



- **Die Show muss weitergehen** Seite 4
- **Ferien-Turn-Spezial der Pfälzer Turnerjugend** Seite 9

Pfälzer Turner einmal neu

Reaktionen

Nach der inhaltlichen und optischen Neuausrichtung des Pfälzer Turners waren die Leser aufgefordert, ihre Meinung zu diesen Änderungen zu äußern.

Hier einige Stimmen, die bei der Redaktion eintrafen:

„Hallo Redaktion, finde es gut dass, der Pfälzer Turner seinen Namen behalten hat. Die neue Aufmachung gefällt mir gut, mit der Modernisierung habt ihr es gut getroffen, weiter so! Gruß A. K.-K.“

„Hallo liebes Team vom PT, kurze Rückmeldung zum neuen Layout der Zeitschrift Pfälzer Turner.

Ich finde es sehr gelungen, gefällt mir echt prima. Übersichtlich, schöne Hintergrundfarben und auch die Schrift ist super. Auch, dass ihr den Namen beibehalten habt, finde ich persönlich sehr gut.

Liebe Grüße von S. S. vom TV Edigheim“

Auch den Mitgliedern des Turngau-Vorstandes des Westpfalz-Turngaus gefiel es, dass der Pfälzer Turner seinen Na-

men behalten hat und auch die Aufmachung fand Anklang. Die Hintergrundfarben verliehen dem Aussehen etwas Frisches.

An dieser Stelle möchten wir gerne das Angebot nochmals wiederholen, dass Vereine sich vorstellen können. Wir geben dazu auch gerne Hilfestellung. Also einfach bei uns melden, wenn Interesse besteht.

Eurer Redaktionsteam

Inhalt

| | | | |
|---------------------------------|-------|------------------------|----|
| Termine | 3 - 4 | Pfälzer Turnerjugend | 9 |
| Sporthöhepunkte in der Vorschau | 4 - 5 | Lehrgangsforum | 10 |
| Meine Sportart | 6 - 8 | Pfälzer Turner vor Ort | 11 |

Redaktionsschluss für die Ausgabe April 2022:
20. März 2022

PFÄLZER TURNER

Mitteilungsblatt und amtliches 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/2022.
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.

FRATUFA®

**Immer das Ziel im Blick
- mit Sportgeräten
von FRATUFA**

**Projektierung, Ausstattung,
Montage und Betreuung von Sporthallen,
Sport-Außenanlagen, Schwimmbad-Anlagen u.v.m.**

SCHULSPORT BREITENSPO RT LEISTUNGSSPORT GYMNASTIK FITNESS THERAPIE

Frankenthaler Turnergerätefabrik GmbH + Co. KG | D-67227 Frankenthal | Tel: 06233 37 93 - 70 | info@fratufa.de

www.fratufa.de

Termine

März - April

Fortbildung

LG Nr. 13 - Airtrack- #jumpanfly
Samstag, 12. März
Edenkoben
4 LE



LG Nr. 17 - PTB-Spezial Fitness & Gesundheit
Samstag, 9. April
Annweiler
8 LE



LG Nr. 14 - PTB-Convention Aerobic & Fitness
Samstag, 19. März
Grünstadt
8 LE



LG Nr. 18 - Outdoor Fitness
Samstag, 30. April
Altleiningen
8 LE

LG Nr. 15 - TGM-TGW-Kampfrichter - Landeslizenz
Sonntag, 20. März
Annweiler, 8 LE



LG Nr. 19 - Kleine Spiele - inklusiv gestalten - Outdoor-Spielesammlung
Samstag, 30. April
Annweiler, 4 LE



LG Nr. 16 - Bewegte Kindheit - bewegtes Leben
Samstag, 2. April
Hauenstein
8 LE **Lehrgang ausgebucht**

Ausbildung

**LG Nr. 2
Modul 2 Übungsleiterausbildung Trainer C**
Samstag, 12. März - Sonntag, 13. März
Videokonferenz



DTB-Akademie Saarländischer Turnerbund

Der Pfälzer Turnerbund ist mit dem Saarländischen Turnerbund eine Kooperation hinsichtlich der DTB-Akademie eingegangen. Durch die Zusammenarbeit soll die Wahrscheinlichkeit erhöht werden, dass Lehrgänge durchgeführt werden können.

DTB-Rückentrainer
Freitag, 4. März - Sonntag, 6. März
Saarländischer Turnerbund, Saarbrücken



DTB-Yogalehrer Mastermodul Yoga & Philosophie Teil 2
Freitag, 18. März - Sonntag, 20. März
Saarländischer Turnerbund, Braunshausen



Hula-Hoop-Workout Instructor
Samstag, 5. März - Sonntag, 6. März
Saarländischer Turnerbund, Saarbrücken



DTB-Trainer Pilates Stufe 1
Freitag, 25. März - Sonntag, 27. März
Saarländischer Turnerbund, Braunshausen

DTB-Kursleiter Baby in Bewegung Modul 1
Samstag, 12. März - Sonntag, 13. März
Saarländischer Turnerbund, Saarbrücken



DTB-Kursleiter Gleichgewicht und Stabilisation
Freitag, 23. April - Sonntag, 24. April
Saarländischer Turnerbund, Saarbrücken



Termine

März - April

Veranstaltungen

Landesmeisterschaften RSG Einzel + Gruppe
Samstag, 12. März
Dahn



Gauwanderung
Samstag, 26. März
Turngau Speyer, Lug



Gaumeisterschaften Trampolin
Samstag, 19. März
Turngau Rhein-Limburg
Mutterstadt

Veranstaltung abgesagt

Sporthöhepunkte in der Vorschau

Die Show muss weitergehen

Showwettbewerbe



Samstag, 14. Mai 2022
TSR-Sporthalle Rodalben
Beginn: 17.30 Uhr

Nachdem die Veranstaltung im Oktober wegen der Pandemie abgesagt werden musste, ist es endlich soweit: Die „Show muss weitergehen“ findet am Samstag, 14. Mai 2022 in Rodalben in der TSR-Sporthalle statt.

Gruppen, die eine Vorführung aus ihrem Programm zeigen wollen, sind herzlich dazu eingeladen mitzumachen. Der Pfälzer Turnerbund hofft auf viele Showgruppen, die sich daran beteiligen möchten. Dabei spielt es keine Rolle, ob die Gruppen Mitglied im Pfälzer Turnerbund sind oder nicht. Es gibt keine Bewertung, die Vorfüh-

rungen müssen auch nicht perfekt sein. Nach dem langen Trainingsausfall ist es sehr wichtig wieder ein Ziel zu haben und die Vorführungen vor Zuschauern zeigen zu können. Der Spaß und die Freude stehen bei dieser Veranstaltung im Mittelpunkt. Der Eintrittskartenverkauf beginnt am 1. März 2022.

PTB Challenge TGM/TGW - bundesoffener Wettkampf

Gruppenwettbewerbe



Samstag, 14. Mai 2022
TSR-Sporthalle Rodalben
Beginn: 9.00 Uhr

Siegerehrung ca. 14.00 Uhr

Für alle TGM/TGW Gruppen führen wir zum ersten Mal in der Pfalz einen bundesoffenen Wettkampf bei den Gruppen-Wettbewerben durch. Nach der langen Wettkampfpause können die Gruppen ihre Übungen aus dem Bereich Turnen am Boden, Gymnastik mit dem Handgerät, Tanzen und Singen dem Publikum präsentieren. Beim Medizinballweitwurf und Staffellauf können Kraft und Schnelligkeit ausgetestet werden. Dieser Wettkampf eignet sich hervorragend als Testlauf für die Landesmeisterschaften im Juli in Rodalben und die Deutschen Meisterschaften in Berlin im Oktober. Der gastgebende Verein die TS Rodalben freut sich mit seinem Gym & Dance Team riesig auf die Gastgruppen. Niemand erwartet von den TGM/TGW Gruppen nach dieser langen Trainings-

pause Perfektion. Es geht um Spaß und Freude an diesem tollen Wettkampf.

Wichtig: Bei der Ausschreibung ist eine Wettkampfklasse ohne Altersbeschränkung dabei. Somit können auch Mannschaften mit jüngeren Teilnehmern am Wettkampf teilnehmen.

Der Pfälzer Turnerbund würde sich sehr freuen, wenn die Gruppen einen Beitrag bei der Veranstaltung „Die Show muss weiter gehen“ aus ihrem Programm zeigen würden die ja am gleichen Tag statt findet. Das kann Gymnastik mit dem Handgerät, Tanz oder Turnen am Boden sein.

Für beide Veranstaltungen erhofft sich der Pfälzer Turnerbund viele Teilnehmer. Formulare für die Anmeldeung für beide Veranstaltungen:

www.pfaelzer-turnerbund.de
Wer nähere Info braucht, kann sich gerne bei der Geschäftsstelle des PTB oder direkt bei Inge Hollerith, Telefon: 06331-17 000 melden.

PTB PFÄLZER TURNERBUND

ZAHLE DAS, WAS DU SIEHST!

ALLES IN EINER RATE DRIN, KEINE VERSTECKTEN KOSTEN

OPEL CORSA FÜR MTL. 249€ IN UNSERER KOMPLETTRATE

BEREITS IN 14 TAGEN ABHOLBEREIT!

OPEL CORSA | 1.2 L. | 75 PS | BENZINER | GANZJAHRESREIFEN

DEINE KOMPLETTRATE - ALLES DRIN, AUSSER TANKEN

- // 12 Monate Vertragslaufzeit // inkl. 20.000 km Freilaufleistung
- // inkl. KFZ-Versicherung // inkl. KFZ-Steuer
- // inkl. Überführungskosten // inkl. Zulassungskosten
- // keine Anzahlung // keine Schlussrate // 24 std. Schadenaufnahme

Limitiertes Angebot! Angebot gilt vorbehaltlich etwaiger Änderungen und Irrtümer. Gelieferte Fahrzeuge können von der Abbildung abweichen. 20.000 - 30.000 km Freilaufleistung (5.000 Mehrkilometer gegen Aufpreis möglich). Stand: 25.01.2022.

ASS Athletic Sport Sponsoring | 0234-9512840 | www.ichbindeinauto.de

Athletic Sport Sponsoring
ICH BIN DEIN AUTO

Gerätturnen weiblich

Landesfachwartin



Gisela Liedy

Hat die Faszination Turnen einmal einen Menschen gepackt, wird er davon nicht mehr losgelassen. Diese Faszination, sich an und mit Geräten zu bewegen, mit anderen Sportler*innen diese Freude zu teilen, sich mit anderen im Turnbereich zu messen, Freunde kennen zu lernen und dies weltweit, das ist die Faszination unserer Sportart Gerätturnen.

Seit jüngster Jugend durfte ich in einem kleinen Turnverein in Eltville/Hessen dies erfahren. Bis zum heutigen Tag mit 75 Jahren erfasst mich immer noch diese Faszination, wenn ich Turner*Innen bei ihren Wettkämpfen beobachte. Es erfasst mich nach wie vor mit Freude, wenn ich die Faszination an junge Turnerinnen als Trainerin vermitteln kann. Die strahlenden Augen, ein neues Element erlernt zu haben! Die Gemeinschaft zu teilen mit denen wir so oft die gemeinsame Zeit verbringen. Integration für Kinder und Jugendliche mit Migrationshintergrund wird dabei seit eh und je gelebt. Dazu benötigen wir keine neuen Projekte.

Während meiner aktiven Zeit als Turnerin beim TB Wiesbaden, Mitglied der hessischen Landesriege und mit Wettkämpfen in der Nationalmannschaft musste ich feststellen, der von mir gewählte Beruf „Modedirektrice“ lässt sich auf Dauer nicht mit meinem Training in Einklang bringen. Deshalb wechselte ich in eine neue Ausbildung zur „Sportlehrerin“. Das Kennenlernen meines Mannes Gerhard Liedy bei dieser Ausbildung in Frankfurt führte

mich über Bremen nach Haßloch in die Pfalz.

Die Zeit in den Jahren 1968 bis heute war sehr intensiv. Deshalb ist die Arbeit in Haßloch, bei unserem Stammverein TSG Haßloch, beim Pfälzer Turnerbund, in der Lehrerausbildung und für eine Zeit als Verantwortliche für die Trainerausbildung des DTB nur in der Gemeinschaft der Familie Liedy zu sehen. In dieser Zeit als Verantwortliche für die Trainerausbildung konnte ich das erste Ausbildungskonzept für die Traineraus- und -fortbildung B- und A-Lizenz mitverantwortlich auf den Weg bringen. Als Frauenbeauftragte im Unterausschuss des Landtages vertrat ich die Belange der weibliche Seite im Sport in den 2000er Jahren.

Das Amt des Fachwart*In im GTw im PTB teilten sich Gerhard und ich seit 1972 bis zum jetzigen Zeitpunkt immer in wechselnder Verantwortung. Die vielen Aufgaben und Erfolge zu jeder Zeit wären von einer Partei überhaupt nicht zu realisieren gewesen. Zunächst noch beide als Aktive freuten wir uns bei Mehrkampfmeisterschaften über Medaillen. Weitere Ausbildungen und der Schuldienst, ließen ab 1971 keine Zeit mehr für eigene nationale Wettkämpfe. Deshalb sind wir in den Bereich ehrenamtliche Trainer, Kampfrichter und Funktionäre gewechselt. Angebote als hauptamtliche Trainer zu arbeiten, wollten wir nicht annehmen. Uns war die Sicherheit des Arbeitsplatzes und die Freiheit, ehrenamtlich mit Aktiven Ziele anzustreben, wichtiger.

Mit unseren Aktiven und damit auch als Vertreter unseres Verbandes konnten wir viele tolle Erfolge national und international feiern. Einige Deutsche Meistertitel mit Daniela Derboven, Karoline Blunz, Petra Landau, Michelle Heraucourt, um nur einige zu nennen. Dazu starteten unsere Turnerinnen bei Welt- und Europameisterschaften und vielen Länderkämpfen. Ebenso 10 Bundessiege und sehr viele Treppchen-Platzierungen im Schulbereich „JTFO“. Gerhard als Trainer und ich als Kampfrichter*in durften mit diesen Turnerinnen Wettkämpfe, Trainingslager und Jugendbegegnungen auf der ganzen Welt besuchen. Fanden dabei viele Freundschaften unter an-



Kampfrichtereinsatz in China Foto: Liedy

derem in den USA, Ungarn, Frankreich, Norwegen, CSSR usw., die heute noch bestehen. Meine weiteste Reise als Vertreterin des DTB führte mich nach Peking zum „China-Cup“. Einer Ein-

ladung des Chinesischen Verbandes zu den darauffolgenden Asien-Games konnte ich leider nicht folgen, da mir die Freistellung für diese beiden Wochen mein Arbeitgeber verweigerte.

Die besten Turnerinnen der letzten Jahre in unserem Verein und Verband, Amelie Föllinger und Janoah Müller, haben wir immer nach besten Kräften bei ihren Zie-



Teilnahme JTFO

Foto: Liedy



Verleihung Bundesverdienstkreuz am Bande 1996 Foto: Liedy

len und ihrem Tun unterstützt.

Neben sehr vielen Auszeichnungen auf allen Ebenen des Sports empfand ich es als sehr große Ehre 1996 die Auszeichnung „Bundesverdienstkreuz am Bande“ für meine Arbeit national und international in der Trainer-Ausbildung des DTB und ITB-KampfrichterIn zu erhalten. Der Pfälzer Turnerbund würdigte unsere 50jährige Arbeit mit

der Auszeichnung „Ehrenmitglied des PTB“ und das Land RLP mit dem „Sportobelisk“.

Was liegt eigentlich so alles in dem Aufgabenbereich der LFW GTw in der jetzigen Zeit. Neben dem Teamwork mit den Fachwarten des Verbandes, der Gaue und den übergeordneten Instanzen LSB und DTB für Wettkampf Ausschreibungen, Durchführung, Lehrgänge, Fortbildungen ist immer ein offenes Ohr für die Probleme der Vereine mit ihren Aktiven dringend erforderlich. Neue Zeiten, neue Projekte wie z.B. „Leistung mit Respekt“, sehr viel schriftliche Ausarbeitungen, viele Online-Meetings in dieser Corona-Zeit fordern neue Ideen, so auch vergangenes Jahr die Gründung der Pfalzliga im GTw und neue Gesichter. Deshalb nach mehr als 50 Jahren ehrenamtlicher Arbeit

im Bereich Lehrgangswesen, Landesfachwartin Gerätturnen weiblich Spitzensport und KampfrichterIn ist es Zeit, die Verantwortung in unserem Verband als Landesfachwartin Gerätturnen des Pfälzer Turnerbundes bei den nächsten Wahlen in jüngere Hände zu geben. Wir werden aber dennoch immer die Arbeit im Verein und Verband unterstützen.



Team Bundesfinale B9 2004

Foto: Liedy

Gerätturnen gehört zu den kompositorischen Sportarten. Mit seiner Vielfalt an den vier Geräten Sprung, Stufenbarren, Schwebelbalken und Boden ist das Gerätturnen eines der intensivsten und anspruchsvollsten aller Sportarten. Bewegungsaufgaben an den Geräten werden unter Berücksichtigung von räumlichen, zeitlichen und dynamischen Bewegungsmustern erarbeitet. Dabei spielen künstlerische Komponenten wie Ausdruckskraft der Bewegung und des Körpers eine wichtige Rolle.

Das moderne Gerätturnen erfüllt diese Anforderungen voll. Es wird geprägt durch biomechanische, athletische Ausrichtung unter pädagogischer Führung. Es stellt sich dazu den neuen aktuell gesellschaftlichen, sozialen Normen und emotionalen Geschehnissen der Zeit.

Für jeden Sportler bietet diese Sportart die Chance seine turnerischen Bildungsziele zu erreichen. Sei es dem Vorbild von Spitzenturnerinnen nachzueifern oder auch nur unter dem Gesundheitsaspekt, etwas für die Möglichkeit auf ausreichend Bewegung zu tun. Bewegung ist ein zentrales Element der menschlichen Entwicklung

und als eines der Grundbedürfnisse unserer Kinder unerlässlich für ihre gesamte Persönlichkeitsentwicklung. Der Pfälzer Turnerbund bietet mit seinen PTB-Turnschulen als Grundlage die Chance, sich in dem leistungsbezogenen Gerätturnen zu bewegen. Das später über die Turn-Talentschulen des DTB bis hin zu der Aufnahme in einem Bundesleistungszentrum (BLZ) und auch Bundeskader sein Ziel sieht.

Die Wettkämpfe im Angebot des DTB und damit in unserem PTB führen hier über die Nachwuchswettkämpfe der AK-Stufen 7-11 Jahre bis zu den großen Meisterschaften des Code de Pointage (CdP) ab 12 Jahre in die deutsche Spitzenklasse und auf internationale Einsätze.

Durch die Ganztagschulen ist es heute in vielen Regionen unseres Landes nicht möglich, die Trainingstage und Zeiten so intensiv zu nutzen, um hier an das Niveau des CdP anzuknüpfen. Deshalb hat der DTB im Breitensport die „Leistungsklassen 1-4 (LK-Stufen)“ geschaffen. Damit auch hier ein Ziel des Vergleiches auf Bundesebene geschaffen werden konnte, wurde der Deutschland-Cup, Seniorenwettkämpfe

und Bundespokal eingeführt.

Den großen dritten Bereich des Gerätturnens, hier Breitensport für Jedermann, bilden die P-Stufen. Ein Pflichtprogramm an den Geräten Sprung-Barren/Reck-Balken/Bank und Bodenturnen 1-9, das auch im Bereich Schulsport (Jugend trainiert für Olympia), Kinderturnfeste und Mehrkämpfe seinen Einsatzbereich findet.

Angelehnt an den Zyklus der Olympischen Spiele werden die Bewertungen der einzelnen Anforderungen im Gerätturnen angepasst und evaluiert. Diese Wertungsvorschriften „CdP“ sollen als objektives Mittel zur Bewertung des Turnens auf allen Ebenen der regionalen, nationalen und internationalen Wettkämpfe zur Verfügung stehen. Es soll die Turnerinnen und Trainer bei der Zusammensetzung der Übung unterstützen und Technikhinweise vermitteln. Auf Grundlage dieser Wertungsvorschriften CdP werden alle weiteren Bewertungen AK-Stufen, LK-Stufen, P-Stufen vorgenommen.

Was wären aber all diese Angebote im Gerätturnen, wenn es nicht Trainer/Übungsleiter*Innen, Vereine und Ehrenamtliche gäbe, die sich berufen fühlen, das Gerätturnen zu vermitteln.

ICH WILL TURNEN!

So richtig still halten, das war noch nie mein Ding, aber dass Bewegung so faszinierend ist, das habe ich fast zufällig entdeckt, als ich mit 6 Jahren in die Gerätehalle der TSG Haßloch schaute, wo viele Mädchen gleichzeitig an allen Geräten turnten, manche sogar noch jünger als ich. Ich weiß nicht mehr, ob ich in dem Moment tatsächlich ausnahmsweise mal vor Faszination still gehalten habe oder mich aufgeregt bewegt habt, auf jeden Fall wusste ich: Das will ich auch machen. Und ich durfte, erst ein Probetraining bei Frau Liedy, dann 2 mal die Woche, 3 mal die Woche und schnell war dieser Wunsch meine tägliche mehrstündige Wirklichkeit. Verliert es irgendwann die Faszination? Es ist viel harte Arbeit und ich bin auch mal müde und kaputt, aber es ist auch heute noch trotz 27 Stunden wöchentliches Routinetraining, was besonderes den Körper herauszufordern, faszinierend aus eigener Körperkraft durch die Luft zu fliegen und das auch noch akkurat und elegant hinzubekommen. Nach 6 Jahren Vollprogrammtraining bei Ehepaar Liedy (2013-2019 im Alter von 6-12 Jahren) in der TSG Haßloch mit 17 Stunden Training in der Woche verteilt auf 4 Wochentage nach der Schule und Samstag morgens, wechselte ich mit Beginn der 7. Klasse in den Bundesstützpunkt nach Mannheim, da dort die Kooperation mit dem nahegelegenen Elitegymnasium des Sports es erlaubt, dass bereits vor dem Unterricht, der für Kaderathleten erst später beginnt, Trainingseinheiten möglich sind, womit sich meine Wochentrainingsstundenzahl auf 27 Stunden erhöhte. Über die Jahre bin ich vom Landeskader, in den Talentkader, den Nationalkader (erst 2, dann 1) nun im Perspektivkader aufgestiegen. Die spannendste Perspektive wäre natürlich Olympia, aber im letzten Jahr 2021 durfte ich als Perspektivkaderturnerin in der Deutschen Jugendnationalmannschaft auch schon zwei internationale Turniere turnen, was für mich ganz besondere Erlebnisse waren und zudem lief es auch turne-



Janoah Müller fliegt am Stufenbarren...

Foto: Privat

risch ganz gut. Der 6. Platz im Mehrkampf bei einem internationalen Turnier mit 13 Jahren war zusammen mit dem 2. Platz im Mehrkampf bei den letzten Deutschen Jugendmeisterschaften meine größten Erfolge. Die Nerven zu bewahren und ein bisschen Glück sind zwar nicht ganz unentscheidend, aber vor allem muss man fleißig, konzentriert und diszipliniert Tag ein Tag aus trainieren, um Ziele realistisch werden zu lassen. Ja, das ist ein straffes Programm, aber es ist nicht nur anstrengend, sondern macht mir immer noch Spaß, ich habe meine Freundinnen in der Halle und wohne nah genug am Stützpunkt um bei der Familie bleiben zu können. Samstags gehe ich auch immer noch sehr gerne in meine Heimat-halle nach Haßloch.

Ich will gerne noch mehr neue Elemente dazu lernen und sie in meine Übungen einbauen. Ich will, dass es richtig gut aussieht. Ich will vielleicht am Boden (meinem aktuell stärksten Gerät) mal eine Goldmedaille gewinnen. Ich will am Barren (meinem zwar aktuell schwächsten Gerät) noch mehr dazu lernen und mit Spannung von Holmen zu Holmen fliegen. Ich will bei allem Training auch ganz gerne gesund bleiben. Zusammengefasst bin ich wieder beim ersten Satz: Ich will turnen.



...und dreht am Schwebebalken

Foto: Privat

Ferien-Turn-Spezial 2022 - das besondere Ferienerlebnis



Ferien-Turn-Spezial 2022 das besondere Ferienerlebnis

Die Pfälzer Turnerjugend lädt alle Turnerinnen und Turner (Altersklasse 8 bis 15 Jahre) zum diesjährigen Ferien-Turn-Spezial ins Turnerjugendheim nach Annweiler recht herzlich ein. Nachdem die Freizeit bereits im vergangenen Jahr trotz aller Umstände stattfinden konnte, freuen wir uns umso mehr, dass wir auch in diesem Jahr die Freizeit anbieten können. Neben dem Turntraining kommen die Freizeitaktivitäten natürlich nicht zu kurz. Freut Euch auf ein abwechslungsreiches Programm. Übernachtet wird in Mehrbettzimmern mit Dusche und WC. Das Turnerjugendheim Annweiler bietet mit seinen zwei Turnhallen beste Voraussetzungen, da alles unter einem Dach vereint ist.

Betreut werden die Turnerinnen und Turner von qualifizierten Trainerinnen und Trainern der Pfälzer Turnerjugend.

Termin: 7.-12. August

Ort: Turnerjugendheim Annweiler
Kosten: 325,- € (inkl. Übernachtung, Vollverpflegung, Getränke, Campshirt, Training und Rahmenprogramm)
Meldeschluss: 1. Juli 2022
Weitere Informationen unter Pfälzer Turnerjugend

Geschäftsstelle
Turnerweg 60
76855 Annweiler am Trifels Telefon:
(0 63 46) 30 06 9-13
Fax: (0 63 46) 30 06 9-29
E-Mail: info@pfaelzer-turnerjugend.de
Internet: www.pfaelzer-turnerjugend.de



PTB-Aktiv-Woche Fitness & Gesundheit



Kerstin Riedel

Foto: PTB

Ein voller Erfolg war das Online-Mitmachangebot des PTB vom 8.-12. November 2021.



Andrea Flach-Meyerer

Foto: PTB

Tägliche wechselnde Workouts begeisterten mehr als 40 Teilnehmer.

Unsere Referenten Kirsten Riedel, Andrea Flach-Meyerer und Stefanie Kneisle boten von Cardio Workout Flows über Wohlfühlgymnastik, Wirbelsäulengymnastik mit dem Handtuch, Zeit für mich und Yoga mit & auf dem Stuhl eine schöne Abwechslung

im trüben Herbst. Mit einfachen, alltäglichen Gegenständen fanden die Fitnessstunden zu Hause statt.

Wer die PTB-Aktiv-Woche verpasst hat, kann die Workshops als Video-Fortbildungen gerne noch buchen.

Jetzt schon vormerken: Die nächste PTB-Aktiv-Woche findet vom 2.-5. Mai statt.

Gerätturn-Trainerfortbildung im PTZ in LU-Oppau

Die alljährliche Trainerfortbildung im Gerätturnen lockt regelmäßig die Trainerinnen und Trainer aus der Pfalz in die Turnhalle, so wie auch wieder Anfang Februar.

Mit dem Pfälzer Turnzentrum in Ludwigshafen-Oppau haben wir hierzulande optimale Trainings- und Fortbildungsbedingungen. Neben einem Seminarraum standen zwei Hallen, in denen sämtliche Turngeräte mit Superweichboden, Schnitzelgrube und vielen Hilfsgerten durchgängig aufgebaut sind, den Trainerinnen, Trainern sowie den zahlreichen Referenten zur Verfügung.

Heike Lukas-Bartelt machte mit Ballett für das Gerätturnen weiblich gemeinsam mit Rainer Schrempf, ehemaliger Landestrainer und Referent des Schwäbischen Turnerbundes, der im männlichen Bereich das Themenfeld am Seitpferd referierte, den Anfang.

Nach einer kurzen Mittagspause ging es mit Bernd Stoffel, Heimtrainer vom TurnTeam Oppau, am Aitrack, einer luftgefüllten Bodenfläche sowie am Sprungtisch und am Barren weiter. Was sind die Schlüsselemente im Code de Pointage? Als Code de Poin-

tage werden die internationalen Wertungsvorschriften im Kunstturnen offiziell bezeichnet. Rainer Schrempf hingegen kümmerte sich um das richtige Schwingen an den Ringen. Seiner Aussage zufolge gibt es nach dem richtigen Schwingen nur noch Geschenke, denn dann ist das Schwingen in den Handstand kinderleicht.

Mit welchen methodischen Schritten kann ich eine freie Felge am Stufenbarren erlernen und wie gebe ich die richtige Hilfestellung? Diese Frage beantwortete Ghazal Seilsepour den 19 Teilnehmern in diesem Workshop. Ghazal Seilsepour, ehemalige Nachwuchslandestrainerin am Kunstturnforum Stuttgart, kümmerte sich im Anschluss daran noch um verschiedene Abgänge, ebenfalls am Stufenbarren.

Am nächsten Morgen begrüßten Stefanie Istanbullu und ihr Schwester Isabell Fuhrmann, beide vom TV Wörth,

die Teilnehmer am Balken. Neben einer richtigen Balkenerwärmung wurden u.a. Sprünge, Drehungen, Grundpositionen, akrobatische Elemente und Abgänge behandelt.

Um die männlichen Gerätturn-Themen kümmerte sich Christian Stoffel, der selbst in jüngeren Jahren bei der TG Saar in der Bundesliga turnte. Handstützüberschlag am Sprung und was danach? Vielleicht ein Tsukahara, eine Radwende über den Sprungtisch mit Salto rückwärts am Ende oder doch lieber ein Kasamatsu?

Bedanken möchten wir uns an dieser Stelle beim Pfälzer Turnzentrum sowie bei Bernd Stoffel und seinem Team.



Hilfestellung bei einer Vorübung zum Stufenbarren Foto: PTB

TuS Oggersheim 1898 e.V., Turngau Rhein-Limburg

Liebe Sportkameradinnen und Sportkameraden, gerne nutzen wir an dieser Stelle die Möglichkeit des Pfälzer Turners zur Vorstellung unseres Vereins.

Anfangszeit vor nun fast 125 Jahren – bewegt und heute für viele von uns fast nicht vorstellbar.

Am 21. Januar 1898 wurde unser Verein als Freie Turngesellschaft Oggersheim gegründet. Die tragende Sportart war Turnen. Öffentliche Sportplätze standen dem jungen Verein nicht zur Verfügung. Turngeräte musste der Verein selbst kaufen, als Turnhallen konnten nur Säle von Gasthäusern genutzt werden. Zunächst war der Verein eine reine Männergesellschaft. Frauenturnen war nicht satisfaktionsfähig und den Vereinen des Arbeiter-Turner-Bundes wurden pädagogische Fähigkeiten für Kinderabteilungen gesetzlich abgesprochen. Dennoch sorgten Tatkraft und Idealismus der Gründungsmitglieder für einen erstaunlichen Auftrieb.

Diese Entwicklung nahm mit dem ersten Weltkrieg 1914 ein jähes Ende. 1918 konnten dann die Abteilungen Turnrinnen und Kinder sowie eine Fußballmannschaft gegründet werden. 1923 folgte die Gründung einer Handballabteilung und eines Spielmannszuges.

Im Jahr 1933 wurde der Verein verboten, das Vermögen beschlagnahmt und führende Persönlichkeiten verhaftet. Nach Beendigung des 2. Weltkrieges entstand im Jahr 1951 die Turngesellschaft „Frei Heil“ unter dem Motto „In einem gesunden Körper wohnt ein gesunder Geist“. Als Mitglieder sind 99 Personen sportlich tätig.

Gegenwart und Ausblick in die Zukunft

Gegenwärtig sind wir der größte Sportverein im Ludwigshafener Stadtteil Oggersheim mit 959 Mitgliedern (davon 424 bis 18 Jahre und einem ausgewogenen Verhältnis weiblicher und männlicher Mitglieder).

Die Entwicklung unseres Sportangebotes bis heute:

- Faustball..... (seit 1966)
- Fußball und Jedermann-Turnen (seit 1967)
- Mutter-(Eltern-)Kind-/Kinder-Turnen (seit 1967)
- Seniorinnen-Turnen (seit 1978)
- Fußball AH (seit 1972)
- Jazz-Gymnastik / Jazz-Tanz (1973 - 1992)
- Judo (seit 1977)
- Ski-Gymnastik (1983 - 1998)
- Karate und Aerobic (seit 1983)
- Bleib fit, mach mit. - Sportabzeichen (1988 - 1998)
- Gesundheitssport (seit 1988)
- Ju-Jutsu..... (1989 - 2016)
- Funktionsgymnastik (seit 1996)
- Fitness und Kondition (seit 1998)
- Mädchen- und Frauenfußball (2002 - 2011)
- Walking (seit 2002)
- Koordinationstraining (seit 2011)
- Lauftreff (seit 2012)
- Zumba (seit 2013)
- Baby-Turnen..... (seit 2019)
- Yoga-Kids (2019 - 2020)
- Eltern-Kind-Tanzen (seit 2021)

Seit September letzten Jahres haben alle Abteilungen dank des Einsatzes unserer über 50 ehrenamtlichen Übungsleiter, Trainer und Helfer wieder den geregelten Trainingsbetrieb nach teilweise langen pandemiebedingten Pausen aufgenommen. Der starke Zulauf in den letzten Monaten trotz noch bestehender Einschränkungen zeigt deutlich, wie wichtig unsere 18 Breitensportorientierten Angebote sind. Für den Einsatz aller Ehrenamtlichen und die Geduld und Treue aller Mitglieder bedanken wir uns herzlich.

Eine große Bedeutung hat für alle Verantwortlichen über die einzelnen Sportangebote hinaus der große Zusammenhalt und die Öffentlichkeitsarbeit zur nachhaltigen Gewinnung von Mitgliedern und „Mitstreitern“ für die wichtige, ehrenamtliche Vereinsarbeit.



Mit jeweils über 120 Teilnehmern bei den Umzügen zur Oggersheimer Kerwe 2013, 2015 und 2017 „Beste Zugnummer“.



Faustball-Jedermann-Turnier für Vereinsmitglieder aller Abteilungen und Gäste mit Oberbürgermeisterin Jutta Steinruck (2018)



Aktionsprogramm beim Oldtimertag (2019)



Bühnenprogramm zur Kerwe (2018)



Weihnachtsmann in den Turnstunden wie einst (2019)



Nils-Nager-Olympiade (2015)

In der Hoffnung, dass 2023 Veranstaltungen und Sportfeste wieder möglich sein werden, laufen die Vorbereitungen für das 125-jährige Vereinsjubiläum bereits auf Hochtouren.

