

Pfälzer Turner

Offizielle Mitteilungen des Pfälzer Turnerbundes

PTB 
PFÄLZER TURNERBUND

Nr. 12/01  Dezember 2019/Januar 2020



Foto: M. Oexner

■ Inhaltsverzeichnis

Gedanken zum Jahreswechsel	2
Geschäftsstelle	3
Lehrgänge	4 - 7
Aus den Fachgebieten	7 - 10
Aus den Turngauen	10 - 12
Rhein-Limburg	10 - 11
Speyer	11 - 12
Sickingen	12
Westpfalz	12



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.

■ Gedanken zum Jahreswechsel 2019/2020

Liebe Pfälzer Turnerinnen und Turner,

eine meiner häufigsten Aufgaben im Jahr 2019 war leider die Teilnahme an den Beisetzungen unserer verstorbenen Turnfreundinnen und -freunde.

Alles verdiente, gestandene Turnerleute, die ihre Kraft und ihr Engagement für uns, unsere Turngaue und Vereine gegeben haben.

Man kann jetzt sagen: „Das gehört zum Leben dazu!“ OK. Aber welche Auswirkungen hat diese Tatsache auf die Situation im Ehrenamt?

Viele Vereine, Turngaue und auch der PTB suchen ehrenamtliche Mitarbeiter und Übungsleiter/innen für vakante Positionen.

- Nein, das ist mir zu stressig!
- Nein, das kann ich meiner Familie nicht antun!
- Sollen es doch die Anderen machen!
- Ich kann ein Ehrenamt mit meinem Beruf nicht vereinbaren!
- Meine Beruf ist mir wichtiger, als ein Ehrenamt!

Nun, wir leben im Zeitalter der Globalisierung;

Nein zum Ehrenamt, aber die Angebote müssen stimmen!

2020 haben wir im September unseren Landesturntag in Pirmasens. Die Wahlen gehen schnell über die Bühne; hoffentlich spricht mich keiner an. Fehlende Positionen soll gefälligst das Präsidium suchen.

Seit dem Tod von Fritz Korb im Jahr 2016 ist das Amt des Vizepräsidenten Finanzen vakant. Eines der wichtigsten Ämter im Präsidium. Keine Resonanz haben wir bei zahlreichen Anfragen erhalten. 3 Jahre unbesetzt!

Unsere Funktionäre werden älter, die Gremien sind überaltert!

Es fehlen neue Ideen, engagierte, motivierte Menschen die „ja“ sagen zur Mitarbeit im Verein, Turngau, PTB!

Wir sind für alle Impulse in dieser Sache dankbar und bitten Euch das Ganze einmal zu überdenken, ob ein Engagement vielleicht doch möglich ist.

Ich hoffe mein Apell wird ein wenig fruchten!

Nun zum Jahr 2019

Wir haben alle Veranstaltungen und Lehrgänge mit Bravour gemeistert. Die Resonanz auf unsere Arbeit ist meist positiv.

Dafür haben sich die Ehrenamtlichen unseres Verbandes stark eingesetzt unter großzügiger Unterstützung unserer hauptamtlichen Geschäftsstelle. Dafür meinen herzlichen Dank. Auch an das Team des Turnerjugendheimes in Annweiler, dass wir uns in unserem Haus so richtig wohlfühlen können. Wir werden auch großzügig unterstützt vom Sportbund Pfalz, der immer ein offenes Ohr für unsere Anliegen hat. Auch allen ungenannten Sponsoren und Förderern des PTB sage ich ein herzliches Dankeschön.

Namens meiner Präsidiumskolleginnen und -kollegen wünsche ich allen ein gesegnetes Weihnachtsfest und einen guten Rutsch ins 159. Jahr unseres Verbandes. Ein turnerisches Gut-Heil zum Jahresende wünscht Euch allen

Walter Benz

**Redaktionsschluss
für die Ausgabe
Februar ist der
20. Januar 2020**

Geschäftsstelle

Termine

11.01.	RSG-Kampfrichterlehrgang CdP Teil 1	Frankenthal	PTB
11.-12.01.	Modul 1-1 Trainer/ÜL-Ausbildung	Grünstadt	TG RL
11.-12.01.	Modul 1-1 Trainer/ÜL-Ausbildung	Lustadt	TG Speyer
18.01.	RSG-Kampfrichterlehrgang CdP Teil 2	Frankenthal	PTB
18.01.	Kampfrichter-Fortbildung Gtw	Annweiler	PTB
18.-19.01.	Modul 1-1 Trainer/ÜL-Ausbildung	Rodalben	WPTG
18.-19.01.	PTB-Trainerfortbildung Gerätturnen	LU-Oppau	PTB
25.01.	Faszination Gerätturnen	Edenkoben	PTB
25.01.	Rope Skipping Landesmeisterschaften Team	Rheinbrohl	PTB
25.-26.01.	Modul 1-2 Trainer/ÜL-Ausbildung	Grünstadt	TG RL
01.02.	RSG-TTS Pokal Süd	Ludwigshafen	PTB
01.02.	Aus- und Fortbildung Kampfrichter Leichtathletik - Mehrkampf	Annweiler	PTB
01.-02.02.	Modul 1-2 Trainer/ÜL-Ausbildung	Rodalben	WPTG
08.02.	Fortbildung Gtw	Annweiler	PTB
08.-09.02.	Modul 1-3 Trainer/ÜL-Ausbildung	Grünstadt	TG RL
08.-09.02.	Modul 1-3 Trainer/ÜL-Ausbildung	Rodalben	WPTG
09.02.	Kampfrichter-Fortbildung Gtw	Annweiler	PTB
15.-16.02.	Kampfrichter-Fortbildung Gtw	Annweiler	PTB
29.02.	Workshop Fit und Frei	Frankenthal	PTB
29.02.-01.03.	Modul 1-2 Trainer/ÜL-Ausbildung	Lustadt	TG Speyer
01.03.	PTB-Meisterehrung	Limburgerhof	PTB
07.03.	Sportakrobatik	Rodalben	PTB
08.03.	Indiaca Workshop	Edenkoben	PTB

13.-15.03.	TGM-TGW Bundeskampfrichterschulung	Bergisch Gladbach	DTB
14.03.	RSG-Landesmeisterschaft Einzel, Landes-Cup Einzel	n.n.	PTB
15.03.	RSG-Landesmeisterschaft Gruppen, Landes-Cup Gruppen	n.n.	PTB
21.03.	PTB-Convention Aerobic & Fitness	Grünstadt	PTB
21.03.	Kampfrichter-Fortbildung Gtw	Annweiler	PTB
27.-29.03.	Modul 2-1 Trainer/ÜL-Ausbildung	Annweiler	PTB
28.03.	Kampfrichter-Fortbildung Gtw	Annweiler	PTB
28.03.	PTB-Dance Day	Frankenthal	PTB

Neuer Pluspunktverein

ESV Ludwigshafen

Cardio-Aktiv - Präventives Herz-Kreislauf-Training für Jung und Alt	Gisela Kickjeu
Cardio-Aktiv - Präventives Herz-Kreislauf-Training für Jung und Alt	Birgitta Scheib

Faszination Spitzensport

Der Pfälzer Turnerbund präsentiert zum dritten Mal „Faszination Spitzensport“

In Edenkoben erobert „Faszination Spitzensport“ zum dritten Mal die Herzen der Zuschauer. In der Turnshow am 25. Januar 2020 werden sich die besten Turnerinnen und Turner aus der Pfalz aus den Bereichen Gerätturnen, Trampolin und Rhythmische Sportgymnastik einen packenden Wettkampf liefern und das Publikum begeistern.

Eine Jury aus ausgebildeten Wertungsrichtern bewertet dann, welche Sportler/-innen und Teams zu den Siegern gekürt werden.

Karten für „Faszination Spitzensport“ gibt es ab sofort über den Pfälzer Turnerbund (Tel. 06346/3006913, E-Mail: tickets@pfaelzerturnerbund.de) oder beim Hotel das Prinzregent (Unter dem Kloster 1, 67480 Edenkoben).

Erwachsene: 12 Euro, Kinder u. Jugendliche bis einschl. 15 Jahre: 10 Euro

Einzig Abo Pfälzer Turner

Die Abo-Gebühr für den „Pfälzer Turner“ wird Anfang Januar eingezogen. Wer eine Rechnung für die Gebühr benötigt, meldet sich bitte bei der Geschäftsstelle.

Einladungen Meisterehrung

Am 1. März findet in Limburgerhof die Meisterehrung des Pfälzer Turnerbundes für die Erfolge aus dem Jahr 2019 statt. Die Einladungen werden im Dezember versandt. Wer keine Einladung erhalten hat, aber der Meinung ist, dass ihm eine Ehrung zusteht, meldet sich bitte bei der Geschäftsstelle. Die Liste der eingeladenen Sportler befindet sich auf der Internetseite des Pfälzer Turnerbundes.

PTB-Geschäftsstelle über Weihnachten geschlossen

Die Geschäftsstelle des Pfälzer Turnerbundes ist vom 23. Dezember 2019 bis einschließlich 3. Januar 2020 geschlossen. Die Rezeption des Turnerjugendheims ist zu den üblichen Bürozeiten besetzt.

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 Teil 1

Termin	Samstag, 11. Januar 2020
Ort	VT Frankenthal, Nachtweideweg 40, 67227 Frankenthal
Zeit	10.00 Uhr bis 13.00 Uhr
Teilnehmergebühr	20 Euro je Teilnehmerin (Teil 1+2)
Teilnehmerkreis	Anwärterinnen fürs Landesbrevet
Lehrgangsinhalt	Schwerpunkt E-Note
Leitung	Petra Fließ, LKO PTB
Referentin	Petra Fließ
Bitte mitbringen	Code de Pointage, Schreibzeug
Meldungen	bis spätestens 03.01.2020 per E-Mail an Petra Fließ (dirk.fliess@web.de)

■ RSG: Kampfrichterlehrgang zum Code de Pointage für 2020 Teil 2

Termin	Samstag, 18. Januar 2020
Ort	VT Frankenthal, Nachtweideweg 40, 67227 Frankenthal
Zeit	10.00 Uhr bis 13.00 Uhr anschließend Prüfung
Teilnehmergebühr	20 Euro je Teilnehmerin (Teil 1+2)
Teilnehmerkreis	Anwärterinnen fürs Landesbrevet
Lehrgangsinhalt	Schwerpunkt E-Note
Leitung	Petra Fließ, LKO PTB
Referentin	Petra Fließ
Bitte mitbringen	Code de Pointage, Schreibzeug
Meldungen	bis spätestens 10.01.2020 per E-Mail an Petra Fließ (dirk.fliess@web.de)

■ Gerätturnen weiblich Kampfrichterfortbildung

Anwendung von Technikabzügen und künstlerischer Wert am Video

Leitung: Kerstin Brand

Termin	Samstag, 18. Januar 2020
Ort	76855 Annweiler/Trifels, Turnerweg 60, Turnerjugendheim-Bildungsstätte PTB
Zeit	9.30 bis 18.00 Uhr
Teilnehmergebühr	33 € (inkl. Verpflegung)
Teilnehmerkreis	Kampfrichter und Trainer AK, LK und CdP
Lizenzverlängerung	8 LE für die Profile Kinderturnen, Gerätturnen, Breitensport
Verpflegung	Mittagessen, Kaffee und Kuchen Getränke stehen am Automaten zur Verfügung
Bitte mitbringen	Schreibmaterial, Code de Pointage
Anmeldung nur schriftlich oder Gymnet	Pfälzer Turnerbund, Turnerweg 60, 76855 Annweiler anettedahler@pfaelzer-turnerbund.de , Fax 06346-3006929, www.events.dtb-gymnet.de

■ PTB-Trainerfortbildung Gerätturnen weiblich und männlich

Als zentrale Fortbildungsmöglichkeit dient die PTB-Trainerfortbildung insbesondere für Trainer-C-Gerätturnen Leistungs- sowie Breitensport. Ausgehend von Grundelementen sollen auch Perspektiven für den Einstieg in die modifizierte Kür sowie neue Erkenntnisse für das Grundlagentraining vermittelt werden. Einerseits werden selbstverständlich die aktuellen Technikbilder vermittelt, andererseits arbeiten wir jedoch stets praxisnah methodische Herangehensweisen für konkrete Elemente inkl. der dafür benötigten Hilfestellungen und Korrekturmöglichkeiten auf.

Mögliche Workshops:

- Rückwärts Akrobatik am Boden
- Ausbildung verschiedener Sprunggruppen
- Digitale Medien im Gerätturnen
- Airtrack.... uvm

Die PTB-Fortbildung Gerätturnen ist als Wochenendveranstaltung konzipiert, weshalb Buchungen für das gesamte Wochenende bevorzugt zugeteilt werden.

Mit der Teilnahme am Wochenendlehrgang kann die Lizenz Trainer/Übungsleiter C komplett verlängert werden.

Der genaue Zeitplan geht allen Teilnehmern nach Meldeschluss zu.

Termin	Samstag, 18. und Sonntag, 19. Januar 2020
Ort	67069 Ludwigshafen-Oppau, Pfälzer Turnzentrum Ludwigshafen, Jahnstr. 10
Zeit	Samstag: 10.00 bis 18.30 Uhr Sonntag: 8.30 bis 13.00 Uhr

Teilnehmergebühr	Wochenendlehrgang (15 LE):		
	Bitte Übernachtungswunsch auf der Anmeldung angeben!		
		ohne Ü	mit Ü
	Mitglieder mit GYM CARD	80,-- €	105,-- €
	Mitglieder ohne GYM CARD	85,-- €	110,-- €
	Nichtmitglieder	130,-- €	155,-- €
	Tageslehrgang – Falls noch freie Teilnehmerplätze vorhanden sind:		
		Samstag (9 LE)	Sonntag (6 LE)
	Mitglieder mit GYM CARD	55,-- €	25,-- €
	Mitglieder ohne GYM CARD	60,-- €	27,-- €
Nichtmitglieder	90,-- €	50,-- €	
Teilnehmerkreis	Trainer, Übungsleiter, Helfer, alle Interessierte		
Lizenzverlängerung	Für die Profile Gerätturnen, Kinderturnen, Allg. Breitensport		
Leistung	Übernachtung in Mehrbettzimmern inkl. Bettwäsche, Vollverpflegung		
Bitte mitbringen	Hallenschuhe, Trainingssachen, Socken, Schreibzeug, Handtücher für die Übernachtung		
Meldeschluss	10. Januar 2020		
Anmeldung nur schriftlich oder Gymnet	Pfälzer Turnerbund; Geschäftsstelle, Turnerweg 60, 76855 Annweiler, Fax 06346-3006929, Email: anettedahler@pfaelzerturnerbund.de		

■ Aus- und Fortbildung Kampfrichter Leichtathletik (Mehrkampf)

Schwerpunkte: Anfangs-Ausbildung für Kampfrichter und Helfer, Weiterbildung der Kampfrichter und Obleute

Der Lehrgang beinhaltet den fachlichen und praktischen Bereich in den Disziplinen Lauf, Weitsprung, Kugelstoßen, Steinstoßen sowie Schleuderball-, Vollball- und Ballwurf.

Auswertungskriterien, Erfahrungsaustausch.

Erneuerung und Erwerb des Kampfrichterausweises.

Beim Neuerwerb erhalten die Teilnehmer nach Abschluss des Lehrgangs einen Kampfrichterausweis (bitte Passbild mitbringen). Dieser muss mit Kampfrichtereinsätzen bei Wettkämpfen und/oder mit dem Besuch von Kampfrichterfortbildungen verlängert werden.

Wir möchten allen Vereinen, die Wettkämpfer zu den Mehrkampfmeisterschaften auf Landes- und Bundesebene melden, die Möglichkeit geben, Kampfrichter ausbilden zu lassen. Bei den Mehrkampfmeisterschaften muss jeder teilnehmende Verein Kampfrichter stellen. Die Zahl der Kampfrichter richtet sich nach der Anzahl der Teilnehmer des Vereins.

Zielgruppe sind alle, die bei leichtathletischen Wettkämpfen als Kampfrichter aktiv mitwirken wollen. Ob Profis oder Neulinge, insbesondere ist hier auch die Jugend angesprochen und eingeladen.

Referent: Roland Tremmel, Ressortleiter Mehrkampf im Badischen Turner-Bund

Termin	Samstag, 1. Februar 2020
Ort	76855 Annweiler am Trifels, Turnerweg 60, Turnerjugendheim-Bildungsstätte PTB
Zeit	09.00 - 16.00 Uhr
Teilnehmergebühr	25 €
Teilnehmerkreis	Alle, die bei leichtathletischen Wettkämpfen als Kampfrichter aktiv mitwirken wollen. Ob Profis oder Neulinge, insbesondere wird hier auch die Jugend angesprochen und eingeladen. Teilnahme ab 13 Jahren möglich, Lizenzausstellung ab 16 Jahren
Lizenzverlängerung	Anerkennung mit 5 LE für Trainer C Lizenz Leichtathletik
Verpflegung	In der Lehrgangsgebühr enthalten ist ein Mittagessen mit Salatbuffet. Getränke stehen am Automaten zur Verfügung.
Bitte mitbringen	Schreibmaterialien, bei Neuerwerb bitte Passbild mitbringen.
Anmeldung nur schriftlich oder Gymnet	Pfälzer Turnerbund, Turnerweg 60, 76855 Annweiler anettedahler@pfaelzer-turnerbund.de, Fax 06346-3006929, www.events.dtb-gymnet.de Meldeschluss: 1. Februar 2020

■ Gerätturnen weiblich - Einladungslehrgang Nachwuchsförderung LK1 und LK2 weiblich (Barren und Boden-Akro)

Unter der Leitung des Referenten Rainer Jordan findet ein gemeinsames Erwärmungsprogramm statt. Danach wird in Gruppen an den Geräten Stufenbarren und Boden mit dem Heimtrainer/in trainiert.

Ausgehend von Grundelementen werden Perspektiven für neue Elemente sowie Erkenntnisse für das Grundlagentraining vermittelt.

Am Stufenbarren liegt der Fokus bei Kippe-Rückschwung, Freifelge. Am Boden Akro-Bahnen z.B. Flick-Flack-Salto / Schrauben.

Beim gemeinsamen Mittagessen bleibt Zeit für einen Gedankenaustausch.

Referent: Rainer Jordan

Termin	Samstag, 8. Februar 2020
Ort	76855 Annweiler, Turnerjugendheim – Bildungsstätte PTB, Turnerweg 60
Zeit	10.00 bis 15.00 Uhr
Teilnehmergebühr	Turnerinnen: 8 € TrainerInnen: 23 € mit GYM CARD, 26 € ohne GYM CARD, 45 € Nichtmitglieder (inkl. Mittagessen)
Teilnehmerkreis	Turnerinnen LK2 und LK3 sowie Trainer (max. 24 Turnerinnen) Die Turnerinnen und ihre TrainerInnen werden persönlich eingeladen.
Lizenzverlängerung	6 LE für die Profile Gerätturnen, Kinderturnen, Breitensport
Verpflegung	Mittagessen

Bitte mitbringen	Sportkleidung, Riemchen, Reckschlaufen und separate Hallenschuhe
Leitung und Info	Sandra Krucker, Email: sandrkrucker@web.de, Telefon: 0176-63255792

Gerätturnen weiblich - Kampfrichterfortbildung

Dieser Lehrgang befähigt innerhalb des Pfälzer Turnerbundes Wettkämpfe im AK-Bereich zu bewerten. (z.B. bei Mannschaftswettkämpfe).

Leitung: Kerstin Brand

Termin	Sonntag, 9. Februar 2020
Ort	76855 Annweiler/Trifels, Turnerweg 60, Turnerjugendheim-Bildungsstätte PTB
Zeit	9.30 – 18.00 Uhr
Teilnehmergebühr	33 € (inkl. Verpflegung)
Teilnehmerkreis	Junge Trainer/innen, die gerne in das Kampfrichtern der AK-Übungen einsteigen möchten
Lizenzverlängerung	8 LE für die Profile Kinderturnen, Gerätturnen, Breitensport
Verpflegung	Mittagessen, Kaffee und Kuchen, Getränke stehen am Automaten zur Verfügung
Bitte mitbringen	Ausschreibung AK-Übungen, Schreibsachen
Anmeldung nur schriftlich oder Gymnet	Pfälzer Turnerbund, Turnerweg 60, 76855 Annweiler, anettedahler@pfaelzer-turnerbund.de, Fax 06346-3006929, www.events.dtb-gymnet.de

Gerätturnen weiblich - Kampfrichterausbildung Neuerwerb C/D-Lizenz

Inhalt: P-Stufen 1-9, Kürzelschrift

Die Ausbildung endet mit einer theoretischen Abschlussprüfung. Die praktische Prüfung findet an den Wettkämpfen in den jeweiligen Turngauen statt.

Leitung: Sonja Rayer und Sascha Müller

Termin/Zeit	Samstag, 15. Februar (9-17 Uhr) bis Sonntag, 16. Februar 2020 (9-12 Uhr) Prüfung: Samstag, 28. März 2020 (9-10 Uhr)
Ort	76855 Annweiler/Trifels, Turnerweg 60, Turnerjugendheim-Bildungsstätte PTB
Teilnehmergebühr	33 € (inkl. Mittagessen 15.2.) 62 € (mit ÜN sowie Mittagessen, Abendessen, Frühstück) Bitte Übernachtungswunsch bei Anmeldung angeben!
Teilnehmerkreis	TurnerInnen/TrainerInnen (Mindestalter 15 Jahre, Jhrg. 2005 u. älter) Grundkenntnisse Turnen und P-Übungen unbedingt erforderlich
Lizenzverlängerung	16 LE für die Profile Kinderturnen, Gerätturnen, Breitensport

Verpflegung	Samstag: Mittagessen Bei gebuchter Übernachtung: Samstag: Abendessen, Sonntag: Frühstück, Getränke stehen am Automaten zur Verfügung
Bitte mitbringen	Schreibsachen (Textmarker in den Farben rot, blau, grün), Aufgabenbuch Gerätturnen weiblich DTB, Wertungsköpfe für P-Stufen
Anmeldung nur schriftlich oder Gymnet	Pfälzer Turnerbund, Turnerweg 60, 76855 Annweiler, anettedahler@pfaelzer-turnerbund.de, Fax 06346-3006929, www.events.dtb-gymnet.de, Meldeschluss: 1. Februar 2020

Fit und Frei

Traditionell bieten wir Euch in diesem Lehrgang Inhalte rund um das Thema Fitness, Gesundheit, Bewegung und Prävention. Die Themen sind breit gefächert, um möglichst viele der Stundeninhalte, die Bestandteil Eurer Vereinsstunden sind, abzudecken. Für Einsteiger und geübte Teilnehmer und Trainer wird jeweils genug Theorie und Praxis geboten. Die Praxisteile sollen vor allen Dingen Spaß machen und Euch neue Anregungen geben.

Der gesamte Lehrgang hat Workshop-Charakter und Ihr habt viel Gelegenheit auch Fragen zu den angebotenen Kursen und zu Euren Stunden zu stellen. Zu den Choreografien erhaltet Ihr jeweils ein Handout.

Die Workshops: STEP by STEP

Eine tolle Choreografie – Schritt für Schritt aufgebaut für verschie-



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

dene Schwierigkeitsstufen! ... weil Step einfach glücklich macht

Befreiter Nacken – unbeschwerte Schultern

Haltungsfehler und Einschränkungen führen bei vielen Menschen hier zu Beschwerden.

Erkenne Bewegungsmuster und Fehlhaltungen, um durch gezielte Übungen Beweglichkeit aber auch Kraft und Stabilität zu verbessern. Kleine Übungen – große Wirkung!

Fitness-Mash-Up-Triple

Beim Fitness- und Figurtraining geht es um möglichst viel Bewegung und Kräftigung in bestimmter Zeit. Diese Stunde besteht aus 3 Teilen, in denen jeweils Aerobic, Step und Box-Workout mit passenden Kräftigungselementen verbunden wird.

Verschiedene Levels – alles ist möglich!

Pilates mit Redondo Ball

Beides ist nicht neu, aber verbunden ergeben sich tolle Variationen um Dein Pilatestraining zu intensivieren. Die Bewegungen wirken mobilisierend, kräftigend und befreiend zugleich.

Referenten: Silke Bonow und Simone Herbst, PTB-Referentinnen

Termin	Samstag, 29. Februar 2020
Ort	67227 Frankenthal, DJK Sportfreunde Eppstein-Flomersheim, Ludwig-Wolker-Str. 8
Zeit	9.30 bis 16.00 Uhr
Teilnehmergebühr	25 € mit GYM CARD, 28 € ohne GYM CARD, 55 € Nichtmitglieder
Teilnehmerkreis	Für alle Interessierten, Übungsleiter, Trainer sowie Step-Kursleiter

ICH DEIN AUTO

LIMITIERTES ANGEBOT

für mtl. 249 €*

OPEL MOKKA X

1.4 ECOTECH TURBO | 140 PS (103 kW)



PTB

PFÄLZER TURNERBUND

ALLES DRIN - AUSSER TANKEN:

MTL. KOMPLETTRATE: *inkl. KFZ-Versicherung, KFZ-Steuer, Inspektion, 19% MwSt., Überführungs- und Zulassungskosten, extra Satz Winterkomplettreder, 20.000 km Jahresfreilaufleistung (5.000 Mehrkilometer gegen Aufpreis möglich), keine Anzahlung & keine Schlussrate

*Angebot gilt vorbehaltlich etwaiger Änderungen und Irrtümer. Gelieferte Fahrzeuge können von der Abbildung abweichen. Limitiertes Angebot - Übernahme muss bis spätestens Ende November erfolgen! Stand: 05.11.2019.

Lizenzverlängerung	8 LE für die Profile Fitness & Gesundheit, Fitness & Aerobic, Breitensport
Verpflegung	Kaffee und Kuchen, belegte Brötchen werden zu günstigen Preisen angeboten
Bitte mitbringen	separate Hallenschuhe, Unterlage/Matte, Schreibzeug, Step, wenn möglich: Kurzhanteln, große Faszirolle
Anmeldung nur schriftlich oder Gymnet	Pfälzer Turnerbund, Turnerweg 60, 76855 Annweiler, anettedahler@pfaelzer-turnerbund.de, Fax 06346-3006929, www.events.dtb-gymnet.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 Standardsortiment, 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.



Gerätturnen weiblich

Bundes-Pokal der LTV-Mannschaften 2019 des Deutschen Turner-Bundes

Pfälzer Turnerbund mit zwei Mannschaften im weiblichen Bereich am Start



Beim diesjährigen Bundespokal in Rheda-Wiedenbrück schickte der Pfälzer Turnerbund zwei Mannschaften im weiblichen Bereich an den Start. Die Auswahlmannschaften, welche aus acht pfälzischen Vereinen zusammengestellt wurden, machten sich bereits freitags auf den Weg in Richtung Rheda. Nach der Anreise und Einrichtung im Hotel gingen die Mädchen und Betreuerinnen gemeinsam im Veranstaltungsort in einem griechischen Restaurant essen und ließen den Abend vor dem Wettkampftag gemütlich

ausklingen. Die Mädchen aus den Vereinen TV Edigheim, TV Bad Bergzabern, TSG Grünstadt, TV Bad Bergzabern, TV Wörth, TV Neuburg, VT Zweibrücken und der TSG Haßloch konnten somit gestärkt in einen anstrengenden aber aufregenden Wettkampftag starten.



Am frühen Morgen durften unsere Kleinsten Starterinnen an die Geräte. Beginnen mussten sie am Stufenbarren. Mit großartigen Übungen konnten die Mädchen einen guten Start in den Wettkampf absolvieren. Das noch sehr junge Team konnte leider die Nervosität nicht ganz abstellen und musste einige Stürze am Schwebelbalken hinnehmen, was natürlich die Aufregung der Turnerinnen vor den nächsten zwei Geräten nicht reduzierte. Allerdings schafften die Mädchen ihre Übungen am Boden und Sprung gut zu beenden und belohnten sich mit dem 11. Rang in der Gesamtwertung. Die Betreuerinnen waren sehr zufrieden, denn neben den Fehlern hielten die Mädchen dennoch zusammen, feuerten sich Übung für Übung weiter an und hatten riesigen Spaß und einen sensationellen Zusammenhalt, obwohl die Mannschaft aus so vielen Vereinen zusammengestellt war.



Nach dem Durchgang der jungen Mannschaft mussten unsere „Großen“ die Geräte stürmen. Auch sie konnten den Wettkampf mit tollen Ergebnissen am Sprung starten. Dank hervorragender Tsukahara-Sprünge konnten die Mädchen wichtige Punkte sammeln, die sie leider durch einige Stürze am Balken nicht mehr als Puffer nutzen konnten. Mit toll choreographierten Bodenübungen konnten sich die Turnerinnen einen sensationellen 7. Rang erturnen. Leider schrammten sie um 0,55 Punkte die Top 6. Alles in allem war es ein sehr gelungenes Wochenende, das die Vereine und Turnerinnen des PTB wieder einige Stücke nach vorne gebracht hat. Ein herzlicher Dank gilt neben den Trainerinnen der Heimvereine vor allen Dingen Sonja Rayer (VT Zweibrücken), die die Organisation rund um den Bundes-Pokal übernommen hat. Selbstverständlich kann eine Teilnahme an einem Wettkampf nie ohne unsere hervorragenden Kampfrichter funktionieren. Kira Kurz vom TV Bad Bergzabern hat sich bereit erklärt mit anzureisen und das Wochenende für den PTB zu opfern, um als Kampfrichterinnen zu fungieren. Herzlichen Dank an alle, die das Wochenende unvergesslich für Kids und Orga-Team gemacht haben.

Mannschaftswettkampf weiblich P-Stufe

Ich habe lange überlegt einen Bericht über die Pfalzmeisterschaften und Landesbestenkämpfe der Mannschaften weiblich im P-Stufen

Bereich und deren Probleme zu schreiben. Aber wenn ich keinen Bericht schreibe, WER macht es dann? Es kommt niemand von den Vereinen und sagt, ICH schreibe einen Bericht über den Wettkampf und helfe dir damit. Und wenn keine Berichte mehr für den Pfälzer Turner usw. geschrieben werden, es hat nicht jeder Facebook, Twitter usw., dann stellt sich die Frage, für was ist der Pfälzer Turner dann noch da. Aber ich schweife ab und möchte etwas über das Wettkampfwochenende usw. schreiben.



Über das Wochenende vom 19. + 20.10.2019 wurden in der IGSLO-Halle in Ludwigshafen die Landesbestenkämpfe und Pfalzmeisterschaften Mannschaft weiblich P-Stufe ausgerichtet. Für die Wettkämpfe waren insgesamt 394 Teilnehmerinnen vorgemeldet. Tatsächlich teilgenommen haben aber nur 356. Der TB Oppau als Ausrichter für den Turngau Rhein-Limburg war hier stark gefordert. Die Geräte wurden freitags mit Hilfe von Anja Wonneberg, Fachwartin für Gerätturnen im Turngau Rhein-Limburg, aufgebaut und sonntags nach dem Wettkampf wieder abgebaut. Was ich leider beschämend finde, ist, dass es Vereine gibt, die sich auf so einem Wettkampf über die Ausstattung der Halle mit den Geräten usw. beschweren (nicht genügend Sprungbretter, Matten an den Geräten, Bodenfläche würde nicht so gut federn usw.), aber selbst keinen Wettkampf ausrichten können, weil sie selbst die Anzahl der Geräte bzw. eine Halle nicht stellen können. Traurig ist es auch, dass wir jedes Mal zu den Wettkämpfen Probleme haben, genügend Kampfrichter zusammen zu bekommen. Wobei wir im PTB weit über 100 qualifizierte Kampfrichter haben. Daher wird es im nächsten Jahr eine Änderung geben. Jeder Verein hat pro Mannschaft einen lizenzierten Kampfrichter bei der Meldung zu benennen. Wer keinen Kampfrichter benennen kann, muss 50 Euro pro fehlenden Kampfrichter bezahlen. Wer einen Kampfrichter gemeldet hat und nach Meldeschluss diesen wieder abmeldet, weil er auf einmal doch keine Zeit hat oder er in dem Durchgang, für den er eingeteilt ist, nicht werten will, muss 100 Euro Strafgebühr bezahlen. Und falls er am Wettkampftag nicht erscheint, sind auch 100 Euro Strafgebühr fällig. Schlimmer wird es, wenn zu wenig Kampfrichter gemeldet werden, weil ich dann den Wettkampf eventuell absagen werde.

Zurück zu den Wettkämpfen. Hier muss ich Glückwunsch dem TV Schwegenheim sagen. Er hat 5x den ersten Platz von 8 Wettkämpfen erturnt. Das ist schon dominierend. Aber alle Turnerinnen dieser Wettkämpfe sind Sieger. Denn sie haben sich vorher erstmal dafür qualifizieren müssen. Und dass bei manchen Plätzen nur 0,05 Punkte Unterschied war, ist schon Pech aber zeigt die Klasse. Was mich am meisten erfreut hat, war bei den Landesbestenkämpfen der offene Jahrgang. Dieser wurde in diesem Jahr zum ersten Mal auf der Pfalzebene ausgetragen. Und es haben 10 von möglichen 12 Mannschaften teilgenommen. Das zeigt hier, dass in dieser offenen Jahrgangsklasse der Bedarf da war. Und man sollte ruhig den jungen Damen hier eine Möglichkeit für einen Wettkampf bieten.

Nach solch einem Wochenende (mindestens 12 Stunden pro Tag) ist man schon etwas fertig, aber wenn man bei der Siegerehrung in die Gesichter der Mädchen schaut wie sie sich auf ihre Plätze freuen, ist einem so ein Einsatz das wert. Mich hat dieses Mal sehr gefreut, dass nach einer Siegerehrung ein Vater zu mir gekommen ist und mir DANKE gesagt hat für meinen Einsatz. Das wünscht man sich auch mal von den Vereinen die teilnehmen.

Euer, in diesem Bericht sehr kritischer, Fachwart Uwe Oster.

Gemeinsames Training der PTB-Turnschulen



Zum letzten gemeinsamen Training der PTB-Turnschulen im Jahr 2019 trafen sich die Vereine und PTB-Turnschulen von der TSG Grünstadt, TSG Haßloch, TV Wörth, Turn-Team Sickingen und des TV Erlenbach am 26. Oktober 2019 in Wörth. Isabel Schindler vom



TV Wörth organisierte gemeinsam mit ihrem jungen Trainerteam die Erwärmung für die 25 Mädchen. Nach knapp 20 Minuten Grundlagen-Erwärmung und einer kleinen Trinkpause, hielt unsere PTB-Turnschulkoordinatorin eine kleine Ansprache und erklärte dabei, wie die 3-stündige Trainingseinheit weiter fortschreiten wird.



Im Vorfeld des Trainings hat Irene Kleinsmann bereits anhand der Meldungen die Gruppen eingeteilt, sodass sie altersgemäß zusammengepasst haben. Danach ging es auch direkt an die Geräte. Bei dieser Einheit wurde explizit auf die Technischen Normen geachtet. Die Heimtrainerinnen haben sich auf die fünf Stationen aufgeteilt, um in kleinen Gruppen arbeiten zu können. Nach fünf Rotationen haben die Nachwuchstrainerinnen des TV Wörth noch ein abschließendes gemeinsames Abschlussspiel organisiert.

Um 13.00 Uhr konnten die Mädchen sich wieder auf den Heimweg in ihre Heimatvereine machen, um weiterhin fleißig für den Kader-test Ende November trainieren zu können.

Gerätturnen männlich

Deutschland-Pokal der Senioren in Heidelberg



Im Vorjahr kamen die Pfälzer Turner total stolz mit einem 4. Platz in der Altersklasse 45+ aus Thüringen zurück und hatten den Vorsatz in diesem Jahr nochmals Gas zu geben. Aus der Vorjahresmannschaft fiel aus gesundheitlichen Gründen der Hatzenbühler Thomas Müller aus, der diesmal durch seinen Vereinskollegen Volker Lang ersetzt wurde. Neu in die Mannschaft kam der 50-jährige Alfred Bauser. Alfred turnte noch vor wenigen Jahren in der 2. Bundesliga bei der TSG Grünstadt. Gerhard Metz, mit 59 Jahren der älteste Turner in der Pfälzer Mannschaft, konnte im Frühjahr wegen einer Schulteroperation keine Einzelmeisterschaften bestreiten, war jedoch durch einen gezielten Trainingsaufbau wieder rechtzeitig fit. Mit im Team turnten noch Jochen Wild (TSG Grünstadt), Herbert Müller (TV Hatzenbühl) und Miguel Munoz (TSV Speyer).

Startgerät der Pfälzer war der Barren. Jochen war der erste Turner und erhielt für seine schöne Übung, die er mit einem Salto rückwärts aus dem Langhang in der Holmengasse beendete, 11,05 Punkte. Miguel turnte am Barren die schwierigste und auch von der Ausführung die beste Übung und erhielt sehr gute 12,15 Punkte. Guter Einstieg – alle hochmotiviert. Auch am nächsten Gerät, dem Reck, lief es wie gewünscht. Nach den guten Übungen der drei Hatzenbühler (Volker, Herbert und Gerhard), setzte Miguel wieder den Glanzpunkt mit einer kompletten Übung mit Riesenfelgen, Flugteil, Drehungen und einem schönen Strecksalto in den sicheren Stand. Als nächstes folgte das Bodenturnen. Die guten Übungen der Mannschaft wurden auch hier mit hohen Wertungen belohnt. Das motivierte natürlich fürs folgende Gerät. Pauschenpferd – das Zittergerät, alle turnten sehr konzentriert und sauber durch. Besonders Alfred konnte hier durch seine hohen Scheren und sauberen Flanken die Kampfrichter überzeugen. Insgesamt 33,55 Punkte, das war an diesem Gerät das beste Ergebnis aller Landesturnverbände. Abschlussgerät war dann der Sprungtisch. Jeder Turner hat hier zwei Sprünge wobei nur der bessere in die Wertung kommt. Daher sprangen die meisten einen schönen Überschlag auf Sicherheit und anschließend einen Überschlag mit Schraube. Auch hier mit 32,25 Punkten ein sehr gutes Ergebnis. Wettkampfende – die gesamte Mannschaft ist mit dem Endergebnis (137,25 Punkte) und mit den gezeigten Leistungen sehr zufrieden. Doch reicht es um aufs Podest zu kommen? 30 Minuten später die Siegerehrung: 1. Platz – Bayerischer Turnverband, 2. Platz – Schleswig-Holstein, 3. Platz – Pfälzer Turnerbund. Riesenjubiläum bei der Mannschaft. Wir haben fünf weitere Landesturnverbände (Sachsen, Baden, ...) hinter uns gelassen. Die Anstrengung hat sich gelohnt, alle sind unverletzt und es hat Spaß gemacht.

Rope Skipping

Rope Skipping Team-Pfalzmeisterschaft 2020

Landesmeisterschaft T2

Veranstalter: Pfälzer Turnerbund

Ort: Rheinbrohl

Termin: Samstag, 25.01.2020

Meldeschluss: Samstag, 28.12.2019

Zeitplan: unter Vorbehalt:

13.00 Uhr Hallenöffnung, Einspringen, Kontrolle ID / Startrechte

13.30 Uhr Kampfrichter-Besprechung

14.00 Uhr Wettkampfbeginn

Startpässe: Jeder gemeldete Springer benötigt eine gültige ID sowie eine Jahresmarke des meldenden Vereins

Landesmeisterschaft T2

4x30s Single Rope Speed Relay

2x30s Single Rope Pair Double Under

4x30s Double Dutch Speed Relay

1x60s Double Dutch Speed Sprint

Single Rope Pair Freestyle (45 – 75sec)

Single Rope Team Freestyle (45 – 75sec)

Double Dutch Single Freestyle (45 – 75sec)

Double Dutch Pair Freestyle (45 – 75sec)

Die komplette Ausschreibung ist auf der Homepage des Pfälzer Turnerbundes unter der Sportart Rope Skipping zu finden.

Offensive Kinderturnen

Tag des Kinderturnens 2019

Auch in diesem Jahr öffnete Melanie Heidbüchel mit ihrem tollen Team pünktlich die Türen und eröffnete den nun schon dritten Tag des Kinderturnens mit dem Sportverein Pfingstweide. Erst mal ein Danke an alle Besucher und Gäste, die diesen Tag wieder zu einem Erlebnis gemacht haben.

Einen Dank an den Wahnsinns Fotografen Ivo Kljuce,



an alle Sponsoren, die wir nicht alle namentlich hier rein schreiben können, denn unsere Tombola hatte 700 supertolle Preise und war nach 3 Stunden restlos ausverkauft. Einen besonderen Dank an das Team, bestehend aus Freunden, Eltern und Familie... Ohne euch wäre dieser Tag nur ein Tag wie jeder andere.

Auch in diesem Jahr war es für Jung und Alt ein großer Erfolg und Spaß.

Danke danke danke mehr kann man als Teamleiter und Verein nicht sagen.

Aus den Turngauen

Turngau
Rhein-Limburg

www.turngau-rhein-limburg.de



Vereinsmitteilungen

TSG Mutterstadt

Night of Trampoline



Am Freitag den 18.10.2019 gegen 17:30 Uhr tauchten die ersten Kinder vollbepackt mit Schlafsack, Kissen und natürlich der Trainingstasche in der Sporthalle der TSG Mutterstadt auf. Hier und da spitzelte auch ein Kuscheltier heraus.

So startete die erste Übernachtung der Trampolin Abteilung TSG Mutterstadt zusammen mit Kindern und Betreuern der Trampolin Abteilung von der TG Rheingönheim. Denn unser Ziel ist, sich nicht nur auf Wettkämpfen als Konkurrenten zu begegnen, sondern auch gemeinsam als „Nachbarn“ den Sport zu leben und Freundschaften zu knüpfen. Deswegen war die Übernachtung auch ein Highlight für die Kinder in diesem Jahr.

Insgesamt 27 Kinder im Alter vom 5 bis 15 Jahren (8 von der TG Rheingönheim, 19 von der TSG Mutterstadt) und 8 Betreuer versammelten sich dazu in der Halle. Nach dem gemeinsamen Aufbauen von 5 Trampolinen sowie einer kurzen Ansprache von unserem Abteilungsleiter Patrick Krieg, übernahm Anke Feldmann das Aufwärmen der Kinder. Dies war wieder mal eine tolle aber auch anstrengende Kombination von Ausdauer-, Dehn- und Kraftübungen.

Als nächstes ging es auf „Tuchführung“, aus den 5 Trampolinen und einigen Bodenstationen entstand so ein Parcours, den alle Kinder durchspringen durften. Gegen 19:00 Uhr folgte gezieltes Training in Kleingruppen auf den Trampolinen. Ziel war durch Trainerwechseln nach rund 30 Minuten den Kindern die Möglichkeit zu geben, bei unterschiedlichen Trainern Erfahrungen und Methodik zu lernen, um ihre Sprünge zu verbessern. Aber auch durch andere Trainingsansätze neue Sprünge ausprobieren zu können, um so über sich hinaus zu wachsen.

Ab 20:30 Uhr ging es aus der Halle hinaus zum Restaurant Palati-

num. Das Restaurant Palatinum hatte für uns groß aufgefahren und richtig leckere Pizza serviert. An dieser Stelle nochmals herzlichen Dank an euch, dass ihr uns bei unseren Events so liebevoll unterstützt und immer ein offenes Ohr für uns habt!

Zurück in der Halle hatten die Kinder Zeit für sich, während die Kleinsten, angeführt von der jüngsten Teilnehmerin Paula (*2014) sich in den Gymnastikraum zum Schlafen verabschiedeten.

Bei den Älteren ging es in einem Gruppen-Reaktionsspiel „Schlüssel Grabschen“ lustig weiter. Kurz vor Mitternacht rief nicht das Bett, sondern für ein Mitternachtspringen das Trampolin. Danach war jedoch Schlafenszeit angesagt.

Zum Frühstück am nächsten Morgen duftete es nach köstlichen Crêpes. Denn Familie Herrgen brachten nicht nur ihre beiden Kinder zur Übernachtung, sondern verzauberten uns auch mit frisch zubereiteten Crêpes. Gut gestärkt konnten wir unser Abschlusstraining durchführen, dessen Ende in einem etwa 2 Meter hohen Mattenberg, den es zu überspringen galt, endete.

Bevor die Eltern zum Abholen kamen, gab es ein durchgehendes positives Feedback der Kinder und die Bitte, dies nächstes Jahr zu wiederholen.

Zuletzt vielen Dank an alle Helfer! Macro Beiser und Silvio d'Amico von der TG Rheingönheim. Anke Feldmann, Kathrin Welsch, Julia Hammer, Franziska Werle, Wolfgang Frosch und Patrick Krieg von der TSG Mutterstadt.

Klaus Brose, Pressewart, TSG 1886 Mutterstadt

Turngau Speyer

www.speyergau.de



Vereinsmitteilungen

TSG Haßloch

Gute Vorstellung beim Deutschland-Pokal

Gleich mit 3 Turnerinnen war die Turn-Talentschule Haßloch (GTW) in zwei Altersklassen beim Deutschland-Pokal in Gau-Odernheim am Start. Daneben vertraten auch 3 Turnerinnen der TTS Bodenheim in einer Altersklasse die drei Turnverbände Rheinland-Pfalz.



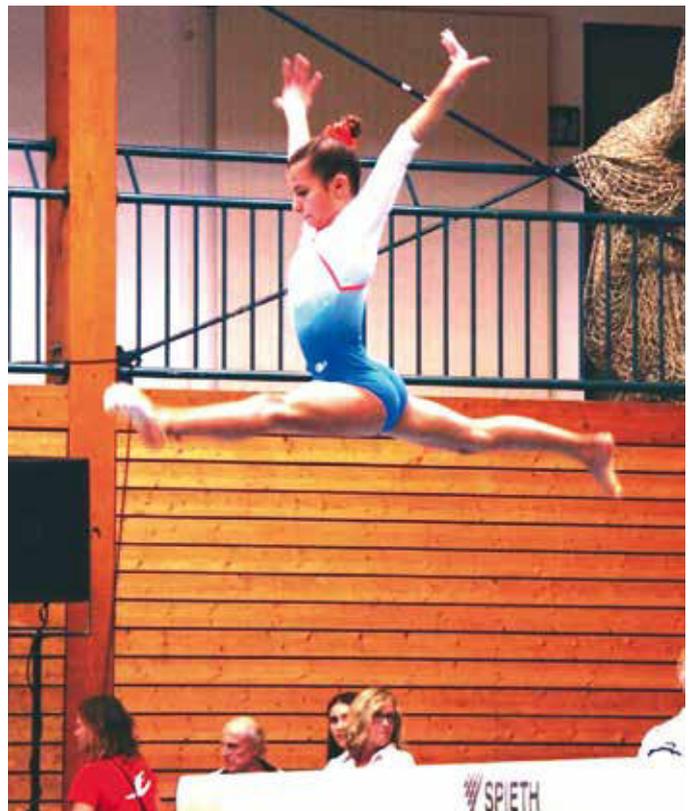
In der Altersklasse 12/13 Jahre erturnten die Turnerinnen der ARGE RLP mit den Turnerinnen Janoah Müller (TTS Haßloch) und Paula Vega-Tarrago, Lotte Gretzler sowie Marie-Madleine Ahr (TTS Bo-

denheim) einen hervorragenden 4. Platz mit 134,30 Punkten. Mit 45,050 Punkten erturnte Janoah ihr bisher höchstes Vierkampfergebnis, was neben Paula mit 48,60 Punkten (Platz 6) den 12. Platz bedeutete. Ganz herausragend die Bodenübung von Janoah mit 13,55 Punkten und damit mit der zweithöchsten Wertung. Doppel-



salto gehockt, Salto rückwärts gestreckt mit 1 ½ Drehungen direkt gefolgt von Salto vorwärts gehockt und am Ende mit einem Salto rückwärts gestreckt mit 2 ½ Drehungen war der höchste D-Wert (höchste Schwierigkeiten) aller Teilnehmerinnen. Auch am Schwebebalken turnte sie eine sehr gute Übung mit 11,90 Punkten, musste allerdings hier bei der akrobatischen Reihe beim Spreizsalto rückwärts den Balken verlassen. Dennoch die achtbeste Wertung. Leider verhinderten Stürze am Sprung und Stufenbarren eine vordere Platzierung. In ihrem Jahrgang belegte sie Platz 6. Damit ist sie sicher zum Kadertest in Halle nominiert.

In der Altersklasse 11 vertraten gleich zwei Turnerinnen der TTS Haßloch die ARGE RLP und damit den Pfälzer Turnerbund. Einen guten 14. Platz erturnte sich hier Talena Kanther mit 62,30 Punkten. Ihre beste Leistung erzielte sie am Stufenbarren mit der achtbesten Übung und 16,50 Punkten. Am ersten Gerät, dem Schwebebalken, war die



Nervosität so hoch, so dass sie bei einer sonst sicheren Übung den Schwebebalken gleich zweimal verlassen musste. Dennoch hatte sie einen guten Auftritt. Nisa Herrmann belegte mit 58,75 Punkten einen guten 18. Platz. Ihre Stärken sind das Bodenturnen und der Sprung. So erturnte sie am Boden 17,50 Punkte, was die sechstbeste Bodenübung bedeutete und am Sprung 17,10 Punkte und damit Rang 14. Wenn sie ihre Probleme am Stufenbarren in den Griff bekommt, kann sie noch viel weiter vorn ankommen.

Janoah Müller fährt am 2. Wochenende im November zum Kader-Test nach Halle, während ihre Mannschaft im Code de Pointage bei den Rheinland-Pfalz-Meisterschaften in Gau-Odernheim ohne sie starten muss. Solche Überschneidungen sollten künftig im Leistungssport vermieden werden, da sonst keine objektive Darstellung der Leistungsstärke möglich ist.

Gerhard Liedy

Turngau Sickingen

www.turngau-sickingen.de



Traditionelle Winterwanderung des Turngaus Sickingen



Auch 2020 lädt die Wanderabteilung des SV Katzweiler wieder alle Wanderfreunde aus dem Turngau Sickingen ein zu einer Winterwanderung mit anschließender Einkehr in das Vereinslokal des SVK. Treffpunkt ist Samstag, 11. Januar 2020 ab 13:30 Uhr vor der Lautertalhalle in Katzweiler. Die Wanderung beginnt dann um 14 Uhr. Geplant ist, eine dreistellige Wanderschar aus unseren 94 Vereinen zu sammeln, die wir vor Jahrzehnten noch aufbieten konnten. Eine Voranmeldung ist nicht nötig.

Westpfalz Turngau

www.westpfalz-turngau.de



Breiteturnwettkampf

Wenn es in der TSR Halle und in der BBS Turnhalle nur so wuselt und die Kinder um die Wette strahlen, wenn die Kinder zusammen mit den Eltern, Großeltern oder anderen Verwandten sportlich

unterwegs sind, dann ist der Breiteturnwettkampf des Westpfalz Turngaues angesagt. Diese Veranstaltung ist schon seit Jahrzehnten im Angebot und hat von seinem Reiz nichts verloren. So etwa 350 Turnerinnen und Turner im Alter zwischen einem und 15 Jahren waren nach Rodalben gekommen, von Erlenbrunn über Horbach und Thallichtenberg bis Winzeln. Oberturnwartin Inge Hollerith war von der guten Resonanz erfreut. Sie hatte mit ihrem Helferteam die klassischen Turnarten mit Boden, Barren, Balken, Reck, Sprung



und Trampolin aufgebaut. In der TSR Halle wurden zwei Gerätewettkämpfe angeboten, aufgeteilt in Allgemeinen Bereich und Leistungsbereich. Durch die Trennung macht es auch den Kindern Spaß, die nicht an Wettkämpfen teilnehmen. In der Turnhalle der BBS Schule fand der Eltern-Kind-Wettkampf statt, bei dem Geschicklichkeitsstationen aufgebaut waren, die zusammen mit den Kindern gemeistert wurden. Ob Dreiradfahren, Dosenwerfen, Kegeln oder Balancieren, hier war der gemeinsame Spaß im Vordergrund und überall gab es einen Stempel, wenn es geklappt hat. Als Lohn bei den drei Wettkämpfen gab es neben den Urkunden auch Sachpreise vom wohl einzigartigen „Spielzeugbuffett“, die sich die Nachwuchsturner selbst aussuchen konnten. Auf rund zehn Metern war die Qual der Wahl groß. Immer wieder wurde nachgefüllt. I. Hollerith hinter dem Tresen musste immer wieder die Eltern darauf hinweisen, dass die Kinder sich ihren Preis selbst aussuchen sollen. Diesmal waren die glänzenden Taschenlampen gefragt, wobei eine Mutter zwar meinte, dass sie schon viele zuhause hätten, als Antwort aber bekam: „Aber eben nicht so eine Tolle“. Und so liefen nach der Siegerehrung und Urkundenübergabe viele selig mit ihrem Gewinn herum. Es war auch eine disziplinarische Maßnahme, denn wie I. Hollerith verlauten ließ, wird nicht umgetauscht, sondern die erste Entscheidung gilt. „Die Kinder sind voll dabei, fragen, wo sie jetzt hinmüssen, was sie noch machen können. Die Übungsleiter führen ihre Riegen von Gerät zu Gerät, bieten Hilfestellungen und machen zum Teil die geforderten Übungen noch vor, sind mit Herzblut dabei,“ bedankte sich der Vorsitzende des Westpfalz Turngaues, Wolfgang Klys, bei den Trainern und Wettkampfrichtern, die ehrenamtlich im Dienst sind. Es ist auch schön zu sehen, wie die Kinder kaum in der Halle sind, schnell ihren Anorak ausziehen und an die Geräte oder Übungen wollen. „Die Übungen gingen von der Rolle vorwärts mit Hilfestellung bis zum Salto. Generell gibt es einen Rückgang der motorischen Fähigkeiten festzustellen,“ motivierte die Oberturnwartin zum Turnen im Verein. Dank gab es auch für die TSR für die Bereitstellung der Halle und dem Catering.



Freiraum macht Kinder stark



Etwas Neues ausprobieren, eigene Grenzen kennenlernen, Fantasie und Kreativität entwickeln – dafür brauchen Kinder Freiräume.

So wachsen sie zu starken Persönlichkeiten heran,
die später eher Nein zu Suchtmitteln sagen können.

Lassen Sie Kindern Freiräume!

Mehr Infos unter kinderstarkmachen.de

direkt zu
kinderstarkmachen.de



BZgA
Bundeszentrale
für
gesundheitliche
Aufklärung

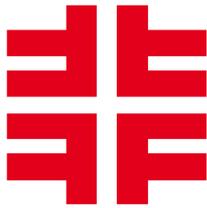








PTB



PFÄLZER TURNERBUND

Fachverband für
Breiten-, Freizeit-, Gesundheits- und Spitzensport

TURNEN!
PFÄLZER TURNERBUND

Faszination Spitzensport

Show der pfälzischen Turnkunst




gaumenfreunde
catering. aus leidenschaft.

 **LOTTO STIFTUNG**
RHEINLAND-PFALZ

 **Sparkasse**
Südwestpfalz

 **LANDESSPORTBUND**
RHEINLAND-PFALZ

Samstag, 25. Januar 2020

TV Edenkoben | Weinstraße 135 | 67480 **Edenkoben**

Beginn 17:00 Uhr | Einlass: 16:00 Uhr

Kinder/Jugendliche: 10,- € | Erwachsene: 12,- €

Vorverkaufsstellen:

Pfälzer Turnerbund
Telefon 0 63 46 - 3 00 69 13
E-Mail: tickets@pfaelzer-turnerbund.de
www.pfaelzer-turnerbund.de

Hotel Das Prinzregent
Unter dem Kloster 1
67480 Edenkoben

Atemberaubende Turnshows: Mit der **GYMCARD** sparen



Zum Jahresende können Turnfans in ganz Deutschland die Faszination des Turnens in drei erstklassigen Turnshows erleben. Internationale Artisten, nationale Top-Athleten des Deutschen Turner-Bundes (DTB) und regionale Turngruppen präsentieren den Zuschauern die Vielfalt und Ästhetik der verschiedenen DTB-Sportarten, umrahmt von einem mitreißenden Programm im Scheinwerferlicht.

Feuerwerk der Turnkunst

Der Niedersächsische Turner-Bund veranstaltet vom 28. Dezember 2019 bis 26. Januar 2020 das Feuerwerk der Turnkunst – die erfolgreichste Turnshow Europas. Unter dem Motto „Opus“ präsentiert der NTB 35 Shows in 22 Spielorten – ein unvergessliches Erlebnis.

TurnGala

Über den Jahreswechsel 2019/2020 findet die 32. Auflage der TurnGala des Schwäbischen Turnerbundes und des Badischen Turner-Bundes statt. Die Tour mit einem Mix aus Turnen, Gymnastik und Sport steht unter dem Motto „Celebration“ und wird in diesem Jahr zum ersten Mal in Zusammenarbeit mit dem Niedersächsischen Turner-Bund auch in Niedersachsen und Minden stattfinden. Vom 17. Dezember 2019 bis zum 12. Januar 2020 könnt Ihr die Turnshow in 20 Städten hautnah erleben.

GYMMOTION

In Rheinland-Pfalz, im Saarland und weiteren Regionen gibt es die seit mehr als 20 Jahren existierende GYMMOTION, die vom 30. November 2019 bis 7. Dezember 2019 durch acht Städte tourt. Die GYMMOTION „Flying Energy“ zeigt die Sterne der Artistik und bündelt Kraft, Dynamik und Hochgeschwindigkeitsentertainment. „Flying Energy“ lässt Theater, Zirkus und Variété in einer zeitlosen Show verschmelzen.

Tickets zu den Turnshows bekommt Ihr als GYMCARD-Inhaber günstiger. Tickets und alle Tournee-Orte gibt es unter:

› dtb.de/tickets

› turngala.de



