

Pfälzer Turner

Offizielle Mitteilungen des Pfälzer Turnerbundes

PTB 
PFÄLZER TURNERBUND

Nr. 11 ■ November 2019



Dario Weis, TG Pfalz

D 6691

- Regionalliga Inklusion
- Gisela Thoni verstorben

Seite 2-3
Seite 5

■ Inhaltsverzeichnis

Regionalliga Inklusion	2 - 3
Geschäftsstelle	3
Lehrgänge	3 - 4
Aus den Fachgebieten	4 - 5
Aus den Turngauen	5 - 8
Rhein-Limburg	5
Speyer	6
Westpfalz	6 - 8

Impressum PFÄLZER TURNER

Mitteilungsblatt und aml. 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.



Was ist die „Regionalliga Inklusion“?

Das deutschlandweite Projekt „Regionalliga Inklusion“ ist ein Teilprojekt der Offensive Kinderturnen und hat zum Ziel, allen Kindern die Möglichkeit zu geben, sich gemeinsam zu bewegen und zu spielen. Kinderturnen eignet sich durch vielfältige Bewegungsangebote besonders gut, um Verschiedenheit einen Raum zu geben. Kinderturnen bietet nicht nur eine Grundausbildung der motorischen und kognitiven, sondern auch der sozialen Fähigkeiten.

Die „Regionalliga Inklusion“ ist ein Projekt des Deutschen Turnerbunds (DTB) und der Deutschen Turnerjugend (DTJ) mit einer Laufzeit von 5 Jahren. Es wird von der Aktion Mensch Stiftung gefördert und von Special Olympics Deutschland (SOD) als Projektpartner, sowie der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) als Kooperationspartner unterstützt. Das Projekt klärt auf und qualifiziert bundesweit Übungsleiter/innen in den Vereinen zu Angeboten im Bereich der fokussierten Zielgruppe (Inklusion, Integration, Bildungsbenachteiligung). Es initiiert und stärkt Kooperationen zwischen Vereinen, Einrichtungen der Behindertenhilfe, Kindergärten, Flüchtlingsinitiativen, Grundschulen und weiteren Einrichtungen bzw. Organisationen.

Für wen ist das Projekt?

Die Regionalliga öffnet Kindern im Alter von 3-7 Jahren die Türen zum Kinderturnen - ob Junge oder Mädchen, ob mit oder ohne Behinderung oder mit Migrationshintergrund. Im Vordergrund des Projekts steht nicht das „Wer kann das besser-Prinzip“, sondern das „Lass uns das gemeinsam gut machen-Prinzip“. So kann jedes Kind, Elternteil, jeder Verein, jede(r) Übungsleiter/in, Erzieher/in oder Betreuer/in Teil des Projekts werden.

Wie funktioniert das Projekt?

Deutschlandweit sind sechs Inklusionscoachs in ihrer Region dafür verantwortlich, mit den jeweiligen Landesturnverbänden, Special Olympics, KITAS und anderen Organisationen Kooperationen aufzubauen. Die Region 4 besteht dabei aus den Bereichen der Landesturnverbände Mittelrhein, Pfalz, Rheinhessen und dem Saarland. Ziel ist es, in den Regionen ein Netzwerk aufzubauen, bessere Qualifikationsmöglichkeiten für alle Menschen zu schaffen und Informationen über Kinderturnangebote für alle zu verbreiten.

Mehr Informationen zum Projekt findet ihr unter: <https://www.dtb.de/offensive-kinderturnen/ueber-das-projekt/teilprojekt-regionalliga-inklusion/>

Wie kannst Du aktiv werden?

Ein Teil des Projekts, in dem Kinder, Kinder sein dürfen und es keine Rolle spielt, wo sie herkommen, wie sie aussehen oder ob sie eine Behinderung haben, kann ein Jeder werden. Ob als Übungsleiter/in, Elternteil, Kooperationspartner/in oder als Unterstützer/in und Befürworter/in, wird dabei nicht unterschieden. Alle sind Herzlich Willkommen!

Die Möglichkeiten der Zusammenarbeit sind vielfältig:

Wir können...

...allen Kindern die Möglichkeit geben, am Kinderturnen teilzunehmen.

...bei den regelmäßig stattfindenden Netzwerktreffen dabei sein, um Ideen zu besprechen und diese im Sportverein/in der Organisation umzusetzen.

...Informationen über das Projekt an Eltern und Kinder weitergeben.

...den Verein in die Inklusionslandkarte eintragen, um zu signalisieren, dass dort alle Menschen willkommen geheißen werden.

Der Link zur Inklusionslandkarte: https://www.inklusionslandkarte.de/IKL/Startseite/Startseite_node.html

Die Art der Zusammenarbeit hängt von der Motivation und Realisierbarkeit ab. Dennoch gilt: Je mehr Menschen mitmachen, desto mehr können wir erreichen!

Zusätzlich gibt es eine kleine Umfrage, bei der gerne jeder teilnehmen kann!

Ein Projekt, in dem jedes Kind willkommen ist.

Menschen sind verschieden und das ist gut so. Vielfalt ist etwas Schönes: Die kleinen Leute haben das am besten verstanden, denn Kinder spielen ohne Vorbehalte, ihnen ist es egal, woher ein anderes Kind kommt oder welche Voraussetzungen es hat.

**Redaktionsschluss
für die Ausgabe
Dezember/Januar ist der
20. November 2019**

Der Link zur Umfrage:

<https://forms.office.com/Pages/ResponsePage.aspx?id=qblYcDj-yECIA1lj8zRWo9GMpv79WzBHgH4EgpiahZdUOTIzWEEExSkcwTII-POEw5STBRMDY3Tk9LMi4u>

Wende Dich bei Fragen, Ideen oder Anregungen gerne an:



Stefanie Kneisle

Inklusivcoachin Region 4
 Telefon: 0261 / 135-154
 Mobil: 0176 / 57835886
 E-Mail: stefanie.kneisle@tuju.de
 www.kinderturnen.de
 www.tuju.de
 Standort: Turnverband Mittelrhein e.V.
 Rheinau 10, 56075 Koblenz

Geschäftsstelle

Termine

08.-10.11.2019	Deutscher Turntag	Leipzig	DTB
09.-10.11.2019	Modul 3 Kinderturnen 2	Annweiler	PTB
09.-10.11.2019	Rheinland-Pfalz-Meisterschaften GTW Mannschaft	Gau-Odernheim	RhTB
09.11.2019	Kinesio-Tape-Workshop	Annweiler	PTB
09.11.2019	GTM: TG Pfalz-KTV Straubenhardt II	Lu-Oppau	DTL
10.11.2019	Rheinland-Pfalz-Meisterschaften GTM Mannschaft	n.n.	TVM
10.11.2019	Breitenturnwettkampf	Rodalben	WPTG
16.11.2019	Tampolin - Lehrgang mit Trainern	Neustadt	PTB
16.11.2019	GTM: TSV Unterföhring-TG Pfalz	Unterföhring	DTL
16.-17.11.2019	Modul 1 Übungseleiterausbildung Trainer C 2	Trippstadt	TG Sickingen
16.-17.11.2019	Modul 3 Gerätturnen Breitensport 3	Annweiler	PTB
17.11.2019	Food Coaching	Annweiler	PTB
23.11.2019	Rendezvous der Besten	Ludwigshafen	PTB
23.-24.11.2019	DTB-Kursleiter Faszio Teil 2	Annweiler	PTB

24.11.2019	TURN10@-Grundlizenz Kari-Kurs	Frankenthal	TG RL
30.11.-01.12.2019	Modul 3 Kinderturnen 3	Annweiler	PTB
30.11.-01.12.2019	Trampolin - Wochenendlehrgang	Neustadt	PTB
01.12.2019	TURN10@-Wettkampf	Limburgerhof	TG RL

Neue Pluspunktvereine

TSG Dirmstein

Wirbelsäulengymnastik	Angelika Wöbner
Kampf dem Winterspeck Fitnessstraining	Heidemarie Thiemer
Fitnessgymnastik (Bodystyling)	Heidemarie Thiemer
Pilates Core Training 1-3	Heidemarie Thiemer

TuS Haardt Neustadt

Trittsicher durchs Leben - ein Kräftigungsprogramm	Barbara von Stetten
--	---------------------

Lehrgänge



Meldung für ALLE Lehrgänge online über 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

■ RSG: Kampfrichterlehrgang zum Code de Pointage für 2020

Termin	Samstag, 09. November 2019
Ort	IGS-Halle, Mühlstr. 51, Ludwigshafen-Edigheim
Zeit	10.00 Uhr bis 15.00 Uhr 10.00 Uhr bis 12.00 Uhr Theorie 12.00 Uhr bis 12.30 Uhr KaRi-Einsatz 2020 12.30 Uhr bis 15.00 Uhr Praxis
Teilnehmergebühr	20 Euro je Teilnehmerin
Teilnehmerkreis	Verpflichtung für alle KaRi's des PTB, Änwärterinnen fürs Landesbrevet

Lehrgangsinhalt	RSG Wertungsvorschriften Schwerpunkt AD, Neuerungen
Leitung	Petra Fließ, LKO PTB
Referentin	Petra Fließ
Meldungen	bis spätestens 01.11.2019 per E-Mail an Petra Fließ (dirk.fliess@web.de)

Lehrgang „Krafttraining an Fitnessgeräten“ findet tolle Resonanz



Nach den erfolgreichen Lehrgängen der letzten beiden Jahre, fand am 19. Oktober 2019 zum dritten Mal ein Lehrgang zum Thema „Krafttraining an Fitnessgeräten“ unter der Leitung von Daniel Fritz in Annweiler statt. Im Rahmen des Lehrgangs wurde neben der Einführung an Kraftgeräten noch verschiedene Trainingsmethoden und



deren Komplexitäten vermittelt. 2019 bestand zum ersten Mal die Möglichkeit, die Fortbildung mit einem Nachmittagslehrgang „Functional Fitness“ zu buchen. Hier standen Übungen mit dem eigenen Körpergewicht, Medizin- und Gymnastikbällen oder mit dem Stan-



dardsortiment, das in fast jeder Turnhalle zur Verfügung steht, im Vordergrund. Außerdem wurde ein effektives Ganzkörpertraining mit den Teilnehmern erarbeitet. Alle Teilnehmer haben abgekämpft aber zufrieden und mit positivem Feedback die Heimreise angetreten.

Aus den Fachgebieten

Prellball

TSV Ludwigshafen verlustpunktfrei Tabellenführer in der Prellball-Bundesliga Süd



Der TSV Ludwigshafen liegt nach dem ersten Spieltag in Wangen im Allgäu verlustpunktfrei an der Tabellenspitze. Die Mannschaft konnte alle fünf Spiele gewinnen. Es wird schwer für die anderen Teams gegen den amtierenden deutschen Meister, falls er in Bestbesetzung spielt, ein Spiel zu gewinnen.

Die erste Mannschaft des TV Rieschweiler startete ebenfalls zufriedenstellend in die neue Saison. Mit drei Siegen und zwei Niederlagen. Die Niederlagen kassierte das TVR-Team gegen Ludwigshafen und den Vizemeister der Bundesliga Süd der Vorsaison, den TV Huchenfeld.

Die zweite Herrenmannschaft des TV Rieschweiler hat keines ihrer Spiele gewonnen. Es wird schwer für die Mannschaft die Klasse zu halten.

Die größte Überraschung aus Pfälzer Sicht war das gute Abschneiden der neuformierten Frauenmannschaft des TV Rieschweiler. Nach drei Siegen und zwei Niederlagen liegt das Team auf einem im Vorfeld nicht erwarteten vierten Platz.

Der zweite Spieltag findet am 09.11.19 im bayrischen Babenhausen statt.

Männer:

Platz	Verein	Bälle	Punkte
1	TSV Ludwigshafen	186:136	10:00
2	TV Huchenfeld	178:152	09:01
3	TV Rieschweiler 1	165:144	06:04
4	VfL Waiblingen 2	165:145	06:04

5	VfL Waiblingen 1	163:144	06:04
6	TV Zeilhard	144:142	06:04
7	TSV Babenhausen	140:118	05:03
8	TV Freiburg St. Georgen 1	145:165	04:06
9	TV Freiburg St. Georgen 2	152:190	02:08
10	SV Weiler	150:188	00:10
11	TV Rieschweiler 2	136:200	00:10

Frauen:

Platz	Verein	Bälle	Punkte
1	TV Freiburg St. Georgen 1	201:101	10:00
2	TV Edingen	224:142	10:02
3	TSV Babenhausen	175:127	08:02
4	TV Rieschweiler	164:167	06:04
5	VfL Waiblingen	147:186	04:06
6	TV Zeilhard	116:165	02:08
7	SV Weiler	168:209	02:10
8	TV Freiburg St. Georgen 2	110:208	00:10



Roland Tremmel, Kampfrichterbeauftragter Badischer TB und Karin Volkmer luden zum Ausflug ein

stündige Fahrt ging von Mannheim nach Heidelberg, Weinheim und über Käfertal zurück. Trotz sommerlichen Temperaturen war es eine angenehme Fahrt. Während der Fahrt gab es Kaffee und Kuchen (selbstgebackener). Den Abschluss mit einem Essen in Büfett-Form gab es dann beim TV-Maudach.

Ich denke, es war ein rundum gelungener Tag.
Karin Volkmer

Aus den Turngauen

Turngau Rhein-Limburg



www.turngau-rhein-limburg.de

Leichtathletik-Kampfrichter auf Jahresabschluss-tour

Mit historischem Salonwagen durch die Kurpfalz



Eine Woche nach unserem letzten Einsatz in Eisenberg als Kampfrichter der Leichtathleten, starteten wir am 30.08.2019 zu unserem Ausflug. Er führte uns in diesem Jahr ins Badische. Treffpunkt war die Haltestelle Luisenpark/Technoseum.

Dort wurden wir dann um 11:00 Uhr von dem historischen Salonwagen/Bahn der RNV aus dem Jahr 1928, abgeholt. Unsere vier-

Ikone der Frauengymnastik Gisela Thoni überraschend verstorben



Das Turngau-Ehrenmitglied

Gisela Thoni

ist am 19. Oktober 2019 im Alter von 76 Jahre verstorben.

Viele Turnerinnen im Turngau und Pfälzer Turnerbund wird diese Nachricht schwer treffen, denn die Turnerei verliert die Spitzenfrau in der Frauengymnastik.

Aufgrund ihrer Aktivitäten beim TV Kirchheimbo-

landen und SV Oberwiesen im Bereich Gymnastik und Tanz wurde Gisela 1986 beim Gauturntag Gaufrauenturnwartin des Turngaus Rhein-Limburg (TRL), später dann in Personalunion Gaufrauenwartin.

Als Choreografin für Großraumvorführungen wurde sie über die Grenzen der Pfalz bekannt; Höhepunkte waren die Darbietungen mit weit über 1000 Turnerinnen bei den Deutschen Turnfesten in Berlin, Bochum-Dortmund, Frankfurt, München, bei Landesturnfesten und zahlreichen Gauturnfesten. Ihr Händchen für Gymnastik & Tanz war ihr Markenzeichen. Die letzte Großraumvorführung gestaltete sie beim Gauturnfest 2006 in Eisenberg.

Auch die Teilnahme mit ihrem Verein bei Gymnastik & Tanz war Garant dafür, dass sie auf vorderen Plätzen zu finden war.

Auf gymnastische Grundschulung legte sie besonderen Wert, war Referentin in der Vorturnerausbildung im TRL.

Der Turngau Rhein-Limburg und die pfälzischen Turnerinnen und Turner verlieren, so Turngauvorsitzender Walter Benz, die Ikone der Frauengymnastik in der Pfalz.

Wir trauern mit ihrem Ehemann Arnold Thoni, den Söhnen Peter und Andreas!

Gisela Thoni hat sich für das Turnen im Turngau Rhein-Limburg und darüber hinaus verdient gemacht! Ruhe in Frieden, Gisela

Turngau Speyer

www.speyergau.de



Seniorenlehrgang „Tanz und Bewegung“

Termin	Samstag, 09. November 2019
Ort	76776 Neuburg, TV Turnhalle, Feldstr. 1
Beginn	14.00 Uhr
Verpflegung	Abschluss mit Kaffee und Kuchen, gemütlicher Ausklang
Teilnehmergebühr	15,00 € direkt vor Ort Bezahlung
Anmeldung	Brigitte Föhr, Seniorenwartin Turngau Speyer, Tel. 063448184 oder brigitte.foehr@t-online.de

Vereinsmitteilungen

TV Edenkoben

Indiaca: 3. Platz für Mixed-Mannschaft in Nieder-Olm



Am 08.09.2019 fand das 2. Nieder-Olmer Indiaca-Turnier statt, bei dem die Indiaca-Abteilung des TV Edenkoben mit einer Mixed-Mannschaft teilnahm. Gespielt wurde in 2 Gruppen mit jeweils 4 Mannschaften. In der Vorrunde erreichte die Mannschaft mit Horst Croissant, Bernd Laubscher, Joachim Münch, Trudy Sternfeld und Irene Zenneck hinter der Mannschaft des TV Udenheim den 2. Platz. Beim Halbfinale mussten sie sich der Mannschaft der TMG Mainz-Gonsenheim knapp geschlagen geben und erreichten dann schlussendlich einen guten 3. Platz.

Text: Irene Zenneck

Einladung

Der TV 1848 Edenkoben e.V., lädt recht herzlich zum 8. Indiaca-Turnier in Folge ein.

Termin:	Sonntag, 10. November 2019
Ort:	Großsporthalle Edenkoben, Weinstr. 132
Uhrzeit:	Hallenöffnung 8.30 Uhr Spielbeginn ab ca. 9 Uhr
Spielklassen:	Mixed 35+ geändert in Mixed -offene Spielklasse (ohne Altersbegrenzung)

- Es können Mannschaften aus dem Freizeit- und Aktiven Bereich

teilnehmen.

- Startgebühr: 20 € pro Mannschaft
- Es wird nach den aktuellen DTB-Regeln gespielt.
- Das Schiedsgericht wird von den jeweils spielfreien Mannschaften gestellt.
- Jede Mannschaft sollte 2 spielfähige Indiaca mitbringen.

Meldeschluss ist Sonntag der **3. November 2019**

Bitte Termin einhalten, spätere Meldungen können leider nicht mehr berücksichtigt werden.

Für Verpflegung wird wie immer bestens gesorgt sein. Wir freuen uns auf Eure Anmeldungen.

Mit sportlichem Gruß

Jürgen Daub, TV 1848 Edenkoben e.V., Tel.: 06323/6836

Email: dj39@web.de

Westpfalz Turngau

www.westpfalz-turngau.de



Erfolgreiche Deutsche Mehrkampfmeisterschaften

Eine Bronzemedaille sowie vier weitere Top 10 Platzierungen konnten die Stützpunktturner des Westpfalz-Turngaus von den Deutschen Mehrkampfmeisterschaften aus Eutin mitnehmen.

Am 21./22. September fanden die Deutschen Mehrkampfmeister-



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

schaften (DMKM) in Eutin (Schleswig-Holstein) statt. Mit insgesamt neun qualifizierten Turnern reisten die Stützpunktturner des Westpfalz-Turngaus in das weit entfernte Eutin. Neben den drei Stammvereinen TV Hauenstein, TV Dahn und TV Pirmasens trainieren derzeit noch weitere Turner des TV Lemberg sowie des TuS Winzeln im Stützpunkt.



Nach der langen Anreise von über neun Stunden konnte, nach dem gemeinsamen Abendessen im Brauhaus, die Übernachtungsstätte (ein Schulsaal in der Berufsschule in Eutin) bezogen werden. Bei den DMKM ist es üblich, dass die Athleten gemeinsam in einer Schule übernachten.

Noah Breiner (TV Lemberg), Silvan Teubert (TV Pirmasens), Julian Burkhart (TV Dahn) und Moritz Schumacher (TV Hauenstein) starteten sonntags bei den Deutschen Mehrkampfmeisterschaften

in ihren Altersklassen im Deutschen Sechskampf, ein Mixwettkampf aus drei Disziplinen Gerätturnen (Boden, Barren, Reck) sowie drei Disziplinen Leichtathletik (Sprint, Kugelstoßen, Weitsprung).

Anton Wilhelm (TV Pirmasens), Felix Klein (TV Lemberg), Carsten Burkhart (TV Dahn) und Dominik Scherer (TV Lemberg) traten hingegen bereits samstags in ihren Altersklassen im deutschen Achtkampf an. Zu den schon genannten Turn- und Leichtathletikdisziplinen kamen im Gerätturnen der Sprung sowie in der Leichtathletik noch der Schleuderballwurf hinzu. Marc Korb (TuS Winzeln), der ebenfalls samstags sein Wettkampf absolvierte, konnte in seiner Altersklasse noch im Deutschen Sechskampf starten.

Der erste Wettkampftag konnte in aller Ruhe begonnen werden. Das Einturnen für Marc, Anton, Felix, Carsten und Dominik wurde erst für den Mittag angesetzt, sodass der Wecker nicht all zu früh klingeln musste.



Aufgrund der zuvor bekannten Meldezahlen war klar, dass bei konstanten Leistungen in der Halle wie auch im Stadion gute Platzierungen möglich waren. Und genau das konnten alle fünf Turner am Samstag auch größtenteils zeigen. Kleine Fehler blieben dennoch nicht aus. Carsten strauchelte bei seinem Flugteil am Reck, Dominik beim Handstand am Barren. Doch dies brachte die zwei nicht aus ihrem Konzept. Auch im Stadion zeigten alle fünf, bei strahlendem Sonnenschein und perfekten Bedingungen, gute bis sehr gute Leistungen.

Bei der Siegerehrung am Abend konnte dann ausgiebig gefeiert werden. Dominik Scherer sicherte sich mit 88,706 Punkten den dritten Platz und konnte seine Medailensammlung erweitern. Ein kleiner Wermutstropfen war dennoch sein kleiner Fehler am Barren, der ihn letztlich den zweiten Platz und somit den Vizemeistertitel kostete. Dennoch konnte er, aufgrund seines Trainingsrückstandes, sehr zufrieden mit seinem dritten Platz sein.

Stolz und zufrieden können auch Carsten Burkhart mit Platz 4, Felix Klein mit Platz 5, Anton Wilhelm mit Platz 6 und Marc Korb mit Platz 9 sein.

Der Sonntag selbst begann nicht ganz so entspannt wie der Tag zuvor, denn schon um 6 Uhr klingelte der Wecker. Das Einturnen für Silvan, Julian und Moritz war bereits für 8 Uhr angesetzt. Noah begann bei seinen ersten Deutschen Mehrkampfmeisterschaften als einziger Stützpunktturner mit den leichtathletischen Disziplinen früh morgens im Stadion und wechselte nach Sprint, Kugelstoßen und Weitsprung in die Gerätturnhalle. Dass sich die Jungs nicht nur privat, sondern auch in der Halle gut verstehen, zeigte sich, als Moritz merkte, dass er zu Hause ein Reckriemchen vergessen hatte. Julian zögerte nicht lange und half ihm mit seinem Satz Riemchen für

ICH BIN DEIN AUTO

OPEL CORSA
1.4 I, 90 PS (66 kW)

für mtl. 219 €*

LIMITIERTES ANGEBOT

*DEINE MTL. KOMPLETTRATE:

- Ganzjahresreifen ▪ KFZ-Versicherung ▪ KFZ-Steuer
- Überführungs- und Zulassungskosten ▪ Keine Anzahlung / Schlussrate
- 19% MwSt. ▪ 20.000 km Jahresfreilaufleistung (5.000 Mehrkilometer gegen Aufpreis möglich)

PTB

PFÄLZER TURNERBUND

den Wettkampf aus. Ohne Stürze und ohne größere Fehler kamen alle vier Turner durch den Wettkampf. Noah hatte am letzten Gerät seines Wettkampfes mit einer stärker werdenden Sehnenreizung im Fuß zu kämpfen. An ein Einturnen am Boden war überhaupt nicht zu denken. Mit seinem Trainer entschied er sich, die Bodenübung ohne vorheriges Einturnen zu zeigen, was letztlich auch die richtige Entscheidung war.

In der Endabrechnung belegten Moritz Platz 14, Julian Platz 18, Silvan Platz 23 und Noah Platz 24.

Der enorme Trainingsaufwand, mit bis zu viermal Training pro Woche sowie die weite Anreise haben sich für alle gelohnt! Herzlichen Glückwunsch!

Vereinsmitteilungen

VT Zweibrücken

Die Frauen-Fitness-Gruppe der Vereinigten Turnerschaft Zweibrücken unterwegs in Hauenstein



Am Samstag, dem 14. September trafen wir uns – 13 Turnerinnen zwischen 70 und 90 Jahren aus der Frauen-Fitness-Gruppe (sowie einem Gastsenior) – am Zweibrücker Hauptbahnhof. Unter der bewährten Leitung von Elisabeth Heim ging um 10.45 Uhr die Zugfahrt los in Richtung Hauenstein in der Südwestpfalz.

Nach etwa einer Stunde Fahrt wurden wir am Hauensteiner Bahnhof von Wanderwart Günter Reichert und dessen Ehefrau Helga freundlich in Empfang genommen. Beide begleiteten uns dann zu Fuß zum „Paddelweiher“. Etwa 20 min. durch den Ort, dann eine halbe Stunde entlang dem Flüsschen Queich, und unser Ziel, die Wanderhütte am Paddelweiher im Naturpark Pfälzer Wald – Nordvogesen war erreicht.

Die Hütte, der Weiher, Sitzplätze unter prächtigen Bäumen, wunderschönes Spätsommerwetter – ein Panorama wie aus dem Bilderbuch. Das gute, rustikale Mittagessen darf hier natürlich nicht unerwähnt bleiben.

Nach der Rast ging es weiter: ein Großteil unserer Gruppe wollte den Weiher zu Fuß umrunden, einige andere waren so mutig, das Wasser mit dem Tretboot zu erkunden. Etwa eine Stunde später trafen wir uns dann alle zu einer abschließenden Weißweinschorle wieder. Nach viel Reden und Lachen ging es an der Queich entlang zurück zum Bahnhof Hauenstein.

Gegen 19.30 Uhr in Zweibrücken angekommen, konnten wir auf einen wunderschönen Tag in schöner Gesellschaft zurückblicken.

Vielleicht bietet sich die Gelegenheit zu einem solchen Ausflug einmal wieder.

U.M.

Gymnaestrada in Dornbirn / Vorarlberg

Die Wortschöpfung ist ein vom Holländer Jan Sommer erfundenes

Kunstwort und bindet „Gymnastik“ (Weltbegriff für alles, was mit den Turnsportarten zu tun hat) „strada“ (Straße) und „estrada“ (Bühne). Im offiziellen Festbuch (Festival Guide) kann man so einiges erfahren. So steht dort: Ein Turnfestival der Superlative. Die Weltgymnaestrada ist das größte internationale Breitensportfestival der Welt und wird alle 4 Jahre in einer anderen Stadt ausgetragen. Das Ziel der Veranstaltung ist es, Menschen aus aller Welt frei von Leistungsdruck und ohne Wettkampf zusammen zu bringen. So heißt denn auch das Motto der Weltgymnaestrada „come together.show your colours!“



So trafen sich auch über 18 000 TeilnehmerInnen aus allen 5 Erdteilen, mit 69 Nationen, ein riesiger Erfolg. Sie alle fanden Quartier in 16 Gemeinden und Orten im Voralberger Land eine herzliche Aufnahme.

Hier ein Bericht von unserer Teilnehmerin Heike Schwefel

Die Eröffnungsveranstaltung wurde wegen Unwetter von Sonntag auf Montag verschoben. Das war ja schließlich höhere Gewalt. Die dazugehörigen Fahnen der DTB-Delegation kamen in letzter Minute für die Eröffnungsfeier. Diese war dann dem Mittwoch gerettet. 69 Nationen waren vertreten und somit 18.160 Teilnehmer/innen (TN) vor Ort. Die größte teilnehmende Delegation waren die Schweizer mit 3041 TN, gefolgt von den Deutschen mit 2250 TN und die kleinste Delegation, mit gerade 2 TN, stellte Tonga dar. Für uns anstrengend dieses Jahr waren die 4 Auftritte an 4 Tagen und dann noch die Eröffnungsfeier und ganzen Proben (alles im Freien und bei doch gutem Wetter). Das zehrte schon an der Substanz. Die 1. Großgruppenvorführung war montags im Casino Stadion in Bregenz. Den Auftakt machte die deutsche Delegation mit 600 TN zwischen 10 und 85 Jahren, in farbenfrohen Bildern: erst Aufstehen, dann Shopping-Tour und schließlich Party – es war ein gelungener Tag. Ein besonderer Auftritt hatten wir bei dem Dornbirn Special. Da die deutsche Delegation sehr gut ist und früher immer war, wurden wir dafür auserwählt, mitzuwirken. Donnerstags abends hatten wir das Vergnügen die Generalproben zur Oper „Rigoletto“, auf der Bregenzer Seebühne, zu sehen. Wir hatten zum Glück Karten dafür bekommen. Freitags, an unserem ersten freien Tag, fingen wir uns dann leider den „Gymnaestrada Virus“ ein. Von nachmittags bis in die Nachtstunden, wurde die Anzahl der „Virusanerinnen“, die in Quarantäne gelegt wurden, immer größer. Tja, wir hatten uns einen 24Std.-Virus eingefangen und mussten, wohl oder übel, damit fertig werden. Später erfuhren wir, dass auch andere Schulen davon betroffen waren. Obwohl wir dieses Mal wenig Zeit hatten uns mehr auf den Vorführungen umzusehen und auch die Gegend zu erkunden, war es trotzdem eine schöne Woche. Das Gute waren die Österreicher! Solch eine Gastfreundschaft, Hilfsbereitschaft und auch Aufopferung (vor allem im Umgang mit den Erkrankten) wiegt alles auf. Auch die Gespräche mit den Einheimischen waren sehr schön und total nett. Die nächste Gymnaestrada ist 2023 in Amsterdam – na hoffentlich bis dahin!

PTB 
PFÄLZER TURNERBUND

Der Pfälzer Turnerbund und die
Sparkasse Vorderpfalz präsentieren
die Top-Gruppen aus
It's Showtime 2019

RENDEZVOUS DER BESTEN

**Samstag
23. November**

**Beginn 18.00 Uhr | Einlass 16.30 Uhr
Friedrich-Ebert-Halle Ludwigshafen**

Eintrittspreise: Erwachsene 15,- € | Kinder/Jugendliche: 10,- € | Die Sitzplätze sind nummeriert
Kartenbestellung: Telefon 06346/3006913 | tickets@pfaelzer-turnerbund.de

Foto: D. Wang



 Sparkasse
Vorderpfalz

 **FRATUFA**
SPORTGERÄTE

 **KACHELOFENBAU**
ICKAS

 Wir leben Pfalz. **DIE**
RHEINPFALZ  **LEO**

 **LOTTO STIFTUNG**
RHEINLAND-PFALZ

 **twl**
Die Zukunft kann warten

PRÄSENTIERT VON **Sparda-Bank**
sparda-bw.de

STB 
SCHWÄBISCHER
TURNERBUND

 **Badischer
Turner-Bund e.V.**

TurnGala



CELEBRATION

05.01.2020

13.30 & 18.30 UHR BADEN-BADEN
FESTSPIELHAUS BADEN-BADEN

06.01.2020

18.30 UHR MANNHEIM
SAP ARENA

TICKETS: 0721 - 18 15 55 oder
badischer-turner-bund.de und
an allen bekannten Vorverkaufsstellen

DIE INTERNATIONALE SHOW AUS TURNEN, GYMNASTIK
UND SPORT IN BADEN-WÜRTTEMBERG


MANNHEIMER
MORGEN
AUFGEWECKT IN DEN TAG

 **BNN** BADISCHE
ZEITUNG
NACHRICHTEN

 **LOTTO**
Baden-Württemberg

 **EnBW**

 **AOK**
Baden-Württemberg

Werde Instructor FunTone

GYMCARD-Inhaber sparen bei Weiterbildungen



Foto: Jana Spring | FunTone®

Von A wie AROHA® bis Z wie Zertifikat »Instructor FunTone®« – die DTB-Akademie bietet zahlreiche Instructor-Weiterbildungen im Bereich Group-Fitness an und das nahezu bundesweit. GYMCARD-Inhaber erhalten bei der Anmeldung einen Preisnachlass auf die Teilnehmergebühren.

Das Weiterbildungsprogramm

Neben Fitness, Functional Training und GroupFitness stehen bei der DTB-Akademie die Weiterbildungen im Bereich Gesundheitssport, Pilates und Yoga im Fokus. Auch für die Zielgruppe Kinder und Ältere können Trainer und Übungsleitende entsprechende Kursleiter-Weiterbildungen bei der DTB-Akademie besuchen. Das neue Weiterbildungsprogramm 2020 ist Anfang Oktober 2019 erschienen.

Instructor FunTone®

Eines der neuesten Konzepte in der DTB-Akademie ist FunTone®, funktioneller und klar strukturierter Muskelaufbau (Toning) für den ganzen Körper und jede Problemzone. Modern, effizient und abwechslungsreich revolutioniert das Konzept den Bauch-Beine-Po Bereich und begeistert viele Teilnehmende.

Im Vordergrund des Konzepts stehen die intelligenten Verbindun-

gen von funktionellen Bewegungen sowie die ideale Bewegungsdauer – in der entscheidend wirkenden Reihenfolge. FunTone® Training sorgt dafür, dass sich die Bindegewebsstrukturen in kürzester Zeit verbessern, was zu schnell sichtbaren Ergebnissen wie Figurstraffung und Fettreduktion führen kann.

Das FunTone®-Konzept wurde 2012 von Jana Spring in Zusammenarbeit mit der »SAFS – Swiss Academy of Fitness & Sports« und »Funciomed – das Zentrum für funktionelle Medizin« in Zürich entwickelt. Jana Spring ist seit 1996 international als Fitness-Expertin, Dozentin und Presenterin in der Fitnessbranche tätig. Neben Ihrer Referententätigkeit ist sie seit drei Jahren Inhaberin der Online-Fitness-Plattform MYFUNTONE.com. Jana Spring ist auch in diesem Jahr als Referentin für die DTB-Akademie bundesweit im Einsatz und vermittelt interessierten Trainer/-innen das FunTone®-Konzept.

Rabatt bei Instructor FunTone®-Instructor nutzen

Trainer/-innen und Übungsleitende, die das lizenzfreie Konzept in ihr Vereinsangebot integrieren möchten, können sich bei der DTB-Akademie zum Instructor FunTone® weiterbilden lassen. GYMCARD-Inhaber sparen 45 Euro bei den Teilnehmergebühren.

Nächsten Termine 2019

Interessierte können sich für folgende Termine anmelden:



- 18. – 20.10.2019 in Koblenz
- 08. – 10.11.2019 in Bergisch Gladbach
- 22. – 24.11.2019 in Frankfurt
- 06. – 08.12.2019 in Hamburg

Mehr Infos und Anmeldung finden Sie unter www.dtb-akademie.de mit dem Suchbegriff »FunTone«.

Kosten und Nutzen der GYMCARD

Die GYMCARD ist der kostenfreie Mitgliedsausweis für Übungsleitende, Vorstandsmitglieder, ehren- oder hauptamtlich Tätige sowie Mitglieder von Turnvereinen, -abteilungen und -gruppen. Inhaber der GYMCARD können von Preisvorteilen profitieren und haben durch Expertenwissen einen Mehrwert im Verein.

Monika Preißer ■

Weitere Informationen unter:
www.dtb.de/gymcard

Für GYMCARD-Inhaber wird bei einer Buchung über das GymNet der reduzierte Preis direkt ausgewiesen.



Noch keine GYMCARD?
Antrag und Infos finden Sie unter:

www.dtb.de/gymcard

