

# Vaihinger Vereinsblättle



**APRIL 2024**

Es ist wieder soweit! Das Vereinsblättle ist wieder da und du hast die Ehre es lesen zu dürfen. Monatliche erfährst du heißesten News vom TVV! Zudem wirst du über kommende Veranstaltungen informiert, so dass du deine Wochenendplanung frühzeitig gestalten kannst!

Nun wünschen wir dir viel Spaß beim Durchstöbern!

**WANDERUNG NACH WAIBLINGEN**

Die Wanderung nach Waiblingen ist ausgebucht. Wir können leider keine weiteren Anmeldungen mehr annehmen.



# WANDERUNG AM 1. MAI 2024

Zu einer Wanderung am 1. Mai möchten wir Mitglieder und Freunde des TV Vaihingen herzlich einladen.

Vom Holzplatz (Ecke Auricher Str.-Im Holzgarten) wandern wir Richtung VfB-Platz. Wenige Meter nach dem Löberts-Brunnen steigen wir einen schmaler Pfad hoch zur Auricher Heide. Weiter geht`s dann über die Roßwager Heide und am Waldrand entlang nach Roßwag bis zum Haggeroy. Durch den Wald führt uns der Weg zurück nach Vaihingen zum Alten Badplatz. Dort gibt es einen Einkehrschwung.

Die Abteilungen Judo/ Karate, Schwimmen und Reiten vom TV Vaihingen bewirten an diesem Tag.

Treffpunkt um 9:30 Uhr am Holzplatz  
Streckenlänge ca. 8 km (gutes Schuhwerk)

Keine Anmeldung nötig!

Gruß Susi und Ludwig

## JUDO & KARATE

Unsere Judokas Moritz Weigelt (32 kg) und Artur Alexetschuk (34 kg) waren auch bei den Württembergischen Meisterschaften de U11erfolgreich: Moritz belegte Platz 2, Artur Platz 3.

Beim traditionellen Osterhasencup für die U10 und U12 konnten einige Judokas die ersten Erfahrungen auf der Wettkampf-Matte sammeln: Naemi Sakarli (U10), Nele Kunze (U12) und Arina Salov (U12) zeigten tolle Ansätze, konnten aber keinen Kampf gewinnen. Etwas mehr Erfolg hatte Tiberius Funk (U12), der den dritten Platz erreicht. Die erfahreneren Kämpfer waren dagegen sehr erfolgreich: Platz 1 erreichten Artur Alexetschuk (U10), RobertNeubauer (U12), Moritz Weigelt (U12) und Leo Ritschel (U12). Platz 3 gingen an Deniz Müller (U12) und Luca Heilemann

(U12).

Beim Gürtelfarbenturnier der U15 erreichte Mathis Herzog Platz 1 und  
Jan Ritschel Platz 3

Wie immer mehr Infos und detaillierte Berichte incl. Bilder unter:  
<https://tvv-judo-karate.de/news-judo/>

!



## SPORTABZEICHEN

Am Montag, 3. Juni beginnt die Sportabzeichen-Saison. Unsere Abnahmen finden auf dem Sportplatz „Am Egelsee“ statt. Termine für besondere Abnahmen, wie Schwimmen, Radfahren oder Hochsprung und an andere Sportstätten und auch die Anforderungsübersichten findest Du auf der

TVV-Homepage: [www.tvv-vaihingen.de/turnen&fitness/sportabzeichen](http://www.tvv-vaihingen.de/turnen&fitness/sportabzeichen)

Der bundesweit einheitlichen Fitnessstest beinhaltet einige Leichtathletik-Disziplinen, aber auch Seilspringen (Rope-Skipping) oder Medizinballwurf.

Es ist für jeden etwas dabei, der sich sportlich betätigen möchte. Wir sind eine offene Gruppe, in der auch Nichtmitglieder willkommen sind.

Alle Altersklassen und Geschlechter haben ihre eigenen Anforderungsprofile und so können Familien, Großeltern mit ihren Enkeln oder ganze Nachbarschafts- und Freundesgruppen zusammen Sport machen. Schaut einfach einmal bei uns vorbei - wir freuen uns darauf Euch bald auf dem Sportplatz begrüßen zu dürfen!

## SCHWIMMEN

Die Schwimmer\*innen der Schwimmabteilung des Turnverein Vaihingen/ Enz 1861 e. V.

(TV Vaihingen/ Enz) haben am 2. März 2024 am 28. Bruchsaler Sprintermeeting des Bruchsaler Schwimmverein e. V. teilgenommen, hatten großen Spaß und haben viele Erfolge erzielt. Bei starkem Teilnehmerfeld wurden im Einzelwettkampf fünf erste Plätze, sechs zweite Plätze und zwei dritte Plätze erschwommen.

Herausragende Leistungen über alle vier Starts hat Jakob Rohloff erbracht. In 50 m Schmetterling und 50 m Rücken konnte er den ersten Platz erschwimmen, in 100 m Freistil sowie 50 m Freistil je einen zweiten Platz.

Einen weiteren Sieg bei vier Starts gelang Jessika Künsemüller mit 100 m Schmetterling und einen zweiten Platz in 100 m Rücken. Trotz neuer persönlicher Bestleistungen in 100 m Lagen und 100 m Freistil erreichte sie hier Platz vier und fünf. Mika Mauer schwamm insgesamt vier Strecken, mit zwei Starts konnte er besonders überzeugen: In seiner Altersklasse belegte er mit 50 m Rücken den ersten und mit 100m Rücken den zweiten Platz.

Andere Schwimmer\*innen konnten sich über Podestplätze freuen. Jana Heineke: Dritter Platz in 50 m Brust und zweiter Platz in 100 m Brust, Dorothea Veit: Erster Platz in 100 m Brust und Paula Warga: Dritter Platz in 50 m Schmetterling. Außerdem gingen zwei verschiedene Staffeln an den Start. Eine Staffel über 4x50 m Lagen mixed mit den Schwimmer\*innen Jessika Künsemüller (Rücken), Maximilian Holste (Brust), Paula Warga (Schmetterling) und Jakob Rohloff (Freistil) erreichte einen achten Platz. Die andere Staffel über 4x50 m Freistil

mixed, geschwommen von Camille Bronner, Mika Mauer, Jana Heineke und Jakob Rohloff, erreichte den vierzehnten Platz von dreiundzwanzig Mannschaften.

Die stolzen Schwimmer\*innen des TV Vaihingen/ Enz fuhren mit diversen persönlichen Bestzeiten nach Hause und feierten ihre Trainingsfortschritte.

## HANDBALL

Nach einer langen Pause, bedingt durch die Corona-Pandemie, ging es am Gründonnerstag mit vier Jugendmannschaften nach Prag, in die Stadt der hundert Türme. Vier Tage lang wurde in Prag das Internationale Handballturnier mit 685 Mannschaften aus 23 verschiedenen Ländern ausgetragen. Der HC Metter-Enz war mit vier Teams der männlichen C-, B-, und A-Jugenden sowie einem Team der weiblichen B-Jugend, sprich mit 16 Mädchen und 28 Jungen im Alter von 13 bis 18 Jahren am „Prague Handballcup 2024“ vertreten. Das Turnier fand in 48 verschiedenen Sportstätten statt.

An drei Tagen fuhren die vier Teams vom Hotel aus mit dem öffentlichen Nahverkehr quer durch Prag und lernten die Stadt dabei kennen. Es wurde gegen Mannschaften aus unterschiedlichen Ländern wie beispielsweise Dänemark, Holland, Österreich, Slowenien, Slowakei, Ungarn, Tschechien und Deutschland gespielt. Da viele hochklassige Mannschaften vertreten waren, war der sportliche Erfolg für den HC Metter-Enz von vornherein nicht so gegeben. Jedoch konnte man sich über Teilerfolge freuen, wenn die Spielerinnen und Spieler über sich hinausgewachsen sind.

Der Spaß und die Spielfreude standen im Vordergrund. Dennoch konnten aus den Spielen wertvolle Erfahrungen gesammelt werden. Die Mannschaften hatten neben den Spielen genügend Zeit, um die Highlights der Stadt Prag kennenzulernen, wie die Karlsbrücke, die Burg und die Altstadt. Am Ostermontag ging es dann mit müden, aber glücklichen Jugendlichen und Betreuern wieder ca. 500 Kilometer zurück nach Hause.

Am Ende waren sich alle einig, dass es diese besonderen Erlebnisse für den Verein und für die Jugendlichen braucht, um den Zusammenhalt untereinander zu stärken.

# IMMER WIEDER MONTAGS...

... treffen sich die Frauen zur Gesundheitsgymnastik 60+.  
Die Gymnastik hält fit, macht Spaß und trainiert Kraft, Ausdauer und  
Beweglichkeit. Stretching und Entspannung runden das  
Sportprogramm ab. Neue Teilnehmerinnen sind herzlich willkommen.  
Ein unverbindliches Schnuppertraining ist jederzeit möglich.

Die Gymnastik findet am Montag von 17-18 Uhr im Gymnastikraum  
der Stadthalle statt. Der Zugang ist vom Pausenhof der Realschule.

Marianne Jantzen, Übungsleiterin B-Lizenz.  
Noch Fragen ? Gerne anrufen unter 07042/15106

# IMMER WIEDER MONTAGS... FIT UND FUN FÜR FRAU UND MANN

IMMER WIEDER MONTAGS – Fit und Fun für Frau und Mann

Die Woche sportlich und mit Spaß starten, macht den Montag zu einem  
Highlight. In unserer gemischten Gruppe „Fit und Fun für Frau und  
Mann“ treffen sich Frauen und Männer gemeinsam zu einem  
Ganzkörpertraining das sowohl die Kraft, Kraftausdauer als auch die  
Beweglichkeit und das Herzkreislaufsystem stärkt. Abwechslungsreich  
im Intervall, mit Handgeräten oder einfach nur mit dem eigenen Körper  
als Trainingsgerät werden am Ende die Endorphine „purzeln“.

Wunderbar und besonders an dieser Gruppe ist sowohl das gemeinsame  
Training als auch in regelmäßigen Abständen das gesellige Miteinander  
nach den Trainingseinheiten.

Wir freuen uns auf Dich.

Montags, 20.30 bis 21.30 Uhr, Gymnasiumhalle FAG

Trainerin: Petra Müller

DOSB-ÜL B Sport in der Prävention, Trainerin C Breitensport Fitness  
und Gesundheit sowie Aerobic, DTB-Aerobic Trainerin

Weitere Infos gerne unter: Tel. 0162 9116290 oder  
Petra.Mueller1071@gmail.com



## DANCE FITNESS MIT BIRGIT

Dance Fitness ist ein dynamisches Tanz- und Fitness- Workout mit Spaß  
an Bewegung!

Im ersten Teil der Stunde wird, mit Musik aus unterschiedlichen  
Stilrichtungen und mit Schritten aus verschiedenen Tanzstilen, der  
ganze Körper trainiert und das Herz-Kreislaufsystem in Schwung  
gebracht. Im zweiten Teil des Trainings wird etwas für die  
Figurstraffung und Fettreduktion getan, mit einem vielfältigen  
funktionellen Training für alle Muskelketten. Im letzten Teil der Stunde  
dehnen und entspannen wir.

Trainiert wird immer donnerstags ab 20:15 Uhr mit flexiblem Ende  
gegen 21:30.

Winterlocation: Unter der Stadthalle

Sommerlocation: Tartanplatz gegenüber der 1-2-3-Halle

Neue TeilnehmerInnen sind immer „Herzlich Willkommen“!

Das Training macht Birgit Wawers: DOSB-Trainerin C Breitensport -  
Fitness-Aerobic, Instructor Body-Toning, LaGym-Instructor

Kontakt: Mobil oder WhatsApp/ Signal 01633544914, Birgit@Wawers.de



## IMMER WIEDER MITTWOCHS... FIT & FUN

Zum „Wochenteiler ein toller Ausgleich mit den Mädels von „Fit und Fun“. Jede Woche haben auch in dieser Gruppe der Spaß, der Ausgleich sowie die körperliche Fitness Priorität.

Ein „Ganzkörpertraining“ steht auf dem Programm. Im Focus stehen neben der Freude an der Bewegung sowohl die allgemeine Kraft bzw. Kraftausdauer, als auch die Beweglichkeit, Mobilität und das Herz-Kreislaufsystem. Mal unterstützt mit Geräten wie Step, Hanteln etc. oder ganz einfach nur mit dem eigenen Körper als Trainingsgerät.

Im Sommer trainieren wir so oft es geht draußen und in den Ferien geht es an den „Alten Badplatz“.

Komm' doch einfach vorbei und mach' mit.

Mittwochs, 19.15 bis 20.15 Uhr, Gymnastikraum Gymnasiumhalle  
FAG

Trainerin: Petra Müller

DOSB-ÜL B Sport in der Prävention, Trainerin C Breitensport Fitness  
und Gesundheit sowie Aerobic, DTB-Aerobic Trainerin

Weitere Infos gerne unter: Tel. 0162 9116290 oder  
Petra.Mueller1071@gmail.com

## IMMER WIEDER FREITAGS... FITNESS & ENTSPANNUNG

Das Motto dieser Freitagsgruppe:

Mit Spaß und Entspannung ins Wochenende starten. Wir beginnen jeden Freitag mit einem Herz-/Kreislauftraining. Dabei kommt im ersten Teil der Trainingseinheit entweder das Step mit vielfältigen Schrittkombinationen zum Einsatz oder es gibt ein funktionelles Intervalltraining. So sind wir vorbereitet, für das anschließende Bodyworkout zur Straffung und Kräftigung der Muskulatur. Die Freude und der Spaß beim „TUN“ stehen in dieser Einheit im Vordergrund. Stretching und Entspannung runden das Training am Ende ab. Besser kann das Wochenende nicht beginnen.

Auch Lust und Interesse? Sportschuhe sowie Handtuch einpacken und vorbeikommen.

Freitags 18.00 bis 19.30 Uhr, Gymnasiumhalle FAG

Trainerinnen-Team:

Petra Müller: DOSB-ÜL B Sport in der Prävention, Trainerin C Breitensport Fitness und Gesundheit sowie Aerobic, DTB-Aerobic Trainerin, Tel. 0162 9116290 oder Petra.Mueller1071@gmail.com

Birgit Wawers: DOSB-Trainerin C Breitensport - Fitness-Aerobic,  
Instructor Body-Toning, LaGym-Instructor, Mobil oder WhatsApp/ Signal  
01633544914, Birgit@Wawers.de

WENN SIE DIESEN NEWSLETTER (AN: CMSFUNK@WEB.DE) NICHT MEHR EMPFANGEN MÖCHTEN,  
KÖNNEN SIE IHN **HIER ABBESTELLEN**. BEI FEHLERHAFTER DARSTELLUNG DES NEWSLETTERS  
KLICKEN SIE BITTE **HIER (ONLINE)**.

TV VAIHINGEN/ENZ 1861 E.V.  
JOHANNES JUNGCLAUSSEN  
AM WOLFSBERG 108  
71665 VAIHINGEN/ENZ DEUTSCHLAND

07042940783  
JOHANNES.JUNGCLAUSSEN@TV-VAIHINGEN.DE  
[HTTPS://WWW.TV-VAIHINGEN.DE/](https://www.tv-vaihingen.de/)  
VORSTAND NACH § 26 BGB: PRÄSIDENT FRANK HERTFELDER  
REGISTER: VEREINSREGISTERNUMMER IM WLSB: 12202  
TAX ID: UMSATZSTEUERIDENTIFIKATIONSNUMMER: DE 145005353