</b>	Mittagessen mit Salatbuffet. Getränke stehen am Automaten zur Verfügung

**DTB Akademie vor Ort: Bodyworkout Variationen (LG-Nr. 52)**

Die klassische Bodyworkout Stunde gehört zu den häufigsten und erfolgreichsten Angeboten im Verein. Formate wie z. B. Bodyforming, Bauch-Beine-Po, Bodystyling, Fatburner, Bodyconditioning etc. ähneln sich sowohl hinsichtlich ihrer Übungen als auch hinsichtlich ihres Aufbaus mit Warm up-/Cardio-Teil, anschließendem Workout mit Schwerpunkt Kräftigung und abschließendem Stretching. Daneben haben sich in den letzten Jahren in neueren Angebotsformaten wie Core Training, Functional Fitness, Pilates, Athletiktraining, Faszientraining etc., neue Übungen, Trainingsformen und Trainingsmethoden entwickelt. Diese bieten sich an, sie als Variationen in das klassische Bodyworkout einzubinden und damit das Training abwechslungsreicher, intensiver und effektiver zu gestalten.

In dieser Fortbildung lernen die Teilnehmer z.B. komplexe und dynamische Kräftigungsübungen, Partner-Workouts, intensive Intervallmethoden, Tabatatraining, Functional Training im GroupFitness-Format (Cardio & Kraft), Elemente des Faszial-Trainings und vieles mehr kennen. Zudem erfahren sie, wie sich diese Übungen und Methoden in das Bodyworkout einbinden lassen und teilweise seine Struktur verändern. Der Übungsleiter ist nach der Fortbildung in der Lage, die neuen Elemente sicher in die eigene Kursstunde zu integrieren.

**Referent:** DTB-Team

<b>Termin</b>	Samstag, 12. Oktober 2019
<b>Ort</b>	67065 Ludwigshafen-Rheingönheim, TV Rheingönheim, Bürgermeister-Horlacher-Str. 8 (Einfahrt und Parkplatz: Hoher Weg)

<b>Zeit</b>	09.00 Uhr bis 16.00 Uhr
<b>Teilnehmergebühr</b>	35 € mit GYM CARD, 42 € ohne GYM CARD, 80 € Nichtmitglieder
<b>Teilnehmerkreis</b>	Übungsleiter, Trainer, alle Interessierte
<b>Lizenzverlängerung</b>	8 LE für die Profile Fitness&Gesundheit, Fitness&Aerobic, Breitensport, 2. Lizenzstufe Sport in der Prävention
<b>Verpflegung</b>	Es werden Kaffee und Kuchen, belegte Brötchen angeboten.

**Modernes Krafttraining an Fitnessgeräten (LG-Nr. 53.1)**

Immer mehr Vereine verfügen über eigene feststehende Fitnessgeräte. Von einzelnen Fitnessgeräten bis hin zum professionellen Fitnessstudio. Deswegen möchten wir allen, die sich für das moderne Gerätetraining interessieren, eine Fortbildung anbieten. Unter fachkundiger Anleitung werden die genauen Bedienanleitungen der Geräte durchgenommen und jeder hat die Gelegenheit, selbst mit den Geräten zu trainieren.

Sehr interessant ist diese Fortbildung auch für TrainerInnen, die im Leistungsbereich die optimale Krafttrainieren wollen. Diese Fortbildung kann alleine oder in Verbindung mit Lg-Nr. 53.2 „Functional Training“ gebucht werden.

**Referent:** Daniel Fritz, Bachelor of Arts – Sportökonomie

**Functional Training (LG-Nr. 53.2)**

Übungen mit dem eigenen Körpergewicht, Medizin- und Gymnastikbällen oder mit dem Standardsortiment, das in fast jeder Turnhalle zur Verfügung steht, wird ein effektives Ganzkörpertraining erarbeitet. Hierbei gibt es viele Trainingsvariationen: Ob mit oder ohne Kleingeräte, indoor oder outdoor, alleine oder in der Gruppe – Functional Fitness ist immer und überall möglich und trainiert das Herz-Kreislauf-System so gut wie kaum eine andere Trainingsform. Neben einer breiten Auswahl an Übungen, werden auch gezielt Übungen für jedes Leistungsniveau dargelegt.

Diese Fortbildung kann alleine oder in Verbindung mit Lg-Nr. 53.1 „Modernes Krafttraining an Fitnessgeräten“ gebucht werden.

**Referent:** Daniel Fritz, Bachelor of Arts – Sportökonomie

<b>Termin</b>	Samstag, 19. Oktober 2019
<b>Ort</b>	76855 Annweiler, Turnerweg 60, Turnerjugendheim
<b>Zeit</b>	LG-Nr. 53.1: 09.00 Uhr bis 12.00 Uhr LG-Nr. 53.2: 13.00 Uhr bis 16.00 Uhr
<b>Teilnehmergebühr</b>	Bei Teilnahme an beiden Lehrgängen 53.1 und 53.2 (inkl. Mittagessen): 35 € mit GYM CARD, 38 € ohne GYM CARD, 70 € Nichtmitglieder Bei Teilnahme an nur einem Lehrgang (ohne Verpflegung): 15 € mit GYM CARD, 18 € ohne GYM CARD, 35 € Nichtmitglieder
<b>Teilnehmerkreis</b>	Übungsleiter, Trainer, alle Fitnessbegeisterte
<b>Lizenzverlängerung</b>	Je 4 LE für alle Profile
<b>Verpflegung</b>	Mittagessen mit Salatbuffet. Getränke stehen am Automaten zur Verfügung
<b>Bitte mitbringen</b>	Separate Hallenschuhe, Sportkleidung, Schreibzeug

### Turnen für Rope Skipper (Fortgeschrittene) (LG-Nr. 54)

Dieser Workshop ist ein Praxis-Lehrgang für Fortgeschrittene zur Erarbeitung schwieriger Turnelemente wie z.B. Salto.

Referent: PTB-Team

<b>Termin</b>	Sonntag, 20. Oktober 2019
<b>Ort</b>	76855 Annweiler, Turnerweg 60, Turnerjugendheim
<b>Zeit</b>	09.00 Uhr bis 16.00 Uhr
<b>Teilnehmergebühr</b>	13 € Jugendliche, 35 € mit GYM CARD, 38 € ohne GYM CARD, 70 € Nichtmitglieder (inkl. Mittagessen)
<b>Teilnehmerkreis</b>	Rope Skipper, Übungsleiter, Trainer, alle Interessierte. Vorausgesetzt werden die Elemente Rad, Rondat (Radwende) und Handstand
<b>Lizenzverlängerung</b>	8 LE für die Profile Kinderturnen, Gerätturnen, Rope Skipping und Breitensport
<b>Verpflegung</b>	Mittagessen mit Salatbuffet. Getränke stehen am Automaten zur Verfügung
<b>Bitte mitbringen</b>	Sportkleidung, separate Hallenschuhe, Turnschläppchen, Single Rope und Double Dutch-Seile (wenn vorhanden)

### Trainer-C-Ausbildung

#### Gerätturnen Leistungssport



Die erste Runde der Trainerausbildung im Gerätturnen des PTB schafft uns knapp 20 neue Trainerinnen und Trainer, die sich dem leistungsorientierten Turnsport in der Pfalz verschrieben haben. Nachdem im vorangegangenen Jahr in den Turngauen Modul 1, im Frühjahr die sportartübergreifenden Inhalte wie Versicherungsrecht, Trainingslehre u.v.m. in Modul 2 vermittelt wurden, widmeten die engagierten Übungsleiter die zweite Sommerferienwoche ganz dem Turnsport und absolvierten Modul 3 sowie die darin enthaltenen spezifischen Gerätturninhalte in einem einwöchigen Kompaktkurs. Nach erfolgreicher Lernerfolgskontrolle an diesem Wochenende, u.a. auch mit vielen praktischen Inhalten und Kompetenzen, erhielten heute die neuen Trainer ihre Trainer-C-Lizenz mit leistungssportlichem Profil. Sie haben somit die Möglichkeit weitere Lizenzstufen des Deutschen Turner-Bundes im Gerätturnen zu erwerben.



Zugleich läuft in den nächsten Wochen die breitensportliche Trainerausbildung im Gerätturnen an, um diesen Facetten des Turnens und den vielen turnbegeisterten Kids ebenso qualifizierte Trainerinnen und Trainer zur Seite stellen zu können. Vielen Dank auch an die zahlreichen Referent-(inn)-en, die Jahr für Jahr bereit sind ihre Erfahrungen und ihr Wissen mit den angehenden TrainerInnen auszutauschen. Nur so können wir gemeinsam mit unseren vielen ehrenamtlichen Übungsleiter-(inne-)n unsere gesellschaftliche Verantwortung gerecht werden.



**FRATUFA®**  
SPORTGERÄTE

SCHULSPORT BREITENSORT LEISTUNGSSPORT GYMNASTIK FITNESS THERAPIE

D-67204 Frankenthal | Tel: 06233 37 93 - 70 | Fax: 06233 37 93 - 99 | info@fratufa.de

[www.fratufa.de](http://www.fratufa.de)

## Aus den Fachgebieten

### Gerätturnen männlich

#### TG-Pfalz startet erstmals in der 3. Gerätturn-Bundesliga

Erstmals startet in der Wettkampfsaison 2019 eine Auswahl-Mannschaft aus der Pfalz in der 3. Gerätturn-Bundesliga-Süd.

Die Mannschaft setzt sich aus folgenden Turnern zusammen:

Turner	Verein
Phillip Mäuslein	TuS St. Martin
Niko Weickert	TSG Grünstadt
Jan Sitter	TB Oppau
Bastian Conrad	TB Oppau
Felix Hanß	TuS St. Martin
Dario Weiß	TV Bad Bergzabern
Maurus Schneider	TSG Grünstadt
Alexander Volk	TV Bad Bergzabern

ICH BIN  
DEIN  
AUTO



CITROËN C3  
AIRCROSS

für mtl. 229€\*

\*DEINE ASS-KOMPLETTRATE

- 1.2 l PureTech 130, 130 PS (96 kW)
- Ganzjahresreifen • KFZ-Versicherung
- KFZ-Steuer • Überführungs- und Zulassungskosten
- 19% MwSt. • Keine Anzahlung / Schlussrate
- 20.000 km Jahresfreilaufleistung (5.000 Mehrkilometer gegen Aufpreis möglich)

PTB

PFÄLZER TURNERBUND

\*Angebot gilt vorbehaltlich etwaiger Änderungen und Irrtümer. Gelieferte Fahrzeuge können von der Abbildung abweichen. Limitiertes Angebot - Übernahme muss bis spätestens Ende September erfolgen! Auslieferung erfolgt über Frechen, Bochum oder Düren. Die Wahl des Lieferortes ist aus logistischen Gründen nicht möglich. Stand: 28.07.2019.

ASS Athletic Sport Sponsoring  
0234 95128-40  
www.ichbindeinauto.de

Dominik Scherer	TV Lemberg
Leon Storck	TB Oppau
Valentin Schall	TV Wörth
Paul Studenski	TSG Grünstadt
Benjamin Schreieck	TuS St. Martin
Conrad Beck	TV Bad Bergzabern
Christian Eberle	TB Oppau

#### Die Wettkampftermine:

Datum	Paarung	Ort
14.09.2019	VfL Kirchheim Teck-TG Pfalz	Kirchheim Teck
21.09.2019	TG Pfalz-TG Wangen-Eisenharz	Grünstadt
28.09.2019	TSG Backnang-TG Pfalz	Backnang
19.10.2019	TG Pfalz-MTV Ludwigsburg	Ramstein
26.10.2019	USC München-TG Pfalz	München
09.11.2019	TG Pfalz-KTV Straubenhard II	LU-Oppau
16.11.2019	TSV Unterföhring-TG Pfalz	Unterföhring

Die Mannschaft freut sich auf lautstarke Unterstützung, besonders auf den Heimwettkämpfen.

#### Landesliga

Im zweiten Jahr findet 2019 die Landesliga im Gerätturnen männlich statt. Die gleichen Mannschaften, wie bei der Premiere 2018 nehmen an der aktuellen Runde teil:

TB Oppau, TSG Grünstadt, TV Bad Bergzabern, TT Sickingen und Team Turngau Speyer.

Die 10 Rundenkämpfe finden zwischen dem 18. August und dem 15. September statt.

#### 1. Wettkampftag Landesliga 2019

##### TV Bad Bergzabern-TB Oppau



Sonntag nachmittag - strahlender Sonnenschein. Spazierengehen, Radfahren? Mitnichten. Die TB Oppau ist zu Gast beim Auftakt in der Pfalzliga 2019 beim TV Bad Bergzabern. Ungewohnte Umgebung, die kleine Gymnasiumhalle (Die Großhalle wird umgebaut)! Beginn Boden, eine 17m-Bodenbahn, Bergzabern beginnt, dann wirbeln die Oppauer. Bergzabern muss schon einen Joker ziehen. Es wird schnell klar, die Oppauer sind zwar keine eigene Liga, aber dem Gastgeber doch überlegen. Knapper Gerätesieg für Oppau. Das setzt sich dann am Seitpferd fort, obwohl Dario Weis aus Bad Bergzabern die Höchstwertung mit 11,65 Punkten erzielt. Aber, das ist Seitpferd: Absteigen, nochmals Absteigen... und die Punkte sind weg. Ringe wird wieder knapp für Oppau, aber zwei Gerätunkte. Sprung: Oppau zeigt durchschnittlich Überschlag Salto, beide Verei-



ne ziehen einen Joker, aber die höheren Ausgangswerte zählen für Oppau. Und am Reck wieder ein ähnliches Bild, da einem Bergzaberner noch ein Teil fehlt, sind mal gleich vier Punkte weg. Hätte aber nichts mehr am Gesamtergebnis verändert. Insgesamt ist die Oppauer Mannschaft reifer und sicherer und bietet natürlich auch die höheren Ausgangswerte. Da das Computerprogramm nicht alles ausrechnen wollte, musste Oberkampfrichter M. Pacia auch noch die grauen Hirnzellen aktivieren, um das Endergebnis von 203,70 zu 187,30 für Oppau auszurechnen. Ein guter Wettkampf in angenehmer Atmosphäre, auch wenn wegen der beengten Verhältnisse nach den Ringen umgebaut werden musste. Und der Gastgeber tat sein Möglichstes, um die Gäste zu verpflegen.

### Deutsche Meisterschaften Gerätturnen 2019



Anfang August war es soweit, 2 pfälzer Turner und 2 pfälzer Kampfrichter machten sich auf den Weg zu den Finals am 3. August in Berlin. Für die Kampfrichter Helmut Metz und Uwe Reichert bestimmt schon Routine und trotzdem immer ein schöner Termin im vollen Terminkalender. Für David Jäger, vom TV-Bad Bergzabern, ging ein großes Ziel in Erfüllung. Nachdem



er 2017 und 2018 verletzungsbedingt nicht starten konnte, hat es endlich geklappt, Teilnahme bei den Deutschen Meisterschaften. Auch Justus Fröhlich von der TSG Grünstadt hat sich gleich in seinem ersten Qualifikationsjahr die Fahrkarte nach Berlin erturnt. Für beide Turner war es ein riesiges Erlebnis neben den Top-Turnern auflaufen zu können und ihr Können unter Beweis zu stellen. Die Anspannung war ihnen anzumerken. Justus begann am Boden und hatte zu Beginn etwas zu kämpfen, kam aber dann sehr gut in den Wettkampf und belegte am Ende einen guten 32. Platz. Bei David war der Boden das letzte Gerät. Leider hatte er am Boden 2 größere Fehler, was am Ende den 30. Platz ergab. Nach dem Wettkampf waren sich beide einig, nächstes Jahr wollen sie wieder versuchen sich für die Deutschen Meisterschaften zu qualifizieren. Wir drücken den Jungs die Daumen.

## Aus den Turngauen

### Turngau Speyer

[www.speyergau.de](http://www.speyergau.de)



### Lehrgang für Männerturnen 2019

Körperliche Ertüchtigung, Herausforderung oder einfach nur Auspowern?

Anregungen zur innovativen Gestaltung eurer Männerturnstunden. Ausdauer-, Kraft- und Dehneinheiten auf der Basis eines funktionellen Trainings, kombiniert mit Spaß und Spiel beim Turnspiel Indiaca, bietet euch der Lehrgang für Männerturnen 2019.

<b>Termin</b>	Samstag, 19. Oktober 2019
<b>Ort</b>	76776 Neuburg, Grundschulturnhalle, In der Wörthenlache
<b>Beginn</b>	14.00 Uhr
<b>Verpflegung</b>	In der Pause werden zu günstigen Preisen Kaffee und Kuchen angeboten
<b>Teilnehmergebühr</b>	15,00 € direkt vor Ort Bezahlung
<b>Lizenzverlängerung</b>	4 LE für die Profile Breitensport, Kinderturnen, Turnen
<b>Anmeldung</b>	Karl-Heinz Ritter, Männerturnwart Turngau Speyer, Tel. 07273/3338

## Indiaca Gaumeisterschaft 2019/20

<b>Termin</b>	Samstag, 14.09.2019
<b>Ort</b>	Wernersberg, TSV Wernersberg Sporthalle
<b>Ausschreibung/ Meldebogen</b>	online auf der Homepage Turngau Speyer indiaca-speyergau@web.de

Westpfalz  
Turngau

[www.westpfalz-turngau.de](http://www.westpfalz-turngau.de)



## Westpfalz-Turngau besucht Zoo Amnéville

Am 8. August 2019 trafen sich 66 Turnerinnen und Turner aus dem Westpfalz-Turngau, um unter der Leitung von Inge Hollerith,



Start noch vorhandene Wolkendecke war mittlerweile auch aufge-  
rissen, sodass einem erlebnisreichen Tag nichts mehr im Wege ste-  
hen sollte.



der Oberturnwartin des Westpfalz-Turngaus den Zoo in Amnéville bei Metz in Frankreich zu besuchen.

Die beiden Reisebusse der Firma Nußbaum aus Merzalben sam-  
melten um 7.45 Uhr in Münchweiler und um 8.00 Uhr in Rodal-  
ben die Mitfahrer ein. Eine gemischte Truppe von Jugendlichen, die

Nach der Ein-  
lassprozedur  
in den Zoo  
konnten alle  
Besucher das



Gelände nach eigenem Gutdünken erkunden. Die An-  
zahl an verschiedenen Tieren war überwältigend. Von  
der Schlange bis zum Elefanten waren alle erdenklichen  
Tierarten vertreten. Besonders die Raubtiere, ob Löwen,  
Tiger, Panter oder Geparden, lagen träge unter einem



unter der Woche mitfahren konnten, weil noch Schulferien waren,  
bis Senioren.

Nach 2 Stunden Fahrt war das Ziel in Amnéville erreicht. Die beim



Busch oder Baum im Schatten und schliefen. Die Gehege der Wildtiere waren erstaunlich groß und artgerecht gestaltet, sodass sich die Bewohner sichtlich wohlfühlten. Besonders die Orang-Utans im Affenhaus boten den Zoobesuchern eine lustige Show. Ob Eisbären, Nilpferde oder Kängurus, aus allen Erdteilen waren Tiere zu sehen. Eine Vielzahl von Tierpflegern kümmerten sich ständig um die Tiere und Gehege. Kleine Affen wurden gefüttert oder Gehege ausgemistet. Viele helfende Hände kümmerten sich um das Wohlergehen der Zoobewohner. Trotz des wegen der Schulferien großen Andrangs im Zoo, fand man immer einen guten Platz vor einem Gehege oder Käfig, um die darin lebenden Tiere zu beobachten. Das weitläufige und unübersichtliche Gelände lies die Besucherschar weniger erscheinen, als sie tatsächlich war. Trotz dieser vielen Besucher war der Zoo aber stets sauber und aufgeräumt und machte somit einen rundherum positiven Eindruck.

Ein absolutes Highlight war die Flugshow, die um 14 Uhr über die Bühne ging. 45 Minuten lang flogen eine Vielzahl

vögeln arbeiteten. Die Vö-



gel traten zuerst getrennt nach Rassen auf und zeigten ihr Können. Beim Finale flogen alle Akteure dann nochmals gemeinsam über die Arena: Ein fantastischer Anblick.

Die Zeit verging in dem weitläufigen Gelände wie im Flug

von Raubvögeln von Falken über Adler bis hin zu Kondoren über die Köpfe der Zuschauer hinweg von Falkner zu Falknerin und umgekehrt. Eine besondere Attraktion war dabei, dass bis zu 3 FalknerInnen auf Pferden durch die Arena ritten und dabei mit den verschiedenen Raub-



und unversehens war es bereits 17 Uhr und die Busse starten wieder zur Heimfahrt.

Gerne wäre man bei den einen oder anderen Tier noch etwas länger stehen geblieben oder hätte sich gerne noch eine weitere Show angesehen. Aber das sind alles Gründe um nochmals in den Zoo nach Amnéville zu fahren.



# It's Showtime 2019

**TANZ**  
**Clownerie**  
**Akrobatik**  
**SHOW**

**SAMSTAG**  
**26. Oktober**  
 16:00 Uhr

**SONNTAG**  
**27. Oktober**  
 14:00 Uhr



**TSR Sporthalle Rodalben**  
 Lindersbachstraße · 66976 Rodalben

Eintrittspreise: Erwachsene € 5,- und Kinder/Jugendliche: € 4,- Die Sitzplätze sind nummeriert  
 Kartenbestellung: Telefon 06346 - 3006913 · tickets@pfaelzer-turnerbund.de

 **Sparkasse**  
 Südwestpfalz

 **LEO**  
 Wir leben Pfalz. DIE  
 RHEINPFALZ

**PTB**   
 PFÄLZER TURNERBUND

**FRATUFA**  
 SPORTGERÄTE

 **LOTTO STIFTUNG**  
 RHEINLAND-PFALZ

