sportheilbronn kostenlos!

Ausgabe 5 Das regionale Sportmagazin Juli 2017 HEILBRON TRENDSPORT AUS ÜBERSEE:





LACROSSE BEI DER TSG HEILBRONN





Versorgungssicherheit

Wir sind für unsere Kunden 365 Tage im Jahr 24 Stunden im Einsatz. Mit über 300 Beschäftigten garantieren wir eine sichere und zuverlässige Versorgung mit Erdgas, Wärme und Trinkwasser für 300.000 Einwohner und viele Unternehmen in über 40 Städten und Gemeinden. Unsere Erfahrung und das Bestreben, auf innovative, modernste Lösungen zu setzen, machen dies möglich. Dabei geht es uns in allen Bereichen auch um Nachhaltigkeit – und das heißt für uns langfristig planen, denken und handeln – für die zukunftsfähige Entwicklung unserer Region.

Wir sind für Sie da – in Heilbronn und in der Region! Telefon 07131 56-4248 www.hnvg.de







4 SPORT NACH KREBS

Was auf dem Rezept stehen sollte

4 Impressum

6 HEILBRONNER FALKEN

Saisonvorschau



8 HOCHSPRUNG EBERSTADT

Die Weltelite unterm Eberfürst

10 ENNITESTET

Das sportheilbronn-Experiment



12 LACROSSE IN HEILBRONN

Von der Hochschule in die 2. Liga

14 #teamsporthalle

16 V.HÄHNLE-POHL+B.ENGLISCH

Marathon als Lebenseinstellung



- 18 Karrieresplitter
- 20 Sportpsychologie

22 NECKARCUP 2017

Blick hinter die Kulissen



24 KTT HEILBRONN

Komplizierte erste Saisonhälfte

26 TSG KANU-ABTEILUNG

Optimale Bedingungen im Bootshaus

28 SVHN HANDBALL

Historischer Pokalsieg

32 CAPOEIRA

Exotischer Sport aus Brasilien

35 SALT CRYSTALS

Cheerleading nicht nur für Frauen



36 TURNSCHULE DER TGB

Erfolgreiche Talentschmiede

38 DANIEL WÖRZ

Straubenhardt statt Heilbronn

40 Sportrecht

42 TSG HEILBRONN HOCKEY

Interview mit Trainer Uli Weise

- 44 Heilbronner Sportsplitter
- 50 Termine



HAUPTGESCHÄFT HEILBRONN

SALZSTRASSE 37 · 74076 HEILBRONN TELEFON 07131-172979 ÖFFNUNGSZEITEN: DIENSTAG BIS FREITAG VON 8.30 – 18.00 UHR UND SAMSTAG VON 8.00 – 14.00 UHR

FILIALE NECKARGARTACH

FRANKENBACHER STR. 114 · 74078 HEILBRONN · TELEFON 07131-22881 ÖFFNUNGSZEITEN: DIENSTAG BIS FREITAG VON 8.00 – 17.30 UHR UND SAMSTAG VON 8.00 – 14.00 UHR



DER STADTVERBAND FÜR SPORT BEI DER DHBW-BEWERBERNACHT

Am 23. Mai war der Stadtverband für Sport Heilbronn – wie auch schon im Vorjahr – bei der DHBW-Bewerbernacht mit einem eigenen Stand vertreten.

Welche Sportarten gibt es in Heilbronn? Bei welchem Verein können Studenten auch in ihrer neuen Heimat ihrem Sport nachgehen? Welche Sportevents können sie in Heilbronn besuchen?

Diese und weitere Fragen konnte der Stadtverband auf seinem Stand am Bildungscampus beantworten.

Am Laptop konnten sich die DHBW-Studenten in spe auch gleich direkt auf dem Stadtverband-Vereinsportal <u>www.sport-heilbronn.de</u> umschauen, um die Sportangebote und Termine der Heilbronner Vereine zu sichten.

SPORT NACH KREBS: WAS AUF DEM REZEPT STEHEN SOLLTE

Ein wichtiges Thema, mit dem sich der Stadtverband für Sport Heilbronn momentan in Zusammenarbeit mit dem Tumorzentrum Heilbronn-Franken intensiv beschäftigt, ist der Sport nach Krebs.

Regelmäßige sportliche Aktivität beugt nicht nur Krebserkrankungen vor. Besonders bei Betroffenen wirkt Sport auch wie ein Medikament und verbessert die Heilungschancen. Die Rückfallquoten können um 10-50 Prozent reduziert werden und die Komplikationen und Nebenwirkungen können durch körperliche Bewegungen abgemildert werden. Des Weiteren hat die körperliche Bewegung positiven Einfluss auf die Psyche und die Lebensqualität wird insgesamt verbessert.

Mit Übungsleitern, die für den Sport nach Krebserkrankungen ausgebildet und zertifiziert sind, bieten einige Heilbronner Vereine individuelle Rehabilitations-Programme für Sport nach Krebs an. Mit ärztlicher Verordnung vom behandelnden Hausarzt ist die Teilnahme an den einzelnen Angeboten kostenfrei. Was auf dem Rezept für Rehabilitationssport stehen sollte, können Sie dem nebenstehenden Muster entnehmen.

Mehr Info: http://krebs.sport-heilbronn.de

IMPRESSUM

Ausgabe 5 / Juli 2017

Verlagsanschrift:

Stadtverband für Sport Heilbronn Frundsbergstr. 215, 74080 Heilbronn Telefon 07131 / 920892 info@sport-heilbronn.de

www.sport-heilbronn.de

Herausgeber:

e<mark>ber:</mark> Stadtverband für Sport Itten Heilbronn

Markus Otten

Auflage:

5.000 Stück

Verteilung: kostenlos

Produktion + Vermarktung + Abo:

Scherlinzky GmbH Agentur für WinWin-Marketing Heuholzer Weg 7, 74076 Heilbronn Telefon 07131 / 772227 marketing@sport-heilbronn.de Abopreis (4 Ausgaben): 23,80 € inkl. MwSt.

Redaktion:

Ralf Scherlinzky (RS)
Tel. 0172 / 2117869
redaktion@sport-heilbronn.de
Michael Roll (MR)
michael.roll@sport-heilbronn.de

Gastbeiträge:

Enni Wielsch (S. 10, 13, 21, 25, 31) Nico Lang (S. 14) Prof. Dr. Dirk Schwarzer (S. 20) Rainer Arnold (S. 24) RA Harald Krusenotto (S. 40)

Fotos:

Marcel Tschamke

Druck:

Gmähle-Scheel Print-Medien GmbH Kriegsbergstraße 14 71336 Waiblingen Telefon: 07151/ 2018-0 www.w-mg.de info@gmaehle-scheel.de

© Stadtverband für Sport Heilbronn, soweit nicht anders angegeben. Namentlich gekennzeichnete Artikel geben nicht unbedingt die Meinung des Verlags wieder.

Wir freuen uns auf Pressemitteilungen, Fotos und Termine von Heilbronner Vereinen, Sportlern und Veranstaltungen an redaktion@sport-heilbronn.de, können aber keine Veröffentlichung garantieren.



sportheilbronn

AB SOFORT: DAS SPORTHEILBRONN-MAGAZIN BEQUEM IM ABO !!!

Ihr wollt keine Ausgabe vom **sportheilbronn**-Magazin mehr verpassen? Dann könnt ihr unser Magazin jetzt im Abo beziehen und erhaltet jede Ausgabe beguem in euren Briefkasten.

sportheilbronn erscheint vierteljährlich (Januar/April/Juli/Oktober) mit einer Auflage von zur Zeit 5.000 Exemplaren.

Die Verteilung erfolgt kostenlos wie im Diagramm rechts dargestellt. Damit ihr nun sicher gehen könnt, dass ihr auch wirklich jede Ausgabe bekommt, gibt es unser **sportheilbronn**-Magazin ab sofort auch im Abo:

Abonnementspreis jährlich (beinhaltet 4 Ausgaben) 23,80 € inklusive 19 % MwSt. und Versandkosten.



Für mehr Infos zum **sportheilbronn**-Abo sendet uns eine E-Mail mit dem Betreff "sportheilbronn-Abo" und euren Kontaktdaten an redaktion@sport-heilbronn.de.





Die letzten Jahre sind für die Heilbronner Falken alles andere als nach Plan verlaufen. Zweimal schaffte man den Klassenerhalt nur am "grünen Tisch". Dann folgte in der vergangenen Saison eine Hauptrunde zum Vergessen, ehe nach einem Trainerwechsel von Fabian Dahlem zu Gerhard Unterluggauer die sportliche Talfahrt beendet und in der ersten Playdown-Runde gegen Rosenheim der Klassenerhalt vorzeitig gesichert wurde. Seither häufen sich die positiven Nachrichten aus dem Lager der Falken. Ein erfolgreich vollzogener Gesellschafterwechsel, die erneute Erteilung der DEL2-Lizenz sowie Neuzugänge, die schon jetzt Lust auf die neue Saison machen. Wir haben uns mit Manager Atilla Eren, Trainer Gerhard Unterluggauer und Neuzugang Corey Mapes getroffen, um zu erfahren, was die Fans in der kommenden Saison erwartet, wie der neue Trainer tickt und wie Spieler manchmal über ihre Trainer denken.

"Diesmal konnten wir ganz anders an die Saisonplanung herangehen als in den beiden Vorjahren", berichtet uns ein recht entspannter Atilla Eren auf der Sitzplatz-Tribüne der sommerlich warmen Kolbenschmidt Arena. "Dadurch, dass der Klassenerhalt frühzeitig feststand und wir von Anfang an wussten, dass wir wieder in der DEL2 spielen werden, konnten wir gleich in die Vorbereitungen für die neue Saison einsteigen."

Noch im Vorjahr hatte sich der Manager nach dem Saisonende zusammen mit seinen Mitarbeitern parallel sowohl auf die Oberli-

ga als auch auf die DEL2 vorbereiten müssen. Diesmal dagegen konnte man schon im April die ersten wichtigen Personalentscheidungen bekanntgeben.

Ein weiterer wichtiger Unterschied zum Vorjahr ist der Anfang März vollzogene Gesellschafterwechsel, in dessen Rahmen die Anteile an der Heilbronner

Falken GmbH vom Stammverein Heilbronner EC an die neuen Gesellschafter Rainer Maurer, Franz Böllinger und Atilla Eren übergegangen sind. "Damit haben wir auf der einen Seite den HEC von Altlasten befreit und damit den Heilbronner Eishockey-Nachwuchs auf eine solide Basis gestellt. Auf der anderen Seite konnten wir für die Falken Rahmenbedingungen schaffen, die uns einen größeren finanziellen Spielraum ermöglichen", freut sich Eren, der da-

durch zehn Prozent mehr als bisher in das Team investieren kann.

Dass mit Gerhard Unterluggauer ausgerechnet ein Trainer-Neuling der sportlichen Misere ein Ende setzen soll, klingt nach einer denkbar schwierigen Aufgabe für den österreichischen Coach. "Nein, einen besonderen Druck verspüre ich nicht", sagt der 40-Jährige, der im Januar nach der Entlassung von Fabian Dahlem das Amt des Cheftrainers übernommen hatte. "Vielmehr freue ich mich riesig auf die neue Saison."

Geplant sei der steile Start in die Trainerkarriere in Heilbronn eigentlich nicht gewe-

sen, verrät der Villacher fast verlegen. "Fabi hat es mir ermöglicht, im Rahmen meiner Trainerausbildung für eine Woche bei den Falken zu hospitieren. Während dieser Woche war dann schnell klar, dass ich darüber hinaus als Co-Trainer bleiben würde. Auf diesem Level ohne einen Co-Trainer zu arbeiten und alles alleine zu stem-

Atilia Eren

Atili

Dass er dann nur kurze Zeit später zum Nutznießer der Entlassung seines Mentors wurde, war Gerhard Unterluggauer erstmal etwas unangenehm. "Ich hatte es ihm zu verdanken, dass ich nach Heilbronn gekommen bin. Da war es dann schon komisch, dass ich ihm quasi seinen Job weggenommen habe. Das

GERHARD UNTERLUGGAUER



Gerhard Unterluggauer ist im österreischischen Eishockey eine Legende. Am 15.8.1976 in Villach geboren, feierte der 1,77 m große ehemalige Verteidiger schon mit 16 Jahren sein Debut in der ersten Mannschaft des Villacher SV. 1995 zog es ihn nach Kanada in die WHL, wo er zwei Jahre für die Brandon Wheat Kings die Schlittschuhe schnürte. Nach vier weiteren Jahren beim VSV wechselte "Luggi" 2001 in die DEL, wo er für Schwenningen und Düsseldorf spielte. Von 2004 bis 2016 war er durchgehend in der EBEL aktiv, wo er erst für den HC Innsbruck und dann wieder für seinen Stammverein Villach aufs Eis ging. Bis Mitte Januar 2017 spielte er für den UECR Huben in der Kärntner Liga, ehe er bei den Falken die Chance bekam, die Trainerlaufbahn einzuschlagen. Gerhard Unterluggauer ist mit 229 Länderspielen österreichischer Rekord-Nationalspieler.

war nicht einfach für mich, aber so ist das Geschäft. Und ich konnte dann ja doch noch ein bisschen etwas bewirken."

Das Team sei zum Zeitpunkt seiner Übernahme eigentlich recht gut gewesen, sagt der österreichische Rekord-Nationalspieler. "Ein paar Sachen hatten halt nicht ganz gepasst, und daran haben wir gearbeitet. Die Verbesserung von Kleinigkeiten kann manchmal große Änderungen bewirken."

Die Tatsache, dass "Luggi" gleich an den richtigen Stellschrauben gedreht hat, hat bei Manager Eren für große Erleichterung gesorgt, war er doch während der Ära Dahlem vor allem in den Sozialen Netzwerken stark kritisiert worden. "Natürlich bekommt man mit, dass es gewisse Stimmungen gibt. Aber damit muss jeder leben, der in der Öffentlichkeit steht", berichtet der 51-Jährige.

Generell nehme die freie Meinungsäußerung in den Sozialen Medien Ausmaße an, bei denen zwischen Kritik und Beleidigung nur noch ein schmaler Grat sei, so der Manager weiter. "Die Leute wissen teilweise gar nicht, was sie mit ihren Postings für einen Schaden anrichten, vor allem wenn es gegen einzelne Spieler geht. Bei den jungen Spielern sorgen sie für zusätzliche Verunsicherung, bei älteren leidet die Familie, und sogar die Kinder werden teilweise in der Schule angepöbelt."

Einer, der den Umgang mit Facebook & Co. allzu gut kennt, ist Corey Mapes, der nach vier Jahren in der Fremde wieder nach Heilbronn zurückgekehrt ist: "Man merkt ja recht schnell, wie es in den Sozialen Medien abläuft. Ich schaue da schon lange nicht mehr rein und höre stattdessen lieber auf meinen Trainer. Wenn er sagt, dass ich schlecht gespielt habe, dann weiß ich, dass ich wirklich schlecht war."

Diese Worte wird der 25-Jährige von seinem neuen Trainer kaum zu hören bekommen.

"Auf dem hohen Niveau, das wir in der DEL2 spielen, brauche ich einem Spieler nicht zu sagen, dass er schlecht gespielt hat. Das weiß er auch so", erklärt Gerhard Unterluggauer seine Denkweise. "Wichtig ist, dass wir unter der Woche beim Training die zuvor gemachten Fehler analysieren und abzustellen versuchen. Sobald das Spiel beginnt, ist der Coach nur noch Beifahrer. Da ist es dann auch kontraproduktiv,

wenn man herumschreit und einzelne Spieler zur Schnecke macht."

Einstellung Diese kommt auch den Spielern entgegen. "Da kann ich Luggi nur zustimmen. Mit einem cholerischen Trainer verliert man schnell die Freude am Eishockey und kann auf dem Eis auch nicht

mehr seine gewohnte Leistung abrufen. Und irgendwann hat das zur Folge, dass sich das ganze Team in einer Abwärtsspirale befindet", erinnert sich Corey Mapes an die eine oder andere Station seiner Karriere.

Sind dies dann die Situationen, wo man als Team gegen den Trainer spielt, wie es immer wieder heißt?"Also dieser Legende möchte ich hier mal ein Ende bereiten", antwortet der in Schwaigern wohnende Verteidiger vehement. "Kein Profisportler der Welt spielt absichtlich schlecht, um seinem Trainer zu schaden. Denn damit würde er sich selbst am meisten weh tun. Wir Eishockeyspieler haben meist Verträge mit relativ kurzer Laufzeit. Wir kämpfen in jedem Spiel auch um unsere eigenen Verträge, und da können wir es uns schlichtweg nicht erlauben, absichtlich schlecht zu spielen."

Um auch bei den Falken seine beste Leistung abrufen zu können, trainiert Corey Mapes über den Sommer fünfmal pro Woche im Fitnessstudio. "Ich freue mich jetzt richtig darauf, wieder vor meiner Familie und meinen Freunden Eishockey zu spielen", erzählt der sympathische Sportler, der sich bei unserem Gespräch zu einer optimistischen Prognose hinreißen ließ: "Mit den Playdowns werden wir in der neuen Saison nichts zu tun haben."

Ähnliche Worte findet auch Manager Atilla

Eren: "Es gibt eine gewisse Erwartungshaltung, wir werden mit Sicherheit nicht antreten, um so wie letztes Jahr zu spielen. Wir haben jetzt bessere Voraussetzungen als im Vorjahr und werden alles tun, um die Falken weiter nach vorne zu bringen."

Mit Dimitri Sega haben die Falken bereits während

der letzten Saison einen kompetenten Mann für Videoanalyse und Scouting an Bord geholt. Dazu soll zeitnah noch ein Assistenzcoach kommen. Für den von Seiten der Fans geforderten Sportdirektor sieht Eren dagegen keine Notwendigkeit: "In der DEL2 hat keiner der Vereine einen eigenen Sportdirektor. Deshalb holen wir uns hier lieber Unterstützung von kompetenten externen Beratern."

Ob das Management im Sommer gute Entscheidungen getroffen hat, die Philosophie des Trainer-Novizen Erfolge bringt und sich Corey Mapes im Studio richtig fit gemacht hat - dies alles werden die Fans schon bald feststellen können.

Am 12. August findet das traditionelle Stadionfest statt, zwei Tage später ist das Eis aufbereitet und dann beginnen auch schon die Testspiele, ehe am 15. September die Saison 2017/18 startet.



DAS VORBEREITUNGSdie Falken in der DEL2 stürmen. Foto: Ulrike Freier. **PROGRAMM DER HEILBRONNER FALKEN:** Dienstag, 22.08.2017, 20:00 Uhr

SC Rapperswil - Heilbronner Falken

Freitag, 25.08.2017, 20:00 Uhr Heilbronner Falken – EC Bad Nauheim

Freitag, 01.09.2017, 20:00 Uhr **ERC Sonthofen** - Heilbronner Falken (in Oberstdorf)

Freitag, 08.09.2017, 20:00 Uhr Heilbronner Falken – SC Langenthal

Sonntag, 10.09.2017, 18:30 Uhr Heilbronner Falken – Löwen Frankfurt





ZEITPLAN EBERSTADT:

Freitag, 25.08.2017, 17.00 Uhr U23 Hochsprung männlich und weiblich

Samstag, 26.08.2017, 10.00 Uhr Kinder- und Jugendtag

Samstag, 26.08.2017, 14.30 Uhr Hochsprung-Weltklasse der Frauen Qualifikationsnorm: 1,93 m

Sonntag, 27.08.2017, 13.30 Uhr Hochsprung-Weltklasse der Männer Qualifikationsnorm: 2,30 m

IN EBERSTADT GEHT'S VOM 25. BIS 27. AUGUST HOCH HINAUS – DOCH WIE LANGE NOCH?

Wenn am Wochenende vom 25. bis 27. August das 39. Internationale Hochsprung-Meeting in Eberstadt stattfindet, werden sich Olympiasieger, Welt- und Europameister gegenseitig in die Höhe pushen und den seit 2014 bestehenden Stadionrekord von 2,41 Metern zu übertrumpfen versuchen.

Seit 1979 gehört das Internationale Hochsprung-Meeting zur Region wie der Trollinger mit Lemberger zum Eberstädter Weinbaugebiet am Eberfürst. Rund 150 Helfer von TSG Heilbronn, Bauhof Eberstadt, THW, Feuerwehr, Rotem Kreuz und weiteren Organisationen sorgen Jahr für Jahr dafür, dass sich die besten Hochspringerinnen und Hochspringer der Welt in der Eberfürst Arena wohlfühlen.

Schwierige Terminfindung

Knapp ein Jahr beträgt die Vorlaufzeit, die Sportdirektor Peter Schramm und Harry Brunnet, der Vorsitzende des Trägervereins "Internationales Hochsprung-Meeting Eberstadt e.V.", zur Organisation der Veranstaltung benötigen. "Die erste Aufgabe ist, einen passenden Termin zu finden – das war dieses Jahr besonders knifflig", berichtet Peter Schramm. "Vom 4. bis 13. August findet die WM in London statt, und einen Monat vorher ist die Deutsche Meisterschaft. Da kommt im Vorfeld kein Springer nach Eberstadt. Gleich im Anschluss an die

WM ist in Birmingham das Diamond League Meeting, auch da bleiben die Springer lieber in England. Deshalb haben wir uns dieses Jahr für den Termin Ende August direkt nach dem Diamond League Finale in Zürich entschieden. Da können wir die Athleten sogar mit dem Auto abholen und nach Eberstadt bringen."

Gerne würden die Macher die komplette Weltelite nach Eberstadt holen, doch dazu fehlen die finanziellen Mittel. "Wir können es uns nicht leisten, die 14, 15 besten Athleten einzuladen. Deshalb verpflichten wir die zwei, drei Besten und laden dazu sieben, acht gute internationale Athleten ein, so dass wir ein Gesamtfeld von zehn Leuten haben", so Peter Schramm. Dabei sei der Ruf des Meetings so gut, dass man viele Anfragen von Springern abweisen müsse. "Aber wenn wir einem absagen müssten, der nicht älter als 23 ist, geben wir ihm im Normalfall einen Startplatz für das U23-Springen am Freitag."

Das Gesamtbudget des Hochsprung-Meetings liegt bei rund 150.000 Euro. "Wir waren hier schon mal bei 230.000 Euro – damals, vor der Wirtschaftskrise 2008/09", erinnert sich Harry Brunnet, der für die Akquise der Sponsoren zuständig ist. "Leider wird es von Jahr zu Jahr schwieriger, Partner für das Meeting zu finden. Die Zahl der anderen Veranstaltungen

ist gestiegen, während die Marketingetats der großen Firmen gleich geblieben sind. Viele Unternehmen sehen uns dabei eher als regionale Veranstaltung an, obwohl wir ein internationales Event von Weltruf haben."

Deshalb sieht der Trägervereins-Vorsitzende über die 40. Auflage des Meetings im Jahr 2018 hinaus kaum mehr Perspektiven: "Wenn wir keine zusätzlichen großen Sponsoren finden, wird es sehr schwierig, das Meeting weiter stattfinden zu lassen. Unsere aktuellen Verträge sind nur bis 2018 ausgelegt."

Kommt 2018 das Ende des Meetings?

Wird die Region in naher Zukunft tatsächlich eines ihrer sportlichen Aushängeschilder verlieren? "Darüber sprechen wir nach dem diesjährigen Meeting nochmal", sagt Stephan Franczak, der Trägervereins-Geschäftsführer und Eberstädter Bürgermeister in Personalunion ist und die Veranstaltung unbedingt im Ort halten möchte. "Wir haben in Eberstadt eine unheimliche Solidarität mit dem Hochsprung-Meeting. In den letzten sechs Wochen vor dem Termin ist immer der halbe Ort in die Vorbereitung eingespannt. Ohne Hochsprung würde hier etwas fehlen."

Was ist sportlich zu erwarten?

"Nachdem wir bei den Männern im letzten Jahr mit der Siegerhöhe von 2,38 Metern knapp an den 2,40 gekratzt haben, hoffen wir natürlich, dass wir diese magische Marke diesmal zum dritten Mal überschreiten", blickt Peter Schramm in die Glaskugel. "Und bei den Frauen würde es mich freuen, wenn Marie-Laurence Jungfleisch ihre beim letzten Meeting übersprungene Bestleistung von 2,00 Metern nochmal toppen könnte."

Weltrekordversuch von Carlo Thränhardt

Eine Besonderheit wird es bereits am Freitag im Rahmen des U23-Wettbewerbs geben. Der ehemalige Hallen-Weltrekordler (2,42 Meter) und Eberstadt-Sieger von 1988 und 1989, Carlo Thränhardt, möchte mit einem Sprung über 1,81 Meter einen neuen Weltrekord der Altersklasse über 60 Jahre aufstellen. "Vor fünf Jahren hatte er bei uns in Eberstadt mit 1,87 Metern schon den 55er Weltrekord aufgestellt. Carlo schafft das auch diesmal", freut sich Peter Schramm auf die Aktion seines langjährigen Freundes. (RS)





PREMIUM SPORTJACKE!

Sportkleidung für Dich, Dein Team, Deinen Verein!



Speedytex GmbH Herderstraße 1 74074 Heilbronn Deutschland T: +49 7131 | 6424661 F: +49 7131 | 6424772 E: info@speedytex.de I: www.speedytex.de Team-, Sport- und Freizeitkleidung Arbeitsschutz- und Berufsbekleidung Werbemittel & Werbetechnik DRUCKEN · STICKEN · LASERN

DAS SPORTHEILBRONN-EXPERIMENT "ENNI TESTET"

In Ausgabe 3 des sportheilbronn-Magazins haben wir unseren Lesern ausführlich die aus Heilbronn-Horkheim stammende Enni Wielsch vorgestellt, die zu den größten europäischen Talenten im Shorttrack-Skating gehört. Doch wenn das Eis auf den Schnelllaufbahnen von April bis September abgetaut ist, muss sich die 12-Jährige, die für den Mannheimer ERC startet, anderweitig fit halten.

"Wir suchen nach einer Sportart, die ihr zum einen Spaß macht, die sie zum anderen aber auch für den Winter fit hält. Sie möchte aber gerne etwas ausprobieren, was nicht unbedingt alltäglich ist. Habt ihr vom sportheilbronn-Magazin da eine Idee?" Mit dieser Frage kam Ennis Mutter Andrea Herrmann-Wielsch am Rande eines Eishockeyspiels auf uns zu.

Nach kurzen Überlegungen war dann schnell die Idee gereift, die



quirlige Horkheimerin gleich mehrere Sportarten testen zu lassen und darüber im sportheilbronn-Magazin zu berichten – ein Vorschlag, der bei der Schülerin sofort auf Begeisterung gestoßen ist.

Enni Wielsch setzte sich gleich hin und erstellte eine Liste ihrer Wunsch-Sportarten. "Am Anfang standen 25 Sportarten auf meiner Liste, da musste ich dann doch leider noch welche streichen", erzählte sie uns bei unserem Treffen, bei dem wir aus den verbliebenen 15 letztendlich gemeinsam zehn Sportarten ausgewählt haben.

Inzwischen hat Enni die ersten fünf Sportarten für sich getestet und hat dafür bei allen Vereinen ein "Dich würden wir sofort bei uns aufnehmen" für ihren Einsatz und ihre Begeisterung geerntet.

Haltet im Magazin Ausschau nach den gelben Kästen um nachzulesen, wie sich Enni in die einzelnen Sportarten eingefunden hat! Den Anfang machen wir auf dieser Seite unten mit ihrem Training bei den Rugby-Mädels der TSG Heilbronn. (RS)



Enni testet... RUGBY!!!

Besonders gespannt war ich auf mein Probetraining beim Rugby. Immer montags um 17:30 Uhr trifft sich eine Gruppe von Mädels zwischen 13 und 23 Jahren mit ihrem Trainer Guntram Hacker auf dem Sportplatz der TSG Heilbronn am Hofwiesenzentrum.

Zunächst war ich ganz erstaunt, dass dort nur Mädels waren. Ich hatte eher mit einem gemischten Team mit mehr Jungs gerechnet. Doch Guntram sagte uns, dass Mädels mehr Einsatz zeigen und motivierter sind – auch wenn sie gerne diskutieren. Er hat die Mannschaft vor vier Jahren gegründet, weil seine eigenen Töchter Rugby spielen wollten. Die jüngere ist mittlerweile noch im Team dabei, die ältere spielt in Heidelberg und ist inzwischen sogar Nationalspielerin. Ein Großteil





der Mannschaft besteht aus Schülerinnen des katholischen Bildungszentrums St. Kilian, wo Rugby als AG ins Leben gerufen wurde.

Das Training begann mit vielen mir bekannten Elementen des Lauf-ABCs mit und ohne Rugbyball, bevor es dann ganz schön schnell ans Eingemachte ging. Bei verschiedenen Wurfübungen musste ich feststellen, dass der Rugbyball ganz spezielle Drehungen macht und kämpfte ordentlich mit diesen Tücken. Die Mädels gingen voll zur Sache und haben mich nicht geschont. Beim Tackling kämpften wir gegen die große Tacklewurst und anschliessend gegeneinander. Auch ein Gedränge musste sein und die Mädels zeigten mir viele taktische Kniffe und gaben Tipps. Wir spielten verschiedene Angriffsvarianten, die das Team am darauffolgenden Wochenende auf einem Turnier in Klagenfurt anwenden wollte.

Rugby fördert neben Durchsetzungsvermögen vor allem auch Selbstbewusstsein und ist für alle Mädels, die ein bisschen robust sind und gerne mit einem Ball umgehen, super zu empfehlen! Hat mir großen Spaß gemacht!









AUTO & TECHNIK MUSEUM SINSHEIM

Das Museum mit der Concorde

TECHNIK MUSEUM SPEYER

Das Museum mit dem Space Shuttle



AUTO & TECHNIK MUSEUM SINSHEIM

Überschall-Flugzeuge Concorde und Tupolev Tu-144, Oldtimer, Motorräder, Formel 1, Sportwagen, Rekordfahrzeuge, Landtechnik, Militärgeschichte, IMAX 3D Kino - Das schärfste Kino der Welt u.v.m.

TECHNIK MUSEUM SPEYER

Größte Raumfahrtausstellung Europas mit einem original BURAN Space Shuttle, Jumbo-Jet, U-Boot, Seenotkreuzer, Oldtimer, Feuerwehren, IMAX DOME Kino mit Riesenkuppel u.v.m.







www.technik-museum.de



TSG LACROSSE: VOM HOCHSCHULKURS ZUM "STUTTBRONX"-ZWEITLIGATEAM

Eigentlich hatte Alberto Hoffmann im Jahr 2014 nur nach einer Möglichkeit gesucht, um seinen Sport Lacrosse auch in seiner neuen Heimat Heilbronn auszuüben – also gründete der Student an der Hochschule Heilbronn einen Lacrosse-Kurs. Schon wenig später hatte der Kurs so viel Zulauf, dass man sich der TSG Heilbronn anschloss und damit Mitglied im deutschen Lacrosse-Verband wurde. Soweit die Vorgeschichte im Zeitraffer.

Inzwischen haben die Heilbronner Herren mit dem B-Team von "Rhein-Neckar Lacrosse", einer Spielgemeinschaft mit den Vereinen aus Heidelberg, Mannheim und Heilbronn, bereits ihre zweite Saison in der 1. Landesliga Baden-Württemberg absolviert.

Für die TSG-Damen begann der organisierte Liga-Spielbetrieb ein Jahr später, im Oktober 2016. Gemeinsam mit dem B-Team des ABV Stuttgart versuchen die Heilbronner Damen unter dem Namen "StuttBronx", möglichst oft den Hartgummiball im gegnerischen Tor unterzubringen.

"Leider mussten wir unsere Spiele fast alle in Stuttgart austragen, da die dortigen

Anlagen besser für Lacrosse ausgestattet sind, vor allem bei den Spielfeldmarkierungen", bedauert Birte Kahrs, die die Lacrosse-Gruppe

der TSG sowohl als Spielerin im StuttBronx-Dress als auch außerhalb des Spielfeldes im Bereich Öffentlichkeitsarbeit weiter nach vorne bringen möchte. "Unser Saisonhighlight war dann natürlich unser erstes wirkliches Heimspiel auf dem Sportplatz an den Wertwiesen, bei dem wir uns erstmals auch den Heilbronner Zuschauern präsentieren konnten."

Die Begegnung am 28.

Birte Kahrs

GURPO

erste Heimspiel der TSG-Damen, sondern überhaupt das erste offizielle Lacrosse-Spiel auf Heilbronner Boden. Dieses hätte eigentlich bereits im März stattfinden sollen, musste dann aber mangels Schiedsrichtern kurzfristig abgesagt werden. "Das war natürlich schon ein Rückschlag für uns, denn wir hatten im Vorfeld ordentlich Werbung so Birte Kahrs. Das ist wohl das

Mai gegen die SG Karlsruhe/

Ulm war dabei nicht nur das

dafür gemacht", so Birte Kahrs."Das ist wohl das Los einer Randsportart, dass es einfach nicht genügend Leute gibt, um personelle Ausfälle zu kompensieren."

Noch ist Lacrosse eine Randsportart, die 1. Landesliga Baden-Württemberg ist mit ihren fünf Teams faktisch die 2. Bundesliga Süd. "Vor allem in den Hochschulstädten hat Lacrosse einen guten Zulauf", weiß Birte Kahrs, die eigentlich aus Bremerhaven stammt und für ihr Master-Studium an die Hochschule Heilbronn gekommen ist. In den vier Bundesligen und drei zweiten Ligen finden sich fast ausnahmslos Städte mit großen Hochschulen. Der Süden wird in der Bundesliga von München, Karlsruhe, Heidelberg, Stuttgart und Tübingen dominiert.

Noch ist man in Heilbronn ein "Anhängsel"



des ABV Stuttgart, der auf eine inzwischen über 10-jährige Tradition zurückblicken kann. Birte Kahrs: "Auch der ABV hat wie wir als kleine Studentengruppe angefangen, und inzwischen gehört er zu den größten Lacrosse-Vereinen in Deutschland."

Für die Lacrosse-Damen der TSG steht nach der Beendigung ihrer Premieren-Saison nun die Gewinnung neuer Spielerinnen im Fokus. Bis zum Beginn der Saison 2017/18 Ende September soll die aktuelle Trainingsgruppe von rund 15 Spielerinnen auf 20 oder gar 25 ausgebaut werden. "Wir machen keine Sommerpause und trainieren auch während der Sommerferien jeden Montag und Donnerstag von 20 bis 22 Uhr bei den TSG-Sportplätzen an den Wertwiesen. Wer Lust hat, kann gerne vorbeikommen. Einfach Sportklamotten mitbringen und los geht's", so Birte Kahrs, die betont, dass Interessentinnen keinerlei Lacrosse-Vorkenntnisse zu haben brauchen. "Bis ich vor zwei Jahren mit Lacrosse begonnen habe, hatte ich auch noch nie einen Mannschaftssport betrieben. Wenn man ein bisschen Spaß an Spiel und Bewegung hat, findet man sehr schnell rein." (RS)

TSG LACROSSE IM NETZ:

lacrosse.tsg-heilbronn.net www.facebook.com/Heilbronn.Lacrosse



WAS IST LACROSSE?

Lacrosse ist eine Ballsportart, bei der zwei Mannschaften versuchen, einen tennisballgroßen Gummiball mit einem Lacrosseschläger in das gegnerische Tor zu befördern. Lacrosse zeichnet sich vor allem durch Koordination, Ausdauer und Teamgeist aus und gilt als die schnellste Sportart auf zwei Beinen. Die Damen spielen mit zwölf, die Herren mit zehn Spielern auf einem Fußballfeld, die Tore stehen jedoch ca. 14 m eingerückt. Um den Ball zu tragen, werfen, fangen, passen und schießen wird ein ca. 1 m langer Schläger benutzt. Dieser besteht aus einem Schaft aus Metall sowie einem

Head aus Hartplastik, an dem ein Netz befestigt ist. Auch mit dem Ball im Netz des Schlägers dürfen Spieler sich weiterhin frei bewegen. Das ermöglicht es ihnen theoretisch, den Ball mit einem Sprint von der eigenen Spielfeldhälfte direkt vor das gegnerische Tor zu tragen – wobei das gegnerische Team versucht, dies zu verhindern. Trotz gemeinsamer Wurzeln haben sich Damenund Herren-Lacrosse zu unterschiedlichen Sportarten entwickelt, in denen sich Regeln, Spielfeld und Ausrüstung unterscheiden. Herren-Lacrosse wird mit viel Körperkontakt und einer Schutzausrüstung gespielt, während die Damen deutlich weniger körperbetont spielen und mehr auf Geschick setzen.

Enni testet... LACROSSE!!!

Wie ich drauf kam, Lacrosse zu testen: Im Englischbuch entdeckt, im Internet rechercheriert und dann neugierig geworden, nachdem ich gesehen habe, dass es in Heilbronn tatsächlich eine Gruppe gibt...

Ich war gespannt, wer dort dabei ist und traf bei meinem Probetraining auf eine super nette Truppe von ca. 15 Mädels zwischen 19



und 26 Jahren, Trainerin Nele Altmeppen und Managerin Birte Kahrs, die immer montags und donnerstags zwischen 20 und 22 Uhr auf dem Sportplatz den Wertwiesen trainieren.

Zuerst bekam ich eine Ausrüstung verpasst: einen "Stick" in meiner Lieblingsfarbe pink und eine Goggle-Brille als Schutz vor dem gelben Hartgummiball. Auch



ein Mundschutz ist verpflichtend vorgeschrieben.

Zuerst einlaufen mit den Sticks und verschiedene Sprints, in denen ich ganz gut war. Dann folgten Übungen mit verschiedenen Fangund Wurftechniken, was zunächst mit den Körbchen nicht ganz einfach war und einiges an Gefühl erforderte. Immer öfter blieb dann der Ball auch drin im Stick, und so klappte es bei den anschließenden Gassen und Lines schon viel besser.

Zum Schluss spielten wir dann zwei gegen zwei auch auf das Tor, wobei jeder eine andere Aufgabe hat, und da konnte ich alles ausprobieren.

Es hat irre viel Spaß gemacht und ich war platt nach dem Training! Das Spiel hat viel mit dem Ball zu tun, und obwohl ich denke, kein "Balltyp" zu sein, war ich begeistert. Ich komme auf jeden Fall wieder!!!



SCHLAF ALS BASIS VON LEISTUNGSFÄHIGKEIT

Was ist guter Schlaf?

Innerhalb kürzester Zeit einzuschlafen, durchzuschlafen (ohne nächtlichen Toilettengang) und aufzuwachen, ohne dass der Wecker klingeln muss. Fit.

Guter Schlaf ist durch nichts zu ersetzen!

Eine gesunde Ernährung und hartes Training haben Effekte auf deine körperliche und geistige Leistungsfähigkeit. Wie groß diese Effekte sind, bestimmt primär jedoch nicht die einzelne Trainingseinheit oder das perfekte Mittagessen, sondern die Qualität deiner Regeneration, DEIN Schlaf. Langfristige Trainingserfolge können nur gewährleistet werden, wenn du gut schläfst.

Schlaf ist nicht nachholbar

Die Meinung, dass ein Schlafdefizit unter der Woche durch "Durchschlafen" am Wochenende kompensiert werden kann, ist falsch. Entscheidend ist immer Produktivität. Es stellt sich also nicht die Frage wie viel, sondern wie GUT schlafe ich. Dein individuelles Schlafbedürfnis wird durch Jahreszeit, Stresslevel und deiner Versorgung mit Makro- und Mikronährstoffen beeinflusst.



5 Tipps für besseren Schlaf

1. KEINE BILDSCHIRME NACH 20 UHR

Je näher ein Bildschirm vor deinen Augen, desto größer das Problem. TV zu schauen ist demnach besser als Laptop, Tablet und Smartphone zu nutzen. Das Bildschirmlicht imitiert Tageslicht, erhöht somit das Stresshormon Cortisol und hemmt die Produktion von Melatonin, dem Hormon, das dich tief schlafen lässt. Bildschirme stören Biorhythmus und Regenerationsfähigkeit, somit Fortschritt und Trainingseffekt

2. NIMM MAGNESIUM

Magnesium ist nicht gleich Magnesium. Magnesium hat viele Formen, wobei jede Form einen anderen Effekt hat. Die Dosierung ist abhängig von Geschlecht, Bedarf und Aktivität. Willst du besser/schneller schlafen, so sind Magnesium-Bisglyzinat, Magnesiumaspartat, Magnesium-L-Threonat und Magnesiumcitratmalat empfehlenswert.

3. KEIN WLAN

Jede Form von Strahlung hat ebenfalls einen kontraproduktiven Effekt auf deine Schlafqua-

Nico Lang

THE TALENT WILL OVER COME ANYTHING

Fang an Verantwortung zu tragen. Es macht überhaupt keinen Sinn, Dinge als gegeben, unveränderbar und schlecht darzustellen, wenn du nichts dagegen unternommen hast. 100% Verantwortung für alles. Steh hinter dem, was du denkst, isst, trinkst und tust. Es ist absolut OK, großartig zu sein.

www.sporthalle-mbh.de

lität. Nachts brauchst du kein Handy und kein Internet. Elektrische Strahlung, sogenannter E-Smog ist einer der unterschätztesten Faktoren im Zusammenhang mit Trainingseffekt und Schlafstörungen. Demnach ist das Smartphone nicht der optimale Wecker.

4. GEH FRÜHER SCHLAFEN

Einschlafen vor Mitternacht ist ein entscheidender Faktor für Tiefe und somit Qualität deines Schlafs. Um deinen Biorhythmus deinem optimalen Schlaftiming anzupassen, solltest du deinen Biorhythmus reseten. Das bedeutet, frühes Schlafen impliziert frühes Aufstehen. Deine Produktivität wird es dir danken.

5. ISS KOHLENHYDRATE VORWIEGEND ABENDS

Kohlenhydrate haben einen entspannenden Effekt. Das Verdauen von langkettigen Kohlenhydraten sorgt für ganzheitliche Entspannung im Hormonhaushalt. In Kombination mit klassischer Musik bringen dich Kohlenhydrate am Abend in einen sanften, angenehmen Schlaf. Abends musst du nicht mehr leistungsfähig sein, sondern strebst danach, bestmöglich zu regenerieren.

FAZIT

Schlafqualität hat immer Priorität.

Guter Schlaf ist entscheidend, um Ziele effizient, stressfrei und langfristig zu erreichen. Ein Großteil regenerativer Prozesse im Körper findet im Schlaf statt. Stagniert deine Leistung beim Training, im Beruf oder dem ganz normalen Alltag, dann ist mehr/besserer Schlaf die Lösung.

Willst du mehr über Schlafqualität und die Optimierung von Leistung erfahren, dann verfolge künftig unsere Rubrik #teamsporthalle im Magazin. Effizient. Konsequent. Konstant.



Ucitynofer EDEKA



www.edeka-ueltzhoefer.de

Wir unterstützen:



















MARATHONLAUF: KEIN HOBBY, SONDERN EINE LEBENSEINSTELLUNG

Wie schon im Jahr 2016 erlebten die Zuschauer auch beim diesjährigen Heilbronner Trollinger-Marathon einen Doppelsieg von Veronica Hähnle-Pohl (32) und Bettina Englisch (38) von der TSG Heilbronn. Wir wollten wissen, wer die beiden sind und welche "Geheimnisse" dahinter stecken, dass sie Jahr für Jahr der Konkurrenz davonlaufen – und haben dabei festgestellt, dass die Herangehensweisen der beiden in Sachen Training und Wettkampfvorbereitung unterschiedlicher nicht sein könnten…

Der Trollinger Marathon findet quasi bei euch vor der Haustüre statt. Strengt man sich da besonders an oder ist er trotzdem ein Lauf wie jeder andere auch?

Veronica Hähnle-Pohl: Der Trolli ist in jedem Fall etwas Besonderes! Zum einen ist die Strecke sehr anspruchsvoll, zum anderen weiß man aber auch genau, wer von den Freunden und Kunden wo steht. An diesen Stellen rückt man dann auch mal etwas vom Plan ab, um die Zuschauer abzuklatschen.

Bettina Englisch: Für mich ist der Trollinger Marathon das Highlight des Jahres. Man läuft durch die Heimat und kennt viele Leute. Zwischendurch taucht dann plötzlich mein Mann auf dem Fahrrad neben mir auf und fragt, wie es mir geht. Und dann steht da mein Chef in Lauffen an der Strecke und ruft mir zu, wie weit der Rückstand auf Veronica beträgt – sowas gibt dem Trolli schon seinen eigenen Charakter.

Bereitet man sich auf das "Heim-Rennen" anders vor als auf einen Marathonlauf, der in einer anderen Region stattfindet?

Veronica Hähnle-Pohl: In den Grundzügen ist die Vorbereitung nicht viel anders als bei einem anderen Marathon, aber ich bin die Strecke natürlich vorab ein paarmal im Training gelaufen und wurde dabei von meinem Mann auf dem Fahrrad begleitet.

Bettina Englisch: Ich habe jetzt nicht explizit auf der Trolli-Strecke trainiert, kenne sie aber nach inzwischen drei Starts beim Trollinger Marathon sehr gut.

Wie muss man sich das vorstellen, wenn man am Start steht? Läuft man da einfach drauf los oder gibt es einen genauen Plan, wo man mit welchem Tempo laufen muss, um eine bestimmte Zeit zu erreichen?

Veronica Hähnle-Pohl: Klar, man hat natürlich schon einen Plan. Ich laufe im Normalfall mit einem Tempomacher, der sich strikt an das Konzept hält und einen auch mal einbremst, wenn man zu früh zu viel möchte. Wenn ich dann aber mal im Flow bin und mich gut fühle, dann laufe ich tatsächlich einfach drauf zu. So war es jetzt auch beim Trolli. Mein langjähriger Pacemaker Tobi Balthesen hat mich in Klingenberg den Berg hochgebracht und dann bin ich alleine weitergelaufen. Bei Kilometer

38 habe ich dann mitbekommen, dass Bettina von hinten aufrückt.

Bettina Englisch: Ich laufe ohne Tempomacher, kritzle mir dafür aber meinen Plan in die Handflächen, damit ich immer wieder nachschauen kann. Normalerweise richte ich den Plan auf die Kilometer aus, beim Trolli sind aber die Dörfer meine Orientierungspunkte. Nach sechs Kilometern war das dies-

mal aber eh hinfällig. Ich merkte, dass ich top drauf war. Hätte ich das von Anfang an gewusst, dann wäre ich das Rennen ganz anders angegangen, und ich wage zu behaupten, dass ich dann gewonnen hätte. So aber ist Veronica erst recht spät vor mir aufgetaucht und mir haben am Ende 24 Sekunden gefehlt. Das



dort

mit

den

zugesetzt hat – mit der Folge, dass ich oft und lange verletzt war. Ich habe dann in Köln angefangen, Sportwissenschaften zu studieren und habe parallel die Zusatzausbildung Myoreflextherapie gemacht und die Qualifikation zum Personal Trainer erworben. Danach habe ich ein Stipendium in den USA bekommen um dort meinen Master mit

dem Schwerpunkt Ernährungswissenschaften und Sonderpädagogik zu machen. Dabei hat sich eine gewisse Leichtigkeit entwickelt; der Druck, beim Laufen Bestzeiten schaffen zu müssen, war weg. Als Ausgleich zum Studium habe ich



physisch, sondern auch psychisch

5000 Metern begonnen und war überrascht, dass ich direkt deutsche Jahresbestzeit gelaufen bin. Nach den drei Jahren an der Uni in Flagstaff wurde mir dann ein Vertrag bei Bayer Leverkusen angeboten, der es mir ermöglicht hat, zusätzlich zum Hochleistungssport zu promovieren und als selbständige Manualtherapeutin Patienten zu behandeln. In dieser Zeit bin ich meinen ersten Halbmarathon gelaufen. Danach ging es dann recht schnell auf die Marathondistanz, und da bin ich hängen geblieben.

Bettina Englisch: Bei mir war das mehr oder weniger Zufall. Ich habe nie Leichtathletik gemacht und bin erst mit über 30 zum Laufen gekommen. Meine Kollegen hatten mich dazu überredet, beim Brackenheimer Theodor-Heuss-Lauf mitzumachen. Da mein Mann da auch am Start war, dachte ich mir, ich probiere die fünf Kilometer mal aus. Das lief gar nicht so schlecht, weshalb ich im nächsten Jahr wieder gestartet bin – und den Lauf dann auch gleich gewonnen habe. Bis zu diesem Zeitpunkt hatte ich beim Halbmarathon immer am Streckenrand gestanden und meinen Mann angefeuert. Jetzt hatte ich aber Blut geleckt und war neugierig, ob ich die Strecke auch drauf habe. So kam das Eine zum Anderen, bis ich dann 2015 den Trollinger Marathon gewonnen habe.

Ihr seid momentan auf Platz fünf und sechs der deutschen Marathon-Rangliste. Welchen Aufwand müsst ihr betreiben, um auf diesem hohen Level zu laufen?

Veronica Hähnle-Pohl: Da ich ja zusätzlich zu meiner Leidenschaft Laufen noch einen zweieinhalbjährigen Sohn habe, selbständig im Bereich Personal Training

und Firmensport bin sowie stundenweise im Zentrum für Integrative Medizin in Heilbronn arbeite, muss ich mein Leben komplett durchstrukturieren, um Zeit zum Trainieren zu finden. Ohne Oma, Opa und Tante, die sich regelmäßig um den Kleinen kümmern, wäre das gar nicht möglich.

Meist gehe ich früh morgens vor der Arbeit oder dann abends bis 23 Uhr trainieren, damit ich zumindest auf irgendetwas zwischen 20 und 35 Stunden Training pro Woche komme.

Bettina Englisch: Ich bin im Kalenderverlag von Walter Medien in Brackenheim Teamleiterin und dabei für zehn Mitarbeiter verantwortlich. Da kommt eine anstrengen-

Foto:

Konrad

Englisch





Nur 24 Sekunden trennten die Zweite Bettina Englisch (rechts) beim Zieleinlauf von der Siegerin Veronica Hähnle-Pohl. Fotos: go4it-foto

de 40-Stunden-Woche zusammen. Dazu bin ich Mannschaftsführerin im Tischtennis und gebe als Nebenjob in Lauffen Jumping Fitness Kurse. Für Marathon-Training bleibt da nicht viel Zeit. Da kann es dann schon mal vorkommen, dass ich nachts um zwölf noch durch Stockheim laufe, wo ich inzwischen wirklich jeden Winkel kenne. Manchmal fragen mich die Leute dabei schon, ob ich irgendwie einen an der Waffel habe, aber anders geht das gar

Bettina Englisch

nicht. Bei einem solchen Programm braucht natürlich man ein Umfeld, das einem hinter steht. Da unterstützt mich mein Mann wahnsinnig und zeigt auch Verständnis, wenn ich mal - wie schon geschehen - bei

der Ankunft aus dem Urlaub am Stuttgarter Flughafen die Laufschuhe aus dem Koffer hole und nach Hause laufe statt mit dem Auto zu fahren.

Mit 32 und 38 Jahren seid ihr beide im besten Marathon-Alter. Habt ihr trotz Job und Familie noch sportliche Ziele, die ihr unbedingt erreichen wollt?

Veronica Hähnle-Pohl: Das Laufen ist für mich kein Hobby, sondern eine Lebenseinstellung. Deshalb sehe ich mich auch noch als Seniorin mit 100 laufen und möchte schon noch ein bisschen etwas erreichen. Mein Ziel ist es immer noch, unter meine persönliche Bestzeit von 2:34 Stunden zu kommen. Das kann man auch noch mit über 40 schaffen. Außerdem möchte ich noch ein paar der großen Marathons in New York, Paris etc. laufen. Auch die

Olympischen Spiele habe ich noch nicht aus den Augen verloren. Eigentlich wollte ich 2016 nach Rio, aber mit meinem Sohn habe ich inzwischen ein "zweieinhalbjähriges Rio" zuhause – und Kind und Familie stehen klar an erster Stelle. Aber Olympia ist natürlich ein Traum für jeden, und wenn ich ein Ticket für Tokio 2020 bekommen würde, würde ich dieses mit Sicherheit nicht ablehnen. Das würden wir dann einfach mit einem Familienurlaub verbinden.

Bettina
Englisch:
Solche ehrgeizigen
Ziele wie Veronica habe
ich nicht. Ich
möchte beim
Laufen Spaß
haben und
mich weiter
verbessern.
Bisher konnte ich mich



immer weiter steigern und hatte noch keine Rückschläge. Wenn es dabei bleibt, habe ich meine Ziele eigentlich schon erreicht. New York und Boston brauche ich nicht. Ich möchte nicht Eine von Vielen sein, sondern mir eher in der Heimat einen Namen machen. Das wäre auch mit meinem Job gar nicht vereinbar. Ich war jetzt schon überrascht, dass mich die TSG-Mitgliedschaft zum Frankfurt Marathon gebracht hat und dazu noch ein Angebot aus Kassel kam. Ich hätte es nie für möglich gehalten, dass ich mal Angebote mit Antrittsprämien bekommen würde. Zum Thema Olympia: Dies stand für mich nie zur Debatte - aber nein sagen würde ich zu dem Olympia-Ticket natürlich auch nicht. Ach ja, ein Ziel habe ich dann doch noch: Nächstes Jahr möchte ich Veronica beim Trollinger Marathon schlagen!

SLAWA SPOMER SAGT ADIEU ZUM DEUTSCHEN BOXVERBAND

Als Slawa Spomer im November 2016 Deutscher Amateurmeister im Mittelgewicht geworden war, schien dem Heilbronner Boxer eine große Zukunft bevorzustehen. Doch der 24-Jährige wurde bei den Nominierungen für die Nationalmannschaft regelmäßig übergangen.

Jetzt wurde es dem Auszubildenden zum Personaldienstleistungskaufmann zu bunt."Ich habe mich vom Verband abgemeldet um die Profilaufbahn einzuschlagen", so Slawa Spomer zu sportheilbronn. "Ich habe bereits ein Boxteam gefunden, das mir die Chance bietet, Vorkämpfe bei den großen Boxevents zu bestreiten und somit parallel zu meiner Ausbildung in den Profisport reinzukommen. Wenn alles gut läuft, feiere ich in diesem Jahr noch mein Debut."

MILAN HOSSEINI IST DEUTSCHER JUGEND-VIZEMEISTER AM RECK

Bei den Deutschen Jugend-Meisterschaften in Berlin gewann Turner Milan Hosseini hinter dem Unterföhringer Valentin Zapf die Silbermedaille am Reck. Außerdem belegte der Wahl-Berliner im Boden-Finale den sechsten Platz und schrammte am



Pauschenpferd nur knapp an der Bronzemedaille vorbei. Für den 16-Jährigen war dies der Höhepunkt einer verletzungsreichen Saison. Inzwischen hat Milan Hosseini auch erste Erfahrungen in der 2. Bundesliga gesammelt. Dort geht er seit Kurzem für das Turnzentrum Bochum-Witten an die Geräte.



Aktiv leben. Unbeschwert sein.

Mit unserer privaten Unfallversicherung.

Unsere private Unfallversicherung:

Bietet Ihnen schnelle Hilfe und finanzielle Sicherheit.

Gerne beraten wir Sie!

Versicherungskontor Kummer

Paul-Goebel-Str. 1 · 74076 Heilbronn Telefon 07131 177553 · Telefax 07131 163479 info@versicherungskontor-kummer.de



Der Fels in der Brandung.

DANIEL FISCHBUCH IM DEVELOPMENT CAMP DER LOS ANGELES KINGS

Nach seinem Wechsel von Düsseldorf zu den Eisbären Berlin hatte der Heilbronner Eishockeyspieler Daniel Fischbuch 2017/18 seine bislang beste Saison in der DEL gespielt. Dies hat sich für den 23-Jährigen nun ausbezahlt. Die Los Angeles Kings, Stanleycupsieger 2012 + 2014 und Kooperationspartner des DEL-Rekordmeisters, hat nun zwei "Development Camps" für besonders talentierte Spieler durchgeführt – eines in Berlin, das andere in Los Angeles. Mittendrin: Daniel Fischbuch! Wir haben nachgefragt...

Development Camp der LA Kings – das hört sich nach einer für einen jungen deutschen Spieler spannenden Angelegenheit an. Was muss man sich genau darunter vorstellen?

Daniel Fischbuch: Das sind viertägige Camps, bei denen es darum geht, Spieler weiterzuentwickeln. Dabei achten die Coaches besonders auf die kleinen Details. Als Spieler lernt man dabei sehr viel und frischt Vieles auch wieder auf.

Anfang Juni fand in Berlin das erste Camp mit 20 deutschen Talenten statt. Wie kam es, dass du dann auch noch in LA dabei sein durftest?

Daniel Fischbuch: Nach dem ersten Camp sind die Trainer auf meinen Teamkollegen Kai Wissmann und mich zugekommen und haben uns gesagt, dass sie uns gerne beim zweiten Camp in Los Angeles nochmal sehen würden. Das war natürlich schon eine Ehre für mich!

Ergeben sich durch die Teilnahme an einem solchen Camp womöglich sogar Perspektiven in Richtung NHL?

Daniel Fischbuch: Das kommt darauf an, ob sie mich gut finden, wie ich mich in deren Augen gemacht habe. Aber da waren schon einige sehr sehr gute Jungs dabei, wie zum Beispiel Gabe Vilardi, den die Kings im Juni in der ersten Runde vom NHL Draft an elfter



Stelle gezogen haben. Gegen solche Spieler herauszustechen, ist schwer

Hattest du auch Kontakt zu den NHL-Spielern der LA Kings?

Daniel Fischbuch: Kontakt nicht direkt, aber der Eine oder Andere hat mal in der Halle vorbeigeschaut. Sie haben aber nebenan für sich trainiert.

Gibt es bei den Bedinungen vor Ort große Unterschiede zur DEL?

Daniel Fischbuch: Wir sind bei den Eisbären Berlin ja schon perfekt ausgestattet, aber in LA wird das nochmal getoppt. Das ganze Drumherum ist krass – die Eishalle, die Kabine, die Atmosphäre...

Dein Fazit aus den Tagen in LA?

Daniel Fischbuch: Es war mega, hier dabeisein zu dürfen. Daran könnte man sich fast gewöhnen...



RINGER EDUARD POPP PEILT WM-MEDAILLE AN

Eigentlich hätte das Jahr 2017 für Eduard Popp anders laufen sollen – doch dann hat Ende April eine Knieverletzung die Pläne des Unterländer Sportlers des Jahres 2016 durchkreuzt.

"Beim Vorbereitungstraining für die Europameisterschaft habe ich mir den Innenmeniskus gerissen und musste deshalb die fest eingeplante EM absagen", bedauert der 130-Kilo-Mann von den RED DEVILS Heilbronn. "Deshalb richte ich jetzt alles auf die Weltmeisterschaft Ende August aus."

Der Heilungsprozess am verletzten Knie lief nach Plan, berichtet Popp weiter. Ende Juni absolvierte er gemeinsam mit seinen Nationalmannschafts-Kollegen ein Trainingslager in Litauen, Anfang Juli (nach Redaktionsschluss) trat er bei den Poland Open in Warschau an.

Für die WM, die eine Woche vor dem Bundesligastart der RED DEVILS Heilbronn in Paris stattfindet, gibt der 25-Jährige ein klares Ziel aus: "Mein Ziel ist, eine WM-Medaille zu holen – aber da sind natürlich noch ein paar Gegner mit am Start, die etwas dagegen haben werden!"



ENTZÜNDETER NERV STOPPT DENISE KREBS

Wegen eines entzündeten Nervs im Rücken musste Denise Krebs ihre Hoffnungen auf eine Teilnahme an der Leichtathletik-WM vorzeitig begraben. "Ich war eigentlich topfit, aber dann sind mir seit Anfang Mai immer wieder die Beine eingeschlafen und ich konnte länger nicht richtig trainieren. Inzwischen habe ich die ersten Wettkämpfe bestritten, aber leider zu spät, um mich noch für London qualifizieren zu können", so die 1500-Meter-Läuferin.

KASI SOPA: STARK FÜR DEUTSCHLAND

Boxer Kastriot "Kasi" Sopa vom SV Heilbronn am Leinbach leistete Anfang Juli in Hamburg vor knapp 1.000 Zuschauern seinen Beitrag zu einem 5:0-Sieg der Deutschen Nationalmannschaft gegen Moldawien. Der Halbweltergewichtler besiegte seinen Kontrahenten Mihail Cvasiuc klar nach Punkten.

SEBASTIAN HEYMANN FÄHRT ZUR JUNIOREN-WM NACH ALGERIEN

Als jüngster Spieler im Nationalteam fährt der Horkheimer Handballer Sebastian Heymann Ende Juli mit zur U21-WM nach Algerien. Obwohl der 19-Jährige auch noch für die U19-Nationalmannschaft spielberechtigt gewesen wäre, entschied sich das Trainerteam, ihn für die Junioren-WM zu nominieren. Schon in der Vorbereitung zahlte Heymann das Vertrauen zurück: Beim Vorbereitungsturnier in der Schweiz erzielte er Anfang Juli in drei Spielen zehn Tore und war beim 33:23 gegen die Gastgeber mit fünf Treffern gar bester deutscher Torschütze. Sebastian Heymann war in der abgelaufenen Drittliga-Saison mit 180 Toren der treffsicherste Werfer des TSB Horkheim und trifft mit seinem neuen Team FRISCH AUF! Göppingen bereits in der ersten DHB-Pokalrunde am 19. und 20. August in der Horkheimer Stauwehrhalle auf seine alte Mannschaft.



"KOPFKINO" FÜR OPTIMALE KONZENTRATION

Als aufmerksame Sportzuschauer können wir häufig Athleten beobachten, die unmittelbar vor Wettkampfstart mit geschlossenen Augen und in Gedanken versunken die gleich zu erbringende Bewegung in der Vorstellung durchgehen. Sie nutzen dabei das Vorstellungstraining im Sinne eines "Kopfkinos", um sich optimal auf die anstehende Aufgabe vorzubereiten, beispielsweise einen Hochsprung, eine Skiabfahrt, eine Bobfahrt oder einen Diskuswurf.

Unter Vorstellungstraining (auch Mentales Training genannt) versteht man die planmäßig wiederholte und bewusst durchgeführte Vorstellung einer sportlichen Bewegung oder Handlung (also auch Taktik), ohne deren gleichzeitige praktische Ausführung" (Eberspächer 2007). Es zählt zu den in der Praxis am häufigsten eingesetzten sportpsychologischen Trainingsverfahren. Es eignet sich für jede Sportart und kann auf jedem Leistungsniveau gelernt und angewendet werden.

Vorstellungen haben für unser Handeln im Alltag eine wichtige Bedeutung. Mit ihrer Hilfe können wir uns bestimmte Situationen, die wir

Prof. Dr. Dirk Schwarzer



Duale Hochschule BW Heilbronn / Studiengangleiter im Studiengang BWL-Dienstleistungsmanagement/Sportmanagement (seit 2011)

Sportpsychologische Beratung und Betreuung von Leistungs- und Spitzensportlern (darunter auch Olympiateilnehmer)

Mitglied der Arbeitsgemeinschaft für Sportpsychologie in Deutschland (asp)

Mitglied im Lehr-Team des Deutschen Tennisbundes e.V.

Sportlicher Leiter beim Tennis-Weltranglistenturnier INTERSPORT HeilbronnOpen von 2005 bis 2014. bereits erlebt haben, mit den dazugehörenden Personen, Geräuschen, Farben, Empfindungen, Gerüchen, Wörtern oder Bildern vergegenwärtigen. Manchmal gelingt es uns sogar, durch eine sehr intensive gedankliche Vorstellung der letzten Urlaubsreise ein Entspannungsgefühl auszulösen. Aber auch Ereignisse, die in der Zukunft liegen, lassen sich durch Vorstellungskraft vorwegnehmen. Dann dient uns eine Vorstellung als Orientierungsgröße für unser Handeln. Allerdings führt ein innerer Film nicht immer zu positiven Effekten, wie wir anhand des folgenden Beispiels sehen können:

Die Geschichte mit dem Hammer

Ein Mann will ein Bild aufhängen. Den Nagel hat er, nicht aber den Hammer. Der Nachbar hat einen. Also beschließt unser Mann, hinüberzugehen und ihn auszuborgen. Doch da kommt ihm ein Zweifel:

Was, wenn der Nachbar mir den Hammer nicht leihen will? Gestern schon grüßte er mich nur so flüchtig. Vielleicht war er in Eile. Aber vielleicht war seine Eile nur vorgespielt, und er hat was gegen mich. Und was? Ich habe ihm nichts getan; der bildet sich da etwas ein.

Wenn jemand von mir ein Werkzeug borgen wollte, ich gäbe es ihm sofort. Und warum er nicht? Wie kann man einem Mitmenschen einen so einfachen Gefallen abschlagen? Leute wie dieser Kerl vergiften einem das Leben. Und dann bildet er sich noch ein, ich sei auf ihn angewiesen. Bloß weil er einen Hammer hat. Jetzt reicht`s mir wirklich.

Und so stürmt er hinüber, läutet, der Nachbar öffnet – doch noch bevor er "Guten Tag" sagen kann, schreit ihn unser Mann an: «Behalten sie Ihren Hammer, Sie Rüpel!»

Quelle: Paul Watzlawick (2005): «Anleitung zum Unglücklichsein»

Beim Vorstellungstraining spielt sich alles nur im Kopf ab, dennoch lassen sich gut messbare Effekte erzielen:

- Bewegungsabläufe lassen sich besser einprägen
- Sportliche Techniken werden schneller erlernt und stabilisiert
- Taktische Abläufe werden intensiver verinnerlicht
- Wiedereinstieg in den Wettkampfalltag nach Sportverletzungen wird unterstützt
- Nervosität in der Vor-Wettkampfphase kann verringert werden
- Innere Bilder erzeugen Motivation und Energie für den Wettkampf

Seine besten Wirkungen erzielt das Vorstellungstraining dann, wenn es zeitlich sehr eng an das körperliche Training gekoppelt ist: kur-



ze Zeit zwischen mentalem Durchgehen und tatsächlicher Ausführung der Bewegung. Darüber hinaus sollten folgende Punkte beachtet werden: Durchführung an einem ruhigen, ungestörten Ort; vor dem Training einige Male tief durchatmen, um sich zu entspannen; möglichst lebhafte Vorstellung der inneren Bilder mit allen Sinnen; je häufiger man dieses Training praktiziert, umso schneller stellen sich Erfolge ein (Tipp: 10 Minuten pro Tag).

Praxisübung zum Einstieg für das Vorstellungstraining mit Kindern und Jugendlichen, um die Kontrolle über mentale Vorstellungen zu verbessern (nach Engbert 2011):

Stelle dir einen Ort vor, den du gut kennst. Das kann dein Trainingsort, eine Wettkampfstätte, dein Zimmer oder irgendein anderer Ort sein, der dir vertraut ist. Schaue dir nun deinen Ort vor deinem inneren Auge genau an. Stelle dir vor, du würdest den Ort durch das Objektiv einer Videokamera sehen. Suche dir einen Bildausschnitt, der dir gefällt und drücke die Fototaste der Videokamera. Schaue dir das Standbild vor deinem inneren Auge gut an und achte darauf, das Bild mit allen Einzelheiten wahrzunehmen. Stelle dir nun eine Fernbedienung vor. Du kannst diese Fernbedienung nutzen, um das Bild in deinem Kopf zu verändern. Nutze die Hell-Dunkel-Taste und die Zoom-Taste, um die Farben des Bildes und den Bildausschnitt zu verändern. Du kannst mit deiner inneren Kamera auch kleine Filme drehen. Zum Beispiel kannst du dich selbst beim Klettern beobachten oder deinen Freunden beim Klettern zusehen. Nutze beim Betrachten der Filme auch die anderen Tasten der Fernbedienung: zurückspulen und schneller Vorlauf, Zeitlupe und Zeitraffer, Beobachte deine Bewegungen und die deiner Freunde mit unterschiedlicher Geschwindigkeit und aus unterschiedlichen Perspektiven.

Enni testet... BOXEN!!!

Am Donnerstag, 22.6. erwartete mich ein ganz besonderes Training im Boxteam von Alexander Seel beim SV Heilbronn am Leinbach. Ich packte zu Hause voller Euphorie meinen Mundschutz und meine Boxhandschuhe ein, die ich mir schon vor längerer Zeit mal zugelegt und in meinem Zimmer aufgehängt hatte, schnappte noch ein Handtuch und zwei Liter Wasser und fuhr in die Albrecht-Dürer-Halle nach Neckargartach.

Dort schwitzte ich dann bei über 30 Grad draußen in einem fast dreistündigen Training wie noch nie zuvor in meinem Leben. Die ersten 90 Minuten trainierte ich mit einer Gruppe von 24 Jungs im Alter von sechs bis zwölf Jahren. Ich bin schwer beeindruckt von der Konzentration aller Sportler, von ihrer Disziplin und dem Respekt, den sie ihrem Trainer Alex gegenüber aufbrachten. Freundlich aber bestimmt motivierte er seine Sportler und forderte sie ständig.

Nach dem Einlaufen mit verschiedensten koordinativen Bewegungen gingen wir zu zweit zusammen und übten verschiedene Bewegungsabläufe. Die Beine waren ohne Unterbrechung am Wippen, Steppen und Bewegen. Anschließend zogen wir die Boxhandschuhe an und wiederholten verschiedene Schläge, Angriffe oder Abwehrvarianten mit den Handschuhen. Wir stiegen alle in den nun eigens aufgebauten Ring und ich durfte so das Feeling eines "echten" Boxkampfes spüren. Danach gab es noch eine Runde "alle gegen Alex", bevor dann das Training für die Jugend beendet war.

Das Highlight für mich folgte dann noch... Nachdem ich völlig platt aber sehr zufrieden war mit einem guten Training, sagte meine Mama zu mir, dass ich noch mit "den Großen" weiter trainieren darf. Daraufhin nahm mich der Deutsche Meister im Mittelgewicht, Slawa



Spomer, in Empfang. Er stammt aus Heilbronn und trainiert jetzt die meiste Zeit am Olympiastützpunkt in Heidelberg, um sich dort für seine nun anstehende Profikarriere fit zu machen.

Slawa absolvierte eine Trainingseinheit für erwachsene "Anfänger" und kümmerte sich dabei die meiste Zeit ganz speziell um mich. Er zeigte mir viele Abläufe von Angriffs- und Abwehrvarianten. Dann sollte ich ihm auf die Nase hauen, was ich mich zuerst nicht traute, weil ich weiß wie es sich anfühlt, wenn die Nase "kaputt" ist. Aber er meinte, dies mache ihm nichts aus – er würde gar nichts mehr spüren, da die Nase schon so oft gerichtet worden ist. Er erklärte mir alles sehr gut und es war absolut cool, quasi ein Privattraining mit dem Deutschen Meister erleben zu dürfen!

Ich kann mir sehr gut vorstellen, wieder in den Ring zu steigen. Boxen macht großen Spaß, und das Drumherum hat mir auch sehr gut gefallen.



DER NECKARCUP 2017: BLICK HINTER DIE KULISSEN

Im Mai fand am Trappensee der NECKARCUP statt. Auch das sportheilbronn-Magazin war bei der vierten Auflage des ATP Challenger-Turniers dabei. Redakteur Ralf Scherlinzky und Fotograf Marcel Tschamke unterstützten die Organisatoren vor Ort und bekamen dabei einen tiefen Einblick hinter die Kulissen. Ralf Scherlinzky schildert den sportheilbronn-Lesern seine Eindrücke:

"Wir sind alle wie eine große Familie" – viele Vereine und Veranstaltungen bedienen sich inzwischen dieser Floskel, wenn es um die Organisation und die Arbeit mit zumeist ehrenamtlichen Helfern geht. Das war bei unserem Vorgespräch zum NECKARCUP für die letzte sportheilbronn-Ausgabe nicht anders. Entsprechend gespannt habe ich meinen Arbeitsplatz im Pressezentrum angetreten – und wurde nicht enttäuscht.

In der Tennishalle, in der sich neben dem Pressezentrum auch Spielerbereich, Information Desk, verschiedene Büros sowie die Verpflegungsbereiche für Helfer und Spieler befanden, sprang vom ersten Moment der Funke über. Ich war keineswegs "der Neue" in dem umtriebigen Gewusel derjenigen, die sich untereinander schon lange kennen und zum vierten Mal zum Gelingen des NECKARCUP beigetragen haben. Vom ersten Augenblick

an habe ich mich wohlgefühlt in dieser – ich wage es kaum zu sagen – großen Familie. Die gut gelaunten Menschen um mich herum haben mir gezeigt, dass es nicht nur mir so ging.

Kein Wunder, dass auch ausnahmslos alle Spieler, mit denen ich mich in den neun Tagen unterhalten habe, voll des Lobes über das Turnier waren. Ob sie einen Masseur brauchten, auf der Suche nach einem Fitnessstudio waren, eine Weingut-Besichtigung oder Sightseeing in Heilbronn und Umgebung machen wollten – jeder Wunsch wurde ihnen von den Augen abgelesen.

Selbst als am Freitag wegen heftiger Regenfälle nur ein komplettes Match stattfinden konnte, brauchte sich keiner der Spieler zu langweilen. Bei freiem WLAN in der Halle, Billardtischen, Tischkicker und Verpflegung konnten Spieler und Helfer die Wartezeit gemeinsam gut überbrücken – wobei vor allem

sportheilbronn-Redakteur Ralf Scherlinzky mit NECKARCUP-Sieger Filip Krajinovic. Fotos: Marcel Tschamke

das Wörtchen "gemeinsam" hervorzuheben ist, da sich die Spieler keineswegs von den Helfern abkapselten, sondern mit diesen zusammen Billard spielten oder einfach nur gemeinsam in der Sofalounge "abhingen".

Spannend waren für mich während dieser neun Tage vor allem die Einblicke in die Welt der Tenniscracks, die diese mir bei den vielen Gesprächen gewährten. Mich hatten dabei weniger die Top-100-Spieler interessiert, als vielmehr diejenigen, die sich auf den Plätzen 200 bis 600 der ATP-Weltrangliste bewegen und die Qualifikationsrunde beim NECKAR-CUP gespielt haben. Spieler, die u.a. aus Brasilien, El Salvador oder China nach Heilbronn kamen und sich schon nach dem ersten Spiel wieder verabschiedet haben, ohne irgendwelche Preisgelder mitzunehmen. Wovon leben diese Jungs, die von Qualifikation zu Qualifikation tingeln? Wie finanzieren sie ihre Reisen?

SOMMERFEST AM 29/30. JULI

mit nostalgischem Jahrmarkt



Sa. 29.7.2017 + So. 30.7.2017 Tennisanlage am Trappensee Krumme Steige 4, 74074 Heilbronn www.tc-heilbronn.de



892

"Also ich werde momentan noch von meinen Eltern gesponsert", erzählte mir der Qualifikant Dominik Koepfer. Der gebürtige Donaueschinger hatte sich einst mit einem Stipendium in der Tasche nach Florida aufgemacht, um dort in drei Jahren zu einem der besten College-Tennisspieler zu reifen. "Jetzt möchte ich mich auf dem nächsten Level beweisen und gehe durch die harte Schule der Challenger-Qualifikation", so der 23-Jährige, der als eine der Entdeckungen des diesjährigen NECKARCUP gilt und bis ins Achtelfinale vordringen konnte. "Da man beim College-Tennis kein Geld verdient, fange ich finanziell guasi bei null an und bin meinen Eltern dankbar dafür, dass sie mich unterstützen."

"Wenn du am Anfang der Karriere zwei, drei gute Qualifikationen spielst und ins Hauptfeld kommst, kannst du dir mit den Preisgeldern eine Basis für weitere Turniere schaffen, bei denen es dann vielleicht nicht so läuft", sagte mir Cedrick-Marcel Stebe. Der Enzweihinger hatte sich 2011 bis auf Platz 71 der Weltrangliste nach vorne gespielt, ehe er aufgrund von Verletzungen lange Zeit pausieren musste. "Wenn du zwei, drei Jahre nicht spielen kannst, musst du während dieser Zeit von den Geldern leben, die du vorher eingespielt hast. Große Sprünge kannst du dabei nicht machen."

Einer, der sich über die finanziellen Aspekte seiner Karriere momentan keine Sorgen zu machen braucht, ist dagegen Casper Ruud. Der Norweger spielt zwar noch nicht in der Liga der ganz Großen mit, ist aber auf dem besten Weg dorthin. Auf Platz 109 der Weltrangliste liegend, hat der 18-Jährige schon genügend Gelder eingespielt, um auch eine

längere Durststrecke überbrücken zu können. Dazu kommen bei der norwegischen Nummer eins auch noch private Sponsoren.

Eine Frage, die mich noch brennend interessiert hatte, konnte mir Casper Ruud beantworten: Wo fühlt sich ein Tennisprofi, der ständig durch die Welt reist, eigentlich noch zuhause? "Die Frage ist berechtigt", antwortete mir der sympathische Norweger. "Ich bin 250 Tage im Jahr auf Reisen und trainiere hauptsächlich bei meinem Trainer im spanischen Alicante. Dort fühle ich mich zuhause, aber meine Heimat ist dennoch bei meiner Familie in Oslo."

Ob Neueinsteiger Koepfer, Rückkehrer Stebe oder Shootingstar Ruud – sie alle haben eines gemeinsam: Auf dem Weg von der Wohlfühlzone in der Halle raus zum Center Court schaffen sie es, einen imaginären Schalter umzulegen und vom angenehmen Gesprächspartner zum verbissenen Kämpfer zu werden, der dem NECKARCUP-Zuschauer im Kampf um den gelben Filzball spektakulären, emotionalen Tennissport bietet. Und davon konnten die Zuschauer beim 4. Heilbronner NECKARCUP aus nächster Nähe sehr viel erleben...

Seien es die kaum noch mit bloßem Auge wahrzunehmenden Aufschläge von "Shotgun Sam" Groth aus Australien, der mit 263 km/h den Aufschlag-Weltrekord hält, die lauten "Forza"-Schreie, mit denen sich der Italiener Lorenzo Giustino zum Achtelfinalsieg gegen Dominik Koepfer pushte, oder der Jubel des Serben Filip Krajinovic, der als Qualifikant nach

Die diesjährige NECKARCUP-

Entdeckung Dominik Koepfer

wird momentan noch von

seinen Eltern gesponsert.

Heilbronn kam und als **NECKARCUP-Sieger** zu den French Open weiterreiste - der Tennisfan bekam bei dem neuntägigen Turnier unterhalb der Weinberge hochklassigen Sport geboten!

Und genau hier muss ich an dieser Stelle auch Kritik anbringen - und zwar nicht in die Richtung der Veranstalter, die ein von vorne bis hinten perfektes Event organisiert haben, sondern an die Heilbronner Sportfans. Wie oft habe ich schon aus verschiedenen Ecken gehört, dass es in der Region zu wenig hochklassigen Sport gibt. Leute, hier habt ihr ein internationales Top-Event direkt vor der Haustüre - ein Tennisturnier, das von Heilbronnern organisiert wird und Weltklasse-Tennisspieler in die Region bringt. Nehmt es bitte nicht nur zur Kenntnis, sondern geht auch hin, schaut euch dieses Top-Sportevent live vor Ort an und sorgt durch euer

Interesse dafür, dass noch wir viele Auflagen des NECKAR-CUP erleben können! Ralf Scherlinzky







KTT-TRAINER RAINER ARNOLD: "DAS WAR EINE KOMPLIZIERTE ERSTE SAISONHÄLFTE"

Die erste Saisonhälfte in der Bundesliga ist für den Aufsteiger KTT Heilbronn vorüber. Dass man als Außenseiter in das Abenteuer Bundesliga gehen würde, war von vorneherein klar. Doch dann schlug zum Saisonbeginn auch noch das Verletzungspech zu. Das Heimdebut gegen den Deutschen Meister KTV Straubenhardt ging in der Römerhalle mit 13:74 verloren, auswärts unterlag man mit 25:66 in Dillingen bei der TG Saar sowie mit 32:40 beim SC Cottbus. Jetzt pausiert die Bundesliga erstmal einige Monate, ehe es für das KTT am 21. Oktober zuhause gegen die KTV Obere Lahn weitergeht. KTT-Trainer Rainer Arnold hat für die sportheilbronn-Leser ein Fazit zur ersten Saisonhälfte gezogen:

Eigentlich sind wir mit einem gut aufgestellten Kader in die Saison gestartet. Als Neuzugänge waren Hansi Lohr und auf der Auslän-

Rainer Arnold
(sitzend) mit seinem
KTT-Trainerkollegen
Kai Werner.

derposition Gaius Thompson neu ins Team gekommen. Die erste Saisonhälfte gestaltete sich dann aber doch recht schwierig und etwas komplizierter als erwartet...

Im ersten Wettkampf in der 1. Bundesliga war direkt der amtierende Deutsche Meister KTV Straubenhardt zu Gast in der Römerhalle. Als Liganeuling war uns natürlich klar, dass es an diesem Tag nur um eine Standortbestimmung für die nächsten Gegner gehen konnte.

Doch schon hier wurden wir mit unerwarteten Problemen konfrontiert. Gleich fünf Leistungsträger waren kurzfristig durch Verletzungen oder berufliche Verpflichtungen nicht oder nur partiell einsetzbar. Ein Drittel des gesamten Kaders stand somit nicht zur Verfügung. Mein besonderer Dank gilt in diesem Fall den Turnern der zweiten Mannschaft des KTT, welche – frisch aus der gerade ab-

geschlossenen Landesliga gekommen – die personellen Löcher an den einzelnen Geräten stopfen konnten und ihre Sache dabei außerordentlich gut machten.

Aufgrund der prekären personellen Situation haben wir dann noch den Nachwuchsturner Julian Weller verpflichtet.

Ähnlich wie gegen Straubenhardt stellte sich das Bild im zweiten Wettkampf dar. Das Hauptaugenmerk lag darauf, die angeschlagenen Turner möglichst flott wieder in die Mannschaft zu integrieren. Somit wurde auch der zweite Wettkampf gegen die starke TG Saar deutlich abgegeben.

Bis zum dritten Wettkampf in Cottbus ist es uns dann gelungen, den gesamten Kader zumindest auflaufen zu lassen. Es wurde ein extrem spannender Wettkampf, bei dem erst die letzten beiden Reckübungen die Entscheidung zu Ungunsten des KTT Heilbronn brachten. Dennoch konnten wir die ersten wichtigen Gerätepunkte mitnehmen.

In Vollbesetzung wäre in der ersten Saisonhälfte sicherlich mehr drin gewesen. Positiv herauszuheben ist aber definitiv die mannschaftliche Geschlossenheit des Teams und die extrem hohe Einsatzbereitschaft. Die Mannschaft hat ihre Aufgaben trotz der Niederlagen unter den extrem schwierigen äußeren Einflüssen sehr gut bewältigt.

Positiv waren auch die teilweise unerwarteten Einsätze einiger junger Turner, die daraus viel positive Energie in das Training für die zweite Saisonhälfte mitnehmen können. Zu Gast in Heilbronn ist dann unter anderem der Hambüchen-Club Obere Lahn. Der vielleicht wichtigste Wettkampf um den Klassenerhalt wird am 11. November das Duell gegen Monheim zu Hause in Heilbronn sein. Hier wird der Klassenerhalt entschieden werden!

Rainer Arnold



Garantiert Volksbank!





Ein Sinnbild der ersten Saisonhälfte: Stefan Payer (rechts), der normalerweise hauptsächlich für die zweite KTT-Mannschaft in der Landesliga turnt, im lockeren Plausch mit seinem Straubenhardter Gegner, dem Olympia-Zweiten von 2012, Marcel Nguyen. (Fotos: Marcel Tschamke)

Enni testet... ROLLSTUHLSPORT!!!

Zu einer Trainingseinheit ganz besonderer Art fuhr ich an einem Montagabend um 18 Uhr in die Turnhalle der Dammschule. Ich wollte unbedingt einmal Rollstuhlbasketball beim RSV Heilbronn ausprobieren. Mich interessierte, wie man sich mit einem Rollstuhl überhaupt fortbewegen und dann damit sogar Sport machen kann.

Trainerin Nicola Steinmetz hatte an diesem Abend ca. zehn Rolli-Sportler im Alter zwischen fünf und 60 Jahren in ihrer Gruppe der Roll'kids und der "Just for fun"-Gruppe versammelt und für uns ein buntes Programm vorbereitet. Nachdem wir zuerst ein paar kleine Wettrennen in einer Reihe mit Drehungen und Rückwärtsfahren absolvierten, damit ich den Umgang mit dem Rolli üben konnte, gab es anschließend Slaloms zu bewältigen. Danach spielten wir Fangen und andere Spiele.

Ich hatte mit allen Sportlern total viel Spaß, und besonders der fünfjährige Ben beeindruckte mich – mit welcher Geschicklichkeit er seinen Rollstuhl steuerte und wie fröhlich er sich in der Gruppe bewegte. Ich fragte mich allerdings auch, warum nicht mehr Kinder, die im Rollstuhl sitzen, mit diesem auch Sport treiben …?

Rollstuhlsport verbessert die Mobilität, trägt zur Fitness bei, lässt Grenzen überwinden und schafft Kontakte! Gegen Bens siebenjährige Schwester Lea, die – genauso wie der Papa der beiden – als Fußgängerin auch Rollstuhlsport betreibt, hatte ich in den Rennen trotz größtem Ehrgeiz nicht den Hauch einer Chance und holte mir einen tierischen Muskelkater in den Oberarmen und Schultern.

Zum Abschluss zeigte mir Andi noch viele Tricks fürs Rolli-Basketball

und ließ mich an seinen 40 Jahren Spielerfahrung teilhaben. Die ganze Gruppe hat mich total freundlich aufgenommen und wir hatten sehr viel Spaß mit den Sprüchen von Guillaume und den vielen lustigen Aktionen aller anderen.

Nach dem Training war ich völlig kaputt, aber sehr glücklich und zufrieden. Während die anderen in ihre umgebauten Autos einstiegen oder im Rolli über die Hindernisse der Heilbronner Innenstadt davonrollten, konnte ich wieder mit meinen Beinen zum Auto laufen und war sehr froh darüber. Aber ich werde auf jeden Fall wieder kommen um alle wieder zu sehen, gegen Andi ein Tischtennisduell zu absolvieren und zu versuchen, Ben und Lea einzuholen.





DEIN SOZIALES JAHR BEIM ASB

- > Offene Behindertenhilfe
- > Behindertenfahrdienst
- > Krankentransport
- > Erste Hilfe Ausbildung
- > Ambulante und stationäre Pflege

INFORMATIONEN ZUM FSJ, BFD UND SOZIALEN PRAKTIKUM UNTER TEL. 07131/97 39 116

Wir helfen hier und jetzt



Arbeiter-Samariter-Bund Baden-Württemberg e.V. Region Heilbronn-Franken

info@asb-heilbronn.de www.asb-heilbronn.de www.facebook.de/asb.heilbronn





TSG-KANUTEN: OPTIMALE BEDINGUNGEN IM NEUEN SCHMUCKSTÜCK AM ALTEN NECKAR

Die Kanuabteilung der TSG Heilbronn ist stolz auf ihr neues Bootshaus. Nach drei Jahren Durstzeit während des Umbaus – mit improvisierten Umkleidekabinen in der Bootshalle, ohne Duschen und mit Dixi-Klo – ist das neue Wassersportzentrum an den Wertwiesen ein echtes Schmuckstück geworden. Es wurde Ende März in Anwesenheit zahlreicher Ehrengäste aus Politik und Sport offiziell eingeweiht.

Das aus dem Jahr 1955 stammende alte Bootshaus wurde zu einer reinen Bootshalle umgebaut, die nun Platz für rund 400 Boote bietet. Direkt daneben enstand ein neuer Flachbau mit einem großen Multifunktionsraum, einem gut ausgestatteten Kraftraum sowie großzügig angelegten Umkleide- und Duschräumen, einer Küche und einem Büro. "Damit bietet unser neues Wassersportzentrum optimale Bedingungen für den Leistungs- und Freizeitsport, und wir sind stolz darauf, dass wir in Heilbronn nun eine der schönsten Kanusportanlagen von ganz Süddeutschland haben", berichtet Pressesprecherin Susanne Pflugfelder.

Rund 150 Mitglieder haben die Kanuten der TSG Heilbronn aktuell – eine Zahl, die in den nächsten Monaten ausgebaut werden soll. Susanne Pflugfelder: "Bei unserem Tag der offenen Tür Ende Mai haben wir gesehen, dass wir die Leute mit dem schönen neuen Bootshaus ganz anders ansprechen können als zuvor. Wir konnten an diesem Tag einige Interessenten für uns gewinnen und hoffen, dass sich der Eine oder Andere davon unserer Abteilung anschließt."

Doch obwohl die TSG-Kanuten eigentlich hauptsächlich vom Breitensport leben, können sich auch die sportlichen Erfolge der früheren

Kanu- und Skiabteilung der TG Heilbronn sehen lassen. Bisher erfolgreichster Kanute war Daniel Schmiech, der in den neunziger Jahren zahlreiche deutsche Meistertitel gewonnen hat und 1993 sogar Junioren-Weltmeister wurde. Auch nach seiner aktiven Karriere blieb Daniel Schmiech seinem Sport und seinem Verein treu. Er trainiert nun gemeinsam mit Thomas Erbe Kinder, Jugendliche und Anfänger.

Kristallisieren sich aus dieser Trainingsgruppe besondere Talente heraus, wechseln diese in die Leistungsgruppe, wo sie von Trainer Jürgen Pflugfelder mit fast täglichem Training gefördert werden – eine Arbeit, die bereits Früchte trägt, denn mit Lukas Erbe, Katja Marschall und Annika Erbe hat die Abteilung drei große Talente in ihren Reihen.

Katja Marschall, die gerade ihre Mittlere Reife erfolgreich abgelegt hat, hat in ihrem zweiten Jugendjahr im Baden-Württembergischen Kader sehr gute Chancen, sich bei den kommenden Deutschen Meisterschaften im August in München ganz nach vorne zu paddeln. Bei der ersten wichtigen Regatta der Saison in Essen konnte sie ihre aufsteigende Form bereits unter Beweis stellen.

Für Kaderneuling Annika Erbe gilt es in ihrem ersten Jugendjahr, den Anschluss an die Spitze der Baden-Württembergischen Paddlerinnen zu finden, um in einem Mannschaftsboot des Kanu-Teams bei den Deut-









schen Meisterschaften an den Start gehen zu können.

Bereits einen Schritt weiter ist ihr Bruder Lukas Erbe. Der 17-Jährige hatte im Mai im belgischen Hazewinkel seinen ersten Einsatz im Nationaltrikot des Deutschen Kanuverbands. Nachdem er beim dortigen Weltcup-Rennen auf Anhieb den vierten Platz unter 20 Startern über die Marathon-Distanz von 19,1 Kilometern erreicht hatte, ging es für ihn direkt weiter nach Portugal, wo Ende Juni die Europameisterschaften stattfanden. Gemeinsam mit Alexej Karle aus Karlsruhe belegte er dort im Zweier über die 21,5 km-Strecke einen guten elften Platz.

Aushängeschild der Abteilung ist jedoch Yannik Pflugfelder. Nach dem Gewinn der Bronzemedaille bei der Marathon-EM 2014 sowie zwei

deutschen Meistertiteln 2015 schaffte er 2016 den Sprung in die U23-Nationalmannschaft. Der 20-Jährige hatte bereits im Alter von 17 Jahren sein Abitur mit 1,0 gemacht, studiert seither Wirtschaftsingenieurwesen in Karlsruhe und trainiert parallel am dortigen Bundesleistungsstützpunkt. Nach den letztjährigen internationalen Einsätzen bei der EM in Bulgarien und der Studenten-WM in Portugal startete Yannik Pflugfelder Ende Juni bei der EM in Belgrad, wo er zusammen mit Partner Gregor Rosenhahn aus Potsdam über 500 und 1.000 Meter jeweils den achten Platz belegte.

Generell genießt die Jugendarbeit bei den TSG-Kanuten einen hohen Stellenwert. Zweimal pro Woche trainieren Kinder und Jugendliche ab acht Jahren auf dem Alten Neckar. "Egal ob talentiert oder nicht – die Jugendlichen sind hier mit Begeisterung dabei, schließen Freundschaften haben ihren Spaß und bewegen sich. Das ist das Wichtigste", so Susanne Pflugfelder.

Weiterhin gibt es bei der TSG eine Freizeitkanadier-Truppe sowie eine Drachenbootgruppe, die sich ein- bis zweimal wöchentlich trifft und je nach Wetterlage im Fitnessraum oder auf dem Wasser aktiv ist.

Stolz ist die Abteilung auf das gemeinsame Drachenboot-Schulprojekt mit der Dammrealschule – ein gelungenes Beispiel für die Kooperation Schule und Verein. Die Schule, die inzwischen auch ein eigenes Drachenboot besitzt, hat Anfang Juli die erste Schüler-Drachenboot-Regatta, an der Schulen aus dem Stadt- und Landkreis Heilbronn teilnehmen können, auf dem Neckar veranstaltet.

Gut angekommen ist in der Vergangenheit das After-Work-Paddeln, das auch in diesem Jahr in den Sommerferien wieder angeboten wird. Von 13. Juli bis 7. September sind immer donnerstags ab 17.45 Uhr ehemalige Paddler dazu eingeladen, mit Gleichgesinnten aufs Wasser zu gehen. Auch Neulinge sind beim After-Work-Paddeln willkommen, sie sollten jedoch im Vorfeld mindestens einmal beim Anfänger-Training reingeschnuppert haben.

Ausführliche Informationen über die Aktivitäten der TSG-Kanuten gibt es im Internet unter: www.tsghnkanuski.de oder www.facebook.com/TSGKanuSki1845. (RS)





DER POKAL ALS SAISONHIGHLIGHT – SVHN-HANDBALLER SCHAFFEN HISTORISCHES

Sonntag, 7. Mai 2017, kurz vor 17:00 Uhr, Sporthalle Oedheim. Im Finale des Bezirkspokales der Männer stehen sich der TB Richen und der SV Heilbronn am Leinbach gegenüber. Auf der einen Seite ein ambitionierter Bezirksligist aus dem Eppinger Vorort, auf der anderen Seite der Absteiger aus der Landesliga und Serienpokalsieger SV Heilbronn am Leinbach.

"Wir hatten eine schwierige Rückrunde und viel mit Verletzungen zu kämpfen, doch wir wollten einfach Historisches schaffen", analysiert Kenan Filp die Stimmung rund um die erste Männermannschaft des SV Heilbronn vor dem Endspiel des "Final Four" 2017. Das Halbfinale war aufgrund der kurzfristigen Absage der TSG Heilbronn entfallen und alle waren heiß darauf, den historischen Sieg aus dem Vorjahr zu wiederholen und die Serie auszubauen.

In der Tat war es bis 2016 keinem Verein gelungen, dreimal in Folge den Bezirkspokal des Handballbezirkes Heilbronn-Franken zu gewinnen, ehe im Mai 2016 in der Helmbundhalle Neuenstadt die Jungs vom damaligen Trainer Joe Künzel erneut den Pokal in die Höhe streckten. Nach den Erfolgen 2014 in Eppingen und 2015 in Hardthausen lösten die Heilbronner den TV Flein ab, dem es bisher als einzigem Verein geglückt war, einen Pokalerfolg zu wiederholen.

Nach dem großen Umbruch im Sommer 2016, mit neuem Trainer Günther Langlitz und einer ellenlangen Verletztenliste, gelang trotz des Abstiegs aus der Landesliga nun Historisches.

Der Rekord liegt jetzt bei vier Titeln in Folge. Zwar wurde der erste Titel noch als HSG Frankenbach/Neckargartach gefeiert, doch der Verein samt Strukturen blieb nach der Fusion der beiden Ortsteil-Vereine zum SV Heilbronn am Leinbach identisch.

Nach dem Abstieg war das gesamte Team noch einmal willig zusammen zu kämpfen – und vor allem zusammen zu feiern. Die Pokalfeier war laut Filp von langer Hand geplant, so dass sich "viele im Vorfeld bereits den Montag Urlaub genommen haben. Selbst wenn Richen uns einen Strich durch die Planung gemacht hätte, wir hätten trotzdem gefeiert, da wir das letzte Mal in dieser Zusammenstellung gespielt haben".

Das Finale selbst war kein Handball-Leckerbissen, doch nach 60 hart umkämpften Minuten war es das vierte Mal in Folge, dass die Handballer aus Frankenbach und Neckargartach den Pott in die Höhe strecken konnten.

"Wir nehmen den Pokal immer ernst, denn er bietet eine willkommene Abwechslung vom Ligaalltag. Es hilft ungemein, sich als Landesligist gegen schwächere Mannschaften Selbstvertrauen zu holen", gibt Matthias Künzel, neuer Sportlicher Leiter der SVHN-Handballer, die Motivation der Mannschaft für den Pokal an, auch wenn Kenan Filp sofort die Pokalsiegesfeier als Hauptgrund anführt: "Nach dem ersten Sieg 2014 in Eppingen war es die schönste Feier,

da war nichts geplant alles war spontan. Auch letztes Jahr nach dem dritten Sieg in Folge war die Feier legendär, ebenso wie dieses Jahr. Es gab sonst nicht viel zu feiern bei uns, die erste Mannschaft ist abgestiegen, die zweite Mannschaft ist abgestiegen. Da gibt der Pokalerfolg dann doch einen versöhnlichen Abschluss".

In der kommenden Saison wird der Bezirkspokal voraussichtlich das letzte Mal für alle Landes- und Bezirksligisten Pflicht sein. Im September werden die Vereine in der Abteilungsleiterpflichtversammlung zur Pokalpflicht entscheiden. Egal wie die Vereinsbosse entscheiden, der SV Heilbronn am Leinbach wird weiterhin teilnehmen und versuchen die Serie auszubauen, dann gerne wieder in der eigener Halle. (MR)





Komplette Ausstattungen für Ihr Team

Ab 10 Teile **20%**

Ab 10 Teile

30%

mit unserem Logo
in klein

Ab 10 Teile bis zu

50%

mit unserem Logo im Vollformat auf der Brust oder auf dem Rücken





Heilbronn · Kaiserstraße 29-31 Telefon 0 71 31/9 91 66-0 · www.intersport-saemann.de



Heilbronn · Am Europaplatz (neben Media-Markt) Telefon 0 71 31/76 22-0 · www.profimarkt-heilbronn.de



AUTOFAHRER-FACHMARKT MIT MEISTERWERKSTATT



Heilbronn · Karl-Wüst-Straße 3 · Telefon 07131 763650

Enni testet... WASSERBALL!!!

Als letzte Sportart meiner Tests stürzte ich mich ins kühle Nass der Neckarhalde und nahm am Training der U15 Wasserballer Jungs, mit Verstärkung von Rebecca, dem einzigen Mädel in der Truppe, teil.

Trainer Moritz Plenefisch schickte mich sofort mit ins Wasser zum Einschwimmen. 300 Meter hatten alle in beliebigem Stil zu absolvieren, bevor wir einige Bahnen in verschiedenen Techniken nach seinen Vorgaben zurücklegten. Gleich zu Beginn erklärte Moritz mir die "Spinne", den versetzten Brustbeinschlag, und wir schwammen einige Bahnen mit verschiedenen koordinativen und für mich sehr ungewöhnlichen Bewegungen.

Schon bald kam auch der Ball ins Spiel, der ganz schön groß war und nur mit einer Hand geworfen werden aber auch nur einhändig gefangen werden darf! Es folgten zahlreiche Wurfübungen und ich war schon beeindruckt, wie hoch die anderen aus dem Wasser kamen und mit welcher Wucht sie dann auch aufs und ins Tor warfen, als wir den Torwart warm schossen. Danach gab es noch einige Spielzüge, die Moritz zunächst auf ein Blatt zeichnete und uns am Beckenrand erklärte, bevor wir versuchten, diese umzusetzen.

Ich spielte gegen Rebekka, die mich zunächst schonte, bevor sie auf Zuruf von Trainer Jens Boysen dann so richtig zupackte und mich am Badeanzug drei Mal kräftig "tunkte" und unter Wasser zog. Schnell habe ich gelernt, dass es beim Wasserball immer nur von außen so friedlich aussieht, aber unter Wasser ganz ordentlich gefightet wird.

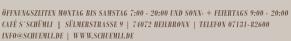
Nach zwei Stunden Training war ich total erschöpft, aber mal wieder äußerst zufrieden. Eine sehr sympathische Mannschaft hat mich

in die Geheimnisse des Wasserballsports eingeführt und mich auch bei dieser Schnuppereinheit sehr nett aufgenommen. Nach dem Training war ich nicht mehr in der Lage nach Hause zu skaten, weil ich vorher vor Hunger umgekommen wäre. Ich verdrückte dann drei gegrillte Putensteaks und ging erschöpft aber glücklich schlafen.

Um ein guter Wasserballer zu werden, sollte man in aller erster Linie ein ziemlich guter Schwimmer sein und sehr gerne mit dem Ball umgehen – was beides nicht meine größten Stärken sind. Dennoch werde ich auch zum Wasserball sicherlich zurückkehren. Allerdings wird sich hier meine weitere Aktivität aufs Anfeuern der beiden Heilbronner Teams beschränken, denn ich fand es äußerst attraktiv zum Zuschauen, spannend und sehr dynamisch!









CAPOEIRA IN HEILBRONN: ALLES WAS ICH SEHE, SCHMECKE, RIECHE

Es ist Dienstagabend, 20:00 Uhr. Im Gymnastiksaal der Pestalozzischule finden sich während der Prüfungszeit an den Hochschulen lediglich 4 "Spieler" zum Capoeira-Training ein.

"Beim Capoeira 'spielen' die Gegner miteinander", erklärt Nathalie Laas-Garcia die Grundzüge der Sportart. Im Gymnastiksaal im Keller der Pestalozzischule ist es einigermaßen kühl geblieben, obwohl es draußen immer noch über 30 Grad warm ist. Doch die vier unerschrockenen Spieler geben alles. "Wir sind hier eigentlich eine große Gruppe, doch das Wetter und die anstehende Prüfungszeit an der HHN und DHBW machen uns immer wieder etwas zu schaffen", kennt Nathalie Laas-Garcia den Grund für die diesmal wenigen Teilnehmer.

Während der brasilianische Trainer Cleiber Garcia-Goncalves Pernilongo die Teilnehmer schon beim Aufwärmen kräftig ins Schwitzen bringt, wird schnell klar, was Capoeira ausmacht: die Vielseitigkeit! Capoeira bietet für jeden etwas an, sei es Musik, Tanz, Kampf, Koordination oder einfach nur die Bewegung zum Abschalten. Somit ist Capoeira auch für jedes Alter geeignet - vom Kleinkind bis ins Seniorenalter.

Nathalie Laas-Garcia kommt ins Schwärmen: "Wenn man einen Großmeister fragt, was Capoeira genau ist, wird er antworten: Alles was ich sehe, alles was ich schmecke,

alles was ich rieche. Die Vielseitigkeit macht es aus. Viele Studenten nutzen unser Angebot, um vom Alltag abzuschalten und durch Capoeira zu entspannen".



Doch nicht nur für junge Erwachsene bietet der Capoeira-Verein Trainingszeiten an. In Heilbronn trainiert jeden Dienstag von 17 bis 18 Uhr der Nachwuchs im Alter von zwei bis sechs Jahren. Bei den Kindern liegt der Fokus natürlich weniger auf dem Kampf, sondern vielmehr bei der Motorikentwicklung, der Verbesserung der koordinativen Fähigkeiten und der Rhythmisierung, "Auch für Senioren bieten wir die sogenannte Capo-Therapie an. Capoeira kann man in jedem Alter erlernen und praktizieren", stellt Nathalie Laas-Garcia noch einmal die Vielseitigkeit der Sportart heraus.

Dabei ist vor allem der Grundschritt "Ginga" wichtig, weswegen es nach dem Aufwär-

men zunächst um die Verfeinerung der Technik in der Ginga geht. Die Ginga ist eine rhythmische Abwehr- und Ausweichbewegung, die sofort die tänzerischen Elemente und die koordinativen Fähigkeiten der Capoeirista fordert. Bei den einen klappt es besser und flüssiger, bei den anderen wirkt es etwas abgehackt, doch nach ein paar Minuten haben alle wieder den katzenGrundschritt drauf. Immer wieder ducken sich die Sportler weg und gehen tief in die Hocke, was bei diesen Temperaturen extrem anstrengend ist.

Dabei korrigiert Garcia-Goncalves die Bewegungen seiner Schüler. Nathalie Laas-Garcia übersetzt die oft portugiesischen Anweisungen - wobei die Capoeirista mittler-

weile die meisten Fachbegriffe verstehen und so nebenbei immer etwas Portugiesisch lernen.

Cleiber Garcia-Goncalves achtet vor allem auf die korrekte Ausführung und zeigt immer wieder die Schwachstellen bei leichten Ausführungsfehlern auf. "Du musst deinen Oberkörper etwas verdrehen, sonst ist dein Rücken frei für einen Angriff, siehst du?" – die nächste Korrektur ist erfolgt, und es wird wieder einmal deutlich, wieviele kämpferische Elemente in Capoeira enthalten sind. Trinkpause, kurz durchschnaufen.

Unterdessen schnappt sich Garcia-Goncalves seine Berimbeau und gibt mit dem Instrument den Rhythmus und die Geschwindigkeit der nächsten Übungen vor. In der Roda, dem traditionellen Zweikampf im Kreis, gibt der Berimbeau-Spieler immer die Geschwindigkeit und den Rhythmus des Kampfes an. Je langsamer die Schritte und die Kicks, desto anstrengender ist es für die Capoeirista.

Wer es gerne mal ausprobieren möchte: Trainiert wird - außer in den Schulferien - immer Dienstags von 20 bis 22 Uhr im Gymnastiksaal der Pestalozzischule. Ausführliche Informationen gibt es unter www.capoeira-verein.de

(MR)

artigen

Trainer Cleiber Garcia-Goncalves Pernilonao. Foto: Sander Pitl



SIE WOLLEN IHR BAD MODERNISIEREN?

Wir bieten Ihnen dazu Planung, Beratung, Installation, Badelemente und Fliesen mit nur einem Ansprechpartner. Für ein Ziel — für Ihr Traumbad!

FLIESENLEGER GESUCHT!

WWW.KARABACAK-LUNG.DE

Karabacak & Lung



Fliesenleger Fachbetrieb

... wenn Sie Wert auf Qualität legen!

KARABACAK & LUNG GBR GROSSGARTACHERSTR. 28

74080 HEILBRONN

TELEFON: 0 71 31 - 12 41 065 TELEFAX: 0 71 31 - 12 41 511

E-MAIL: INFO@KARABACAK-LUNG.DE





Heilbronns größter Sportverein

- · 7.000 Mitglieder
- · 22 Abteilungen
- · Bewegungszentrum (BWZ) Gerätetraining und Kurse im Sportstudio
- Medizinische Trainingstherapie (MTT)
- · Bewegungskindergarten und Krippe



TSG 1845 Heilbronn e.V. Hofwiesenstraße 40 · 74081 Heilbronn 0 71 31 - 50 70 75 · www.tsg-heilbronn.net



IHR HELFER IM TRAUERFALL. IHR BERATER FÜR VORSORGE.

07131 175560

Familiengeführt in 4. Generation. Die Geschwister Pascal und Nicole Appel.







Ihr freundliches Zahnarztteam in Heilbronn

Dr. med. dent. J. Waldhier Paul-Göbel-Str. 26 74076 Heilbronn

Fon 07131 166999 www.zahnarzt.hn E-Mail: dr@waldhier.de

34

CHEERLEADING: KEIN REINER MÄDELS-SPORT!

"Eigentlich haben wir damals als Cheerleader-Gruppe der Heilbronner Falken begonnen", erinnert sich Lisa Zschierlich auf unsere Frage nach den Anfängen der Salt Crystals Heilbronn. Dann, so die heutige erste Vorsitzende des USSC Heilbronn Salt Miners e.V. und Cheftrainerin der Crystals weiter, sei eine Anfrage des damaligen Miners-Vorstands gekommen, der eine Cheerleading-Abteilung für seinen Footballverein gründen wollte. "Anfänglich war das ein Team mit nur sechs Mädels, aber das hat sich schnell geändert."

Ohne jemals aktiv Werbung gemacht zu haben, fand die kleine Gruppe als Abteilung der Miners schnellen Zulauf. Lisa Zschierlich: "Das hat sich so schnell rumgesprochen, dass wir schon nach kurzer Zeit Jugend und Seniors aufgeteilt haben. Heute haben wir 25 aktive Seniors, 20 Juniors sowie elf PeeWees im Alter von sechs bis elf Jahren."

Das Cheerleading bei den Salt Crystals besteht zum einen aus der Unterstützung der Football-Teams der Heilbronn Miners, zum anderen aber auch aus Wettbewerben, an denen die Stuntgruppen teilnehmen. "Das hat mit dem Cheerleading, das man von Football-Spielen her kennt, nicht mehr allzu viel zu tun", erklärt Co-Trainerin Lisa Fellger. "Das ist dann wirklich Hochleistungs-Kraftsport mit Akrobatik-Elementen. Wir trainieren jede Woche viereinhalb Stunden und werden Ende dieses Jahres erstmals mit unserer Seniors-Stuntgruppe an den Baden-Württembergischen Meisterschaften teilnehmen. Unsere Juniors waren im letzten Jahr schon dabei und haben einen starken vierten Platz geholt."

Um für die Stunt-Wettbewerbe gerüstet zu sein, sind die Salt Crystals noch auf der Suche nach weiteren Aktiven. "Wir freuen uns über jeden, der sich uns anschließen möchte, und wir nehmen grundsätzlich alle bei uns auf, die Spaß am Sport haben. 90 Prozent unserer Mitglieder sind Quereinsteiger von anderen Sportarten, wobei vor allem die ehemaligen Turner ein gutes Körpergefühl mitbringen", berichtet Lisa Zschierlich. "Toll wäre es, wenn sich noch ein paar Männer zu uns gesellen könnten", ergänzt Lisa Fellger. "Denn Cheerleading ist nicht nur

Headcoach

Lisa 7schierlich





ein Mädels-Sport. Gerade für den Akrobatik-Teil benötigen wir kräftige Männer. Viele scheuen davor zurück, weil sie denken, sie müssten beim Cheerleading tanzen. Aber das ist absolut nicht so. Deshalb hier unser Appell an die Männer: Kommt am 29. Juli um 16 Uhr zum Heimspiel der Miners ins Frankenstadion, schaut euch unsere Halbzeitshow an und sprecht uns an – wir beißen nicht!"

Ihr spektakuläres Showprogramm präsentieren die Salt Crystals auch gerne mit Gastauftritten bei Events von Firmen und Vereinen. "Pro Jahr haben wir zusätzlich zu den Miners-Spielen zwischen fünf und zehn Auftritte und waren dieses Jahr unter anderem schon bei der Gewerbeschau Leingarten, bei Triathlon und Firmenlauf, beim Motorman Run, dem National Team Cup der Turner sowie beim Autofußball dabei", so Lisa Zschierlich. Mehr Info: www.heilbronn-crystals.de (RS)

Trainingszeiten der Salt Crystals Seniors:

Mo 20-22 Uhr (Gebr.-Grimm Halle), Mi 19.30-22 Uhr (Ludwig-Pfau-Halle)

Trainingszeiten der Salt Crystals Juniors:

Mo 18-20.30 Uhr (The.-Heuss-Halle), Mi 18-20 Uhr (Ludwig-Pfau-Halle)

Trainingszeiten der Salt Crystals PeeWees:

Fr 18-19.30 Uhr (Ludwig-Pfau-Halle)



TURNSCHULE DER TG BÖCKINGEN ALS ERFOLGREICHE TALENTSCHMIEDE

Antonia Alicke, Daniel Wörz, Milan Hosseini – alles Heilbronner Spitzenturner aus der Turnschule der TG Böckingen. Und deren Erfolg trägt einen großen Namen: Annett Wiedemann.

Seit 2001 leitet die 45-jährige gebürtige Görlitzerin die Turnschule der TG Böckingen im Anbau an der Mörike-Turnhalle in Sontheim-Ost und hat dabei in dieser Zeit zahlreiche Kaderathleten ausgebildet. Angefangen hat alles mit Sophie Olbrisch, Jana Winterbauer oder auch Florian Wild. Bereits im Jahre 2003 wurde Wiedemann als LSV-Trainerin des Jahres vom Landessportbund Baden-Württemberg ausgezeichnet. Sie selbst turnte als Kind in Dresden an der Kinderund Jugendsportschule der DDR und gibt nun tagtäglich ihr Können und Wissen an die Kinder weiter. Und der Erfolg gibt ihr recht.

"Bei den Jungs und Mädchen zusammen waren es seit 2001 bis jetzt 166 Kaderplätze in Landes- und Bundeskadern, die aus unserer Turnschule hervorgegangen sind", erzählt die bei der Stadt Heilbronn arbeitende Erzieherin mit Stolz. Das Konzept der Kinderturnschule geht auf. Dabei ist Annett Wiedemanns Grundkonzept denkbar einfach, denn "nur der Wechsel zwischen Bewegung und Entspannung lässt uns Vorwärtskommen. Denken plus Handeln ergibt Erfolg. Nur wenn wir etwas tun, kommt auch hinten etwas heraus."

Schon Dreijährige können in die Turnschule aufgenommen werden. Allerdings geht es zunächst vor allem um motorische Grundfähigkeiten wie Laufen, Hüpfen, Springen, Rollen, Kriechen, Gleichgewicht und Rhythmisierung. Einmal in der Woche trainieren die Turnflöhe und Turntiger, wie die drei- bis achtjährigen in der Turnschule genannt werden, unter der Anleitung von Dagmar Jäger und Uschi Heidegger.

Aus diesem Pool sichtet Annett Wiedemann die Kinder für ihre Nachwuchskader, die dann drei bis viermal die Woche über jeweils zwei bis drei Stunden in der Halle schwitzen. Als Kaderathleten stehen die Jugendlichen später fünf bis sechsmal für drei bis vier Stunden in der Trainingshalle. Von nichts kommt eben auch nichts.

Weitaus nicht alle Turnflöhe und Turntiger bringen den notwendigen Ehrgeiz und auch das Talent mit, um einmal in einem Kader zu turnen – doch das stört Annett Wiedemann gar nicht. "Sport ist Leben. Alles was ich aus dem Sport mitnehmen kann, ist für das spätere Leben wichtig. Dinge wie Persönlichkeitsentwicklung, Teamfähigkeit, Hilfsbereitschaft, Motivation, Durchhaltevermögen, Erfolg und auch der Misserfolg im Sport prägen unser gesamtes Leben. Ich habe mir zur Aufgabe gemacht, den Kindern genau das vorzuleben, denn für mich ist Leben und Sport eine untrennbare Einheit. Solange sich die Kinder bewegen, bin ich glücklich", so die erfolgreiche Trainerin.

Auch im Beruf steht bei Annett Wiedemann die Bewegung im Vordergrund. Spezielle Programme, die einmal in der Woche Bewegung in Kindergarten und Schule bringen, sind für sie nur der Anfang – in ihrem Kindergarten "leben wir die Bewegung vor, machen diese Bewegungsprogramme täglich. Wenn ich bilden will, gehört die Bewegung und damit auch die Ernährung untrennbar dazu."

Denn vor allem eine gesunde und ausgewogene Ernährung ist für einen Leistungssportler essentiell. Gerade wenn die zwölf- bis 14-Jährigen in die Bundesstützpunkte und deren Internate weiterziehen, ist das Wissen ob der richtigen Ernährung unerlässlich.

Annett Wiedemanns Herz schlägt hoch, wenn sie von ihren Bundeskaderathleten erzählt, denn "mein Ziel ist es, die Kinder für die Bundesstützpunkte vorzubereiten und möglichst viele Schützlinge dort unterzubringen. Auch wenn sie dann nicht mehr hier direkt bei uns sind" – wie Antonina Alicke, die bis Ende 2016 fast fünf Jahre mit dem Zug zum Bundesstützpunkt Stuttgart pendelte, sowie Daniel Wörz und Milan Hosseini, die beide am Bundesstützpunkt Berlin wohnen und trainieren.



Turnerinnen ab dem zwölften Lebensjahr, die der Turnschule angehören und im Leistungssport keine weitere Perspektive haben, werden an die Ligatrainingsgruppe der TG Böckingen unter der Leitung von Eveline Carle Schäfer angegliedert und können dort im Ligasystem des Schwäbischen Turnerbundes an den Start gehen. Auf männlicher Seite können Turner für Teamwettkämpfe in das KTT Heilbronn eingegliedert werden.

Gerade die Sportler, die es aus verschiedensten Gründen nicht schaffen, machen Annett Wiedemann derzeit glücklich. Denn mit Evi Schmidbauer (21), Lilli Großhans (16) und Jonas Wörz (14) engagieren sich drei ehemalige Leistungssportler nun als Nachwuchstrainer in der Turnschule.

"Es ist so wunderbar zu erfahren, wenn deine Turnschüler dir etwas zurückgeben. Ich bin sehr stolz auf Evi, Lilli und Jonas, der aufgrund einer Verletzung selbst nicht weiterturnen kann. Sie alle machen Trainerlizenzen, Übungsleiterausbildungen und Kampfrichterscheine und unterstützen mich wo es nur geht. Evi übernimmt jetzt ihre eigene Trainingsgruppe."

Dabei ist vor allem Jonas Wörz für die jüngeren Turner ein großes Vorbild. Bis zu seiner Verletzung turnte er im Bundeskader und gibt nun seine Erfahrungen und seinen Turnenthusiasmus an die nächste Generation weiter.

Das Konzept der Böckinger Turnschule ist beim Deutschen Turner-Bund sehr gern gesehen. Der zuständige Bundestrainer Jens Milbradt ist ein Verfechter dieser Konzepte, die den Bundesstützpunkten sehr früh die Spitzenathleten vermitteln.

Dabei ist die Zusammensetzung der Trainingsgruppen bei der TGB eher außergewöhnlich. In der Turnschule sind die Trainingsgruppen größer und heterogener."Bei mir trainieren



99 Ich bin Annett Wiedemann unendlich dankbar für alles, was sie für mich getan hat. In der Turnschule der TG Böckingen wurden die Grundlagen für das gelegt, was ich heute bin – nicht nur sportlich, auch menschlich. Obwohl wir in der Halle keine idealen Voraussetzungen haben, wurde mir dort ein optimales Training geboten und ich konnte dadurch an den Olympiastützpunkt Stuttgart wechseln. Sogar jetzt, wo ich in Chicago studiere, unterstützt mich der Verein noch in jeglicher Hinsicht.

Antonia Alicke, Deutsche Vizemeisterin Sprung 2016, Deutsche Mannschaftsmeisterin 2016

Jungs und Mädchen in den Altersklassen sieben bis zwölf grundsätzlich gemeinsam in einer Gruppe von zehn bis zwölf Athleten, denn die Motivation im Team ist deutlich höher", gibt Annett Wiedemann den Unterschied zu der Arbeit in den Stützpunkten an.

Ihre Athleten werden früh zur Selbstständigkeit erzogen, lernen früh ihren Trainingsplan, der an der Wand hängt, zu lesen und umzusetzen. "Meine Athleten wissen genau, was sie tun sollen, während ich mich mit einem anderen beschäftige. Gleichzeitig an allen Geräten kann ich gar nicht arbeiten, obwohl mir zwei Geräte von vorne rein fehlen".

Annett Wiedemann spricht den fehlenden Boden und das fehlende Trampolin an. In Heilbronn gibt es aus Platzgründen leider keinen zwölf mal zwölf Meter großen Turnboden, auch ein in den Boden versenkbares Trampolin ist derzeit nicht vorhanden. Beides steht bei Annett Wiedemann ganz oben auf der Wunschlis-

te an den Verein und die Stadt Heilbronn.

Dabei ist Annett Wiedemann vor allem der Stadt Heilbronn sehr dankbar. "Die Flexibilität der Stadt als meinem Arbeitgeber sowie meines Kindergartenteams geben mir erst die Möglichkeit, die Turnschule so zu führen. Ohne das Verständnis und den Sonderurlaub, den mir die Stadt gewährt, würde es die Turnschule nicht mehr geben, wären Meisterschaften und Trainingslager gar nicht durchführbar. Dafür bin ich der Stadt Heilbronn sehr dankbar!"

Langweilig wird es Annett Wiedemann zumindest in der Turnschule nicht werden. Es stehen die nächsten Sichtungen für den Nachwuchskader an, und mit Amelie Pfeil und Mika Wagner haben schon die nächsten Talente den Sprung in die Landes- und Bundeskader geschafft und sind dem Ziel Bundesstützpunkt schon sehr nahe. Man darf gespannt sein auf die Entwicklung der "nächsten Generation". Wir werden sie genau im Auge behalten. (MR)



STRAUBENHARDT STATT HEILBRONN – DIE EMPFEHLUNG DES STÜTZPUNKTS BERLIN

Im April gab der Heilbronner Kunstturner Daniel Wörz bekannt, dass er in der 1. Bundesliga für den Deutschen Meister KTV Straubenhardt turnen würde – eine Nachricht, die in der Käthchenstadt für einige Verwunderung gesorgt hat, zumal sein Elternhaus direkt neben der Neckargartacher Römerhalle steht, in der das KunstTurnTeam Heilbronn ebenfalls in der 1. Bundesliga turnt. Um hier für die Leser des sportheilbronn-Magazins Aufklärungsarbeit zu den Hintergründen des Wechsels zu leisten, haben wir uns mit Daniel Wörz und seinem Vater Jürgen unterhalten.

Eigentlich wäre es logisch gewesen, dass Daniel Wörz in der Saison 2017 für das KTT Heilbronn in der Bundesliga an die Geräte gehen würde. Schon 2016 hatte der gebürtige Heilbronner, der der Turnschule der TG Böckingen entstammt, einen Wettkampf für das KTT in der 2. Liga bestritten. Nach dem Aufstieg des KTT war fast allen Beteiligten klar gewesen, dass der mittlerweile 17-Jährige, der am Olympiastützpunkt Berlin trainiert, bleiben würde. Doch dann kam es anders.

"Für uns kam die Anfrage aus Straubenhardt sehr überraschend", erzählt sein Vater Jürgen Wörz, der ebenfalls von einem Verbleib in Heilbronn ausgegangen war.

Erik Wiesner, der beim Deutschen Mannschaftsmeister fest für das Reck eingeplant war, verletzte sich so schwer, dass er womöglich ganz mit dem Turnen aufhören muss. Straubenhardt hat eine Kooperation mit dem Stützpunkt in Berlin, durch die zuvor schon Turner wie Nils Dunkel, Brian Gladow, Lucas Herrmann und Lukas Dauser aus der Hauptstadt

gekommen waren. Da war es naheliegend, dass die KTV in Berlin einen Ersatz anforderte. Dabei fiel die Wahl schnell auf Daniel Wörz, der am Reck zuletzt starke Leistungen gezeigt hatte.

"Natürlich musste ich die Zustimmung zu dem Wechsel geben und wurde nicht vor vollendete Tatsachen gestellt", sagt der junge Turner. "Eine komische Situation war es aber schon. Ich hatte eine Bedenkzeit bekommen und habe mich vorwiegend mit meinen Eltern beraten. Diese haben auch ein ausführliches und gutes Gespräch mit KTT-Trainer Rainer Arnold geführt. In Anbetracht der überraschenden Situation war der offene Austausch mit allen Beteiligten wichtig, da beide Möglichkeiten in Betracht kamen, aber natürlich nur eine Zusage erfolgen konnte. Es war alles andere als eine schnelle und einfache Entscheidung, aber am Ende haben wir uns dann der Empfehlung des Stützpunktes angeschlossen." Dieser wünscht auch eine Bündelung seiner Ath-

leten bei wenigen Vereinen und hat Erfahrung mit dem breit aufgestellten, guten Konzept, mit dem der Traditionsverein aus dem Enzkreis seine Athleten unterstützt.

Noch ein weiteres Argument sprach für den Deutschen Mannschaftsmeister. Jürgen Wörz: "Die KTV Straubenhardt ist ein sehr professionell geführter Verein, bei dem es nicht nur ums Turnen geht. Vielmehr bietet man den Turnern dort auch die Möglichkeit, eine Ausbildung zu

absolvieren. Bei solchen Dingen gehen einem irgendwann die Argumente gegen einen Wechsel aus. Insofern war das keine Entscheidung gegen Heilbronn, sondern für Daniels Karriere – sowohl für die sportliche, als auch langfristig gesehen für die berufliche."

Von vornherein sei jedoch klar gewesen, dass Daniel Wörz in dieser Saison aufgrund der im Spätjahr anstehenden Jugend-Länderkämpfe nur wenige Wettkämpfe für Straubenhardt in der Bundesliga bestreiten würde. Dass sein erster Einsatz ausgerechnet neben dem Elternhaus in Neckargartach gegen das KTT Heilbronn stattfinden würde, verlieh der polarisierenden Wechselentscheidung zusätzliche Brisanz – doch der 17-Jährige blieb cool, kam statt zu Fuß von nebenan im Teambus der KTV zur Römerhalle und steuerte mit seinen Einsätzen am Pauschenpferd, beim Sprung und am Reck sieben Scorerpunkte zum Straubenhardter 74:13-Sieg gegen das KTT bei.



Auch am zweiten Wettkampftag gegen den SC Cottbus kam Daniel Wörz für Straubenhardt zum Einsatz, doch dann war das kurze Abenteuer 1. Bundesliga vorerst schon wieder beendet. "Ich hatte in Berlin am Internat meine Abschlussprüfungen und habe die 10. Klasse jetzt mit der Mittleren Reife abgeschlossen."

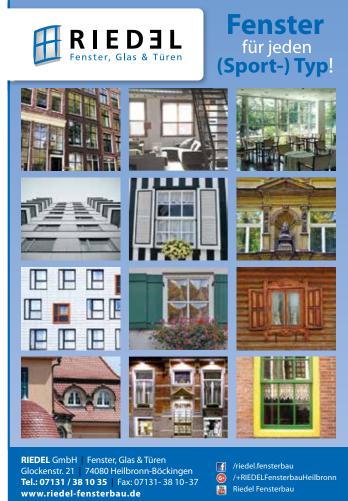
Mit dem kommenden Schuljahr geht es nun weiter in Richtung Abitur. Familie Wörz ist begeistert über die Verzahnung von Schule und Sport, die der Olympiastützpunkt in Berlin bietet: "Auf der Eliteschule des Sports sind ausschließlich Leistungssportler, von denen ca. 200 im Internat leben. Insofern ist alles auf den Sport zugeschnitten. Daniel kann jetzt das Abitur in drei statt in zwei Jahren machen. Und wenn er sich durch einen guten Wettkampf für eine Maßnahme der Nationalmannschaft qualifiziert hat, genügt ein Anruf bei der Schule und er wird ohne große Formalitäten freigestellt."

Obwohl sich Daniel Wörz Ende Mai zwei Außenbänder gerissen und damit die Deutschen Jugendmeisterschaften verpasst hat, wurde er von Junioren-Bundestrainer Jens Milbradt beim Deutschen Turnfest in den Kader der elf besten deutschen Nachwuchsturner berufen, die in der Vorauswahl für die Europameisterschaften 2018 in Glasgow stehen. "Von den elf Turnern fahren fünf zur EM. Da möchte ich natürlich dabei sein und muss deshalb in den anstehenden Wettkämpfen konstant gute Leistungen zeigen und hohe Schwierigkeitsgrade turnen, dann kann und werde ich es schaf-

fen", so Daniel Wörz selbstbewusst.

(RS)











DAS VORSTANDSAMT – (K)EINE GEFAHR FÜR DEN EIGENEN GELDBEUTEL!?

Jeder, der sich schon einmal ernsthaft mit der Übernahme eines Vorstandsamtes in seinem Verein beschäftigt hat, will wissen, was auf ihn zukommt. Die Freude an der Gestaltung und Fortentwicklung seines Vereins und den potentiellen Ärger mit den Mitgliedern kann er einschätzen. Was finanziell auf den Vorstand zukommen kann, ist für die meisten eine Blackbox. Hartnäckig hält sich das Gerücht:

Der Vorstand haftet mit seinem Privatvermögen.

Das ist so falsch, wie es für einen kleinen Bereich richtig ist! Grundsätzlich haftet nur der Verein für alles, was der Vorstand macht. Ausdrücklich heißt es in § 31 des Bürgerlichen Gesetzbuchs (BGB):

Der Verein ist für den Schaden verantwortlich, den der Vorstand, ein Mitglied des Vorstands oder ein anderer verfassungsmäßig berufener Vertreter durch eine in Ausführung der ihm zustehenden Verrichtungen begangene, zum Schadensersatz verpflichtende Handlung einem Dritten zufügt.

Das bedeutet natürlich nicht, dass der Vorstand tun und lassen kann, was er will. Vielmehr ist er an die Gesetze, die Satzung und die Beschlüsse im Verein gebunden. In diesem Rahmen hat er allerdings einen weiten Gestaltungsspielraum.

Sollte er dennoch einmal Vorschriften nicht beachtet haben, haftet der Vorstand für einen bei der Wahrnehmung seiner Pflichten verursachten Schaden nur für leichte Fahrlässigkeit, soweit er unentgeltlich tätig ist oder seine Vergütung € 720,00 im Jahr nicht übersteigt (§ 31 a BGB). Zudem muss ihm der Verein nachweisen, dass er vorsätzlich oder grob fahrlässig gehandelt hat. Vorsatz bedeutet dabei, dass er bewusst gegen Regeln verstoßen hat. Grobe Fahrlässigkeit meint, dass es dem Vorstand bei seiner Handlung hätte einleuchten müssen, dass das nicht richtig ist.

Für alles andere haftet er – mit zwei Ausnahmen – grundsätzlich nicht.

Der Vorstand haftet für die Nichtabführung von Sozialversicherungsbeiträgen und von Steuern, falls das Vermögen des Vereins im Übrigen nicht ausreicht. Sollte der Vorstand erkennen, dass der Verein insolvenzreif ist, hat er diese rechtzeitig anzumelden. Ansonsten hat er für die Verbindlichkeiten einzutreten, die er nach der Insolvenzreife zu verantworten hat. Letzteres dürfte eher selten vorkommen.

Wichtig ist daher für einen Vorstand, dass er für eine ordnungsgemäße Buchhaltung – gegebenenfalls mit Hilfe eines Steuerberaters – sorgt. In der Satzung kann zudem die Haftung für leichte Fahrlässigkeit ausgeschlossen werden. Außerdem besteht die Möglichkeit, den Vorstand durch eine vom Verein abzuschließende Versicherung zu schützen.

Daher ist das Argument, man hafte persönlich für die Schulden des Vereins, in Wirklichkeit keines, um ein Vorstandsamt abzulehnen.

Rechtsanwalt Harald Krusenotto



Harald Krusenotto ist seit vielen Jahren in der Heilbronner Sportszene tätig. Als langjähriges Hauptausschussmitglied des Stadtverbands für Sport Heilbronn und aktueller Vorstand des TSB TC Horkheim e.V. kennt er die rechtlichen Probleme der Vereine.



G wurzel Mediengruppe





Companies for Quality

cannstatter repro

gmähle-scheel digitaldruck wirtz medien

digital art book

schefenacker cantz schaupp wurzel medien

cantz rolle markom° flyer4fun status verlag



Es ist ein besonderes Flair, das einem entgegenweht, wenn man unter der Woche den LEGASUS Hockeypark der TSG Heilbronn betritt. Überall wimmeln Massen von Kindern mit einem Hockeyschläger durch die Gegend, von allen Seiten wird man herzlich begrüßt. Die Heilbronner Hockeyfamilie scheint besonders zu sein. Seit einem Jahr ist Uli Weise jetzt hauptamtlicher Trainer dieser Hockeyfamilie. Der Inhaber der DHB-A-Lizenz gilt in Hockeydeutschland als einer der renommiertesten Trainer. Die Liste seiner Erfolge als Clubtrainer sowie mit diversen Auswahlmannschaften ist lang. Doch in Heilbronn arbeitet Weise in einem ganz anderen Bereich. Im Gespräch mit sportheilbronn-Redakteur Michael Roll verriet der 53-Jährige, was das Besondere am Hockeyclub in der TSG Heilbronn ist.



Bahnhofstr. 21 • 74348 Lauffen • Tel. 07133-96581

Karlstr. 30 • 74405 Gaildorf • Tel. 07971-911277

Als du vor einem Jahr hier in Heilbronn angefangen hast, hast du den HC in der TSG Heilbronn als eines der spannendsten und erfolgreichsten Hockeyprojekte in ganz Deutschland bezeichnet. Was gab den Ausschlag dafür?

Uli Weise: Der Hockey Club hier ist in der Tat etwas ganz Besonderes. Im Allgemeinen läuft es bei einer Vereinsgründung doch so: Es gibt ein paar Erwachsene, und die stellen die erste Mannschaft;

nach und nach folgt dann der Unterbau. Hier in Heilbronn gehen wir den genau umgekehrten Weg. Es hat vor zehn Jahren alles mit einer konsequenten Jugendarbeit begonnen und nun ernten wir die ersten Erfolge. Die Männer stehen kurz vor dem Aufstieg, die Männer 2 stehen als Meister fest und im September startet mit dem Frauenhockey in Heilbronn ein ganz besonderes Projekt.

Du hast in Mannheim über zehn Jahre als Damentrainer in der Bundesliga gearbeitet. Gibt es große Unterschiede zu deiner Arbeit in Heilbronn?

Uli Weise: In der Tat sind es sehr große Unterschiede. In Mannheim wird Leistungshockey gespielt, hier in Heilbronn sind wir teilweise noch im Entwicklungsbereich tätig. Wir

arbeiten Woche für Woche daran weiter, in den Leistungsbereich zu kommen. Die Basis durch gute Jugendarbeit ist geschaffen. Es kommt allerdings nicht oft vor, dass dir der Überbau fehlt. Wir werden

ab September das erste Mal seit Jahrzehnten in Heilbronn wieder eine Damenmannschaft stellen, so dass diese letzte Lücke geschlossen wird. Und der Grundstock dafür ist unsere eigene weibliche A-Jugend. Jetzt gilt es, uns stetig weiter zu entwickeln, damit die gut ausgebildeten Jugendspieler nicht gezwungen werden uns zu verlassen, sondern hier in Heilbronn bei den Aktiven Akzente setzen können.

Wie sehen die Ziele für die Zukunft aus, gibt es schon "Bundesligapläne"?

Mobilfunk. Fullservice!

Uli Weise: Wir wollen uns stetig weiterentwickeln. Klar gehören Aufstiege zum Schönsten dazu, was man erreichen kann. Doch ich kenne keinen Verein, der gesagt hätte: Wir wollen in fünf Jahren in die Bundesliga. So etwas ist gar nicht planbar und so ein Schuss aus der kalten Hose würde nicht unserem Verständnis entsprechen. Wir haben keinen Druck und wollen uns einfach kontinuierlich weiterentwickeln. Das ist jetzt das Startsignal und wir werden sicher einige Jahre brauchen, um zumindest unser derzeitiges Ziel Regionalliga zu erreichen. Wann uns das gelingt? Wir werden sehen!

Ihr habt jetzt einen guten Stamm aus der weiblichen A-Jugend, wie geht es weiter?

Uli Weise: Wir haben einen Aufruf gestartet, um ein paar gestandene Damenspielerinnen hier aus der Region zu gewinnen und die Damenmannschaft zu verstärken, aber der Weg ist noch ein weiter und sehr steiniger. Mit dem Projekt "Topplayer in Heilbronn" versuchen wir, studierende Hockeyspielerinnen oder auch Arbeiterinnen aus der Region für uns zu gewinnen. Das läuft jetzt alles nach und nach an, das wird aber alles einige Zeit brauchen.

Wie sehen denn eure Pläne konkret aus?

Uli Weise: Wir wollen immer mehr Jugendliche aus der A-Jugend in die aktiven Mannschaften einbauen. Bei den Männern funktioniert das schon gut. Die jungen Spieler machen den älteren richtig Druck. Unser Ziel ist es, zumindest bis zum Abitur die Spieler bei uns zu behalten. Klar werden uns einige danach aufgrund des Studiums auch verlassen, der ein oder andere hat auch das Zeug für die Regionalliga oder die Bundesliga. Die konsequente Jugendarbeit bringt uns da auch die Früchte für die Zukunft ein.

Wie sieht es denn aktuell im Jugendbereich aus? Ihr habt ja einige Talente in Heilbronn...





Uli Weise: Wir haben zahlreiche Talente in unseren Reihen, mit Tim Bamberg und Pablo Schumm spielen zwei Jugendliche in der U18-Nationalmannschaft. Aber auch dahinter haben wir bei Jungs und Mädels zahlreiche Auswahlspieler in unseren Reihen. Seit dieser Saison bieten wir zusätzliches Fördertraining an, so dass die Kinder nochmal eine Einheit Techniktraining zusätzlich bekommen und sich da weiterentwickeln können. Unser Ziel ist es, möglichst viele Spieler in diese U-Mannschaften zu bekommen, damit sie auf Topniveau zusätzliche Trainingseinheiten erhalten, um sich weiter zu entwickeln.

Habt ihr bei eurer guten Nachwuchsarbeit auch den Effekt, dass Kinder auch von ausserhalb zu euch stoßen?

Uli Weise: Wir bemerken aktuell leider den umgekehrten Effekt, dass an unseren Jugendspielern gegraben wird. Wir haben hier in Heilbronn aber eine gewisse Insellage, man ist eben nicht schnell in Mannheim oder Stuttgart. Das hilft uns schon, die guten Spieler zu halten. Wir müssen daher hier

in Heilbronn und dem Umland unsere Bemühungen noch ausweiten, mehr in die Schulen gehen und Schulhockey anbieten, um neue Talente zu sichten. Da haben wir noch großes Potential, das wir nutzen müssen. Und werden.

Was fehlt euch noch für die Zukunft?

Uli Weise: Wir müssen etwas umdenken. Wir haben in den letzten zehn Jahren Aufbauarbeit gemacht und müssen uns jetzt an den Leistungsgedanken gewöhnen. Wir sind in Heilbronn eine boomende Sportart und haben eine stetig wachsende Mitgliederzahl, nichtsdestotrotz müssen wir uns vom Entwicklungsbereich mehr in Richtung Leistungsbereich entwickeln, um unsere Talente zu halten und ihnen eine Perspektive zu bieten.

Wenn du einen Wunsch frei hättest, welcher wäre das?

Uli Weise: Das ist ganz schwer zu sagen. Wenn ich einen Wunsch frei hätte, würde ich mir wünschen, dass ich zehn Wünsche frei hätte. Aber wenn wir es schaffen, in die Infrastruktur weiter zu investieren, bin ich mir sicher, dass der Verein weiter explodiert. Wir sind im Feldhockey und vor allem im Hallenhockey an den Kapazitätsgrenzen angelangt. Wenn man sich umsieht: Hier trainieren gerade drei Mannschaften zeitgleich auf einem Platz. Im Trainerbereich tut sich schon einiges, aber gerade um im Leistungshockey weiter voran zu kommen, müssen wir uns im infrastrukturellen Bereich weiter entwickeln, um den Kindern und den Erwachsenen gute Trainingsmöglichkeiten zu bieten. Dank Ganztagesschule und G8 verschieben sich die Trainingszeiten immer weiter nach hinten, so dass wir mehrere Plätze brauchen, um gleichzeitig auf dem gewollten Niveau trainieren zu können. Wir können hier noch Vieles erreichen. (MR)



beratung@kochundkoch-immobilien.de

BUGA-SPORTFEST AM 24. SEPTEMBER

Am Sonntag, den 24. September veranstaltet die BUGA zum zweiten Mal ihr Sportfest in der ABX-Halle des Gartenschaugeländes. Von 12 bis 17 Uhr stellen dort die Sportvereine der Region ihre Angebote vor und laden die Besucher zum Testen und Mitmachen ein. Das BUGA-Sportfest ist eine Kooperation zwischen der BUGA und dem Schul-, Kultur- und Sportamt der Stadt Heilbronn. Der Eintritt ist frei.

VOLLEYBALLTURNIER DES SVHN AM 22. JULI

Am letzten Samstag vor den Sommerferien findet von 9-18 Uhr traditionell das Beach- und Rasen-Gerümpelturnier der Volleyball-Abteilung des SV Heilbronn am Leinbach statt. Auf dem Sportplatz an der Böllinger Straße in Neckargartach treten Mixed-Hobbymannschaften gegeneinander an, bei denen mindestens zwei Frauen auf dem Feld stehen müssen. Noch sind einige Plätze frei – Startgeld: 15 €. Anmeldung bei Thomas Heinrich (Mobil: 0172 / 5790138; Mail: kermith@t-online.de) oder Andreas Popp (Mobil: 0171 / 5050772, Mail: andi76@arcor.de).

MOTOCROSS JUGENDFINALE AM 29. UND 30. JULI

Seit Anfang April kämpfen die rund 200 Nachwuchs-Crosser, die in der Serie des Deutschen Jugend-Motocross-Verbands starten, um jeden Meisterschaftspunkt. Am letzten Juli-Wochenende wird zusammengezählt – beim Finale des DJMV-Championats 2017 in Heilbronn-Frankenbach. Der Ort ist nicht zufällig gewählt. Schließlich wählten die Youngster den MCC HN-Frankenbach erst vor wenigen Jahren zum Veranstalter des Jahres.

Auf seinen Lorbeeren will sich der Cross-Verein allerdings nicht ausruhen. "Wir werden den Nachwuchs-Piloten eine gut präparierte Piste präsentieren, die einem Meisterschafts-Endlauf würdig ist", zeigt sich Vorstand Michael Blaurock motiviert. Zumal der Clubchef beim Meisterschafts-Ausklang auch vielen Crossern aus dem Verein oder der Region eine Bühne bieten will. Schließlich liegen mit Tobias Strobel (7 Jahre, Zweiflingen-Westernbach), Justin Roll (9, Heilbronn), Lucas Frey (18, Tamm) nicht nur drei Lokalmatadore unter den Top-Fünf in ihren Klassen, sondern mit Domenico Felici (20, Schwaigern) sogar ein Youngster auf Meisterschaftskurs. Die Sektkorken werden die neuen Meister am 29./30. Juli auf dem Motocross-Gelände am Pfauenhof knallen lassen. Näheres: www.mccfrankenbach.de



von Bülow & Collegen Rechtsanwälte



Harald Krusenotto

Rechtsanwalt

Tanja Haberzettl-Prach Fachanwältin für Strafrecht

Ute Langner-Zimmermann Fachanwältin für Familienrecht

Silke Hohenstein

Fachanwältin für Sozialrecht

Bearbeitung aller wesentlichen Rechtsgebiete Forderungseinzug / Inkasso

Wollhausstraße 20 · 74072 Heilbronn Telefon 07131 / 658-0 · Fax 07131 / 658-111 www.raevonbuelow.de · info@raevonbuelow.de

KURIOSE SZENE BEIM TRIATHLON: ZUSCHAUER RETTET PROFI DAS RENNEN

Gerade kletterte Joe Skipper, Triathlon-Profi aus England, nach 1.9 km Schwimmen bei der Triathlon-Challenge Heilbronn aus dem Neckar und stieg auf sein Rad, als er bemerkte, dass sein vorderes Laufrad platt war. Was tun?

Skipper schaute sich um und sah im Publikum an der Strecke Matthias Biehl aus Leingarten mit seinem Bike stehen. Kurzerhand entschied Skipper bei Biehl um das Vorderrad zu betteln. Biehl zögerte nur eine Sekunde, denn eigentlich wollte er den Radsonntag auf der

B27 nach Mosbach genießen. Doch Biehl tauschte mit Skipper das Rad, und dieser machte sich mit Biehls Laufrad auf die 90 km Radstrecke des Challenge Half.

"In so einem Fall hilft man als Zuschauer sehr gern aus. Joe Skipper sah sofort, dass ich ein gutes Rad habe", analysierte Biehl die Situation, in der Skipper ihn ansprach. 90 Kilometer später stieg Skipper als Sechster vom Rad und bleib auch nach der Laufstrecke auf dem sechsten Gesamtplatz, ehe die beiden Laufräder wieder zurückgetauscht

wurden.



"Ich bin Matthias sehr sehr dankbar, denn sonst wäre das Rennen für mich bereits beendet gewesen. Klar hat mich der Defekt fast zwei Minuten gekostet, dennoch ist Matthias mein Held des Tages", sagte ein völlig kaputter Joe Skipper als er nach 4:14:28 Stunden nach dem abschließenden Halbmarathon die Ziellinie überquerte.

RINGEN: BUNDESLIGASTART AM 3.9.

Am Sonntag, den 3. September, beginnt um 15 Uhr für die Ringer der RED DEVILS Heilbronn mit einem Heimkampf in der Römerhalle gegen den SV Triberg die Bundesliga-Saison. Nicht weniger als 15 Neuzugänge stehen im Kader des Aufsteigers – darunter die aktuellen deutschen Nationalmannschafts-Ringer Eduard Popp, Frank Stäbler, Pascal Eisele und Etka Sever.

Ende Mai haben die RED DEVILS den knapp 300

anwesenden Fans im Rahmen ihrer Teampräsentation mit Showtraining und öffentlicher Pressekonferenz bereits einen Vorgeschmack auf das gegeben, was sie während der anstehenden Bundesliga-Saison zu bieten haben werden.

Offiziell ist das Erreichen des Achtelfinales das Saisonziel der RED DEVILS – doch in Expertenkreisen gelten sie schon jetzt als Geheimfavorit auf den Meistertitel!



HEIMKÄMPFE DER RED DEVILS IN DER RÖMERHALLE

Sonntag 03.09.2017 15.00 Uhr RED DEVILS - SV Triberg Samstag 16.09.2017 19.30 Uhr RED DEVILS - TuS Adelhausen Samstag 30.09.2017 19.30 Uhr RED DEVILS -**ASV Mainz** Samstag 07.10.2017 19.30 Uhr RED DEVILS -**ASV Urloffen** Sonntag 12.11.2017 15.00 Uhr RED DEVILS -**SV Alemannia Nackenheim** Samstag 25.11.2017 19.30 Uhr

RKG Freiburg 2000

WOHNPARK AM NECKAR

ROSENBERGSTRASSE 12·14 Heilbronn Innenstadt

30% VERKAUFT

BESUCHEN SIE UNSERE BAUINFO IN HEILBRONN Rosenbergstraße



I 1/2 bis 4 1/2 -Zimmer-Wohnungen · Barrierefreier Zugang · Hochwertige Sanitärausstattung · Videosprechanlage · Multimediaverteiler Tiefgaragenstellplätze · Aufzug



www.kochundkoch-immobilien.de beratung@kochundkoch-immobilien.de

GEWINNEN MIT sportheilbronn

RED DEVILS -



5 x 2 EINTRITTSKARTEN

für das Bundesliga-Debut der RED DEVILS Heilbronn gegen den SV Triberg Sonntag, 3. September 2017, 15 Uhr in der Römerhalle Neckargartach

Einfach eine Mail mit dem Betreff "RED DEVILS Gewinnspiel" schicken an redaktion@sport-heilbronn.de. Name und Mailadresse nicht vergessen! Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Die Daten der Teilnehmer werden nicht an Dritte weitergegeben und nach erfolgter Verlosung gelöscht.

DHB-POKAL: ERSTE RUNDE IN HORKHEIM

Der TSB Horkheim hat im Mai zwar leider den Aufstieg in die 2. Bundesliga verpasst, doch bekommen die Handball-Fans nun im August einen besonderen Leckerbissen serviert: Am 19. und 20. August findet in der Stauwehrhalle im Rahmen der ersten Runde um den Pokal des Deutschen Handball-Bundes eines der 16 Vierer-Turniere statt, deren Sieger jeweils in die nächste Runde einziehen.

Dabei meinte es das Losglück mit dem TSB Horkheim besonders gut, denn mit dem Bundesligisten FRISCH AUF! Göppingen kommt nicht nur der langjährige Kooperationspartner nach Horkheim, sondern auch das neue Team von TSB-Eigengewächs Sebastian Heymann. Sprich, Heymann wird am 19.8. erstmals im Göppinger Trikot in der Stauwehrhalle auflaufen.

Das zweite Halbfinalspiel bestreiten an diesem Tag die Rimparer Wölfe und die HSG Rodgau/Nieder-Roden. Die Sieger der beiden Begegnungen spielen dann am Sonntag, den 20. August, um den Einzug in die zweite Runde.

Tagestickets für den Samstag können für 20 Euro pro Person per Email an tickets@ tsb-horkheim.de angefordert werden. Der Preis für das Finale am Sonntag beträgt 15 Euro pro Person.



RSG: JUBILÄUMSFAHRT NACH SOLOTHURN

Im Jahr 2017 feiert die RSG Heilbronn 1892 e.V. ihr 125-jähriges Bestehen. Aus diesem Anlass machte man im Mai eine dreitägige Zielfahrt mit dem Rennrad in die Heilbronner Partnerstadt Solothurn. Freitagmorgens fand die Verabschiedung der 27 Teilnehmer und der Start auf dem Marktplatz in Heilbronn durch Bürgermeister Hajek statt, der für diese Zielfahrt den Startschuss gab. Auf anfangs noch nassen Straßen erreichte die Gruppe nach 110 km das erste Etappenziel Kloster Maria Hilf in Bühl. Die Route führte die Radler weiter über Lahr und Bad Krozingen nach Lörrach. 150 km standen dabei auf dem Programm. Am dritten Tag startete man unter der fachkundigen Füh-

rung zweier Guides des Veloclubs Victoria aus der Nähe von Solothurn. Allerdings konnten diese nicht verhindern, dass man in eine Gewitterzone kam und während eines Starkregens unterstehen musste. Bald darauf schien jedoch wieder die Sonne, und bei der Einfahrt in Solothurn war der Regen längst vergessen. Hans-Jörg Boll von der Stadtverwaltung Solothurn empfing die Gruppe an ihrem Ziel, und man erlebte eine sehr herzliche Gastfreundschaft in der Partnerstadt. Die RSG bedankt sich bei allen, die dabei waren und mit Umsicht und guter Laune dazu beigetragen haben, dass ohne Unfall eine knapp 350 km lange Strecke mit 3350 Höhenmetern bewältigt werden konnte.





KOMPETENZ, ZUVERLÄSSIGKEIT, VERTRAUEN & PERSÖNLICHE BERATUNG

Müller & Bucher Immobilien-Treuhand GmbH · Telefon 07131 7878-0 · info@mueller-bucher.de



Orthopädie | Unfallchirurgie | Chirurgie | Neckarsulm

Herr Dr. med. B. Brand Herr Facharzt N. Haupt Herr Dr. med. R. Giacin Frau Dr. med. M. Möller

Bahnhofplatz 4 / Im Ärztehaus Eingang an der Salinenstraße 74172 Neckarsulm

Unsere Leistungen

Sprechstundenzeiten

Mo - Do 08.00 - 18.00 Uhr

Freitag 08.00 - 12.00 Uhr

Telefon: 07132 / 999966 info@medicross-zentrum.de Telefax: 07132 / 99996-99 www.medicross-zentrum.de

- · Sportmedizin · D-Arztverfahren · ambulante + stationäre Operationen
- · Arthrosetherapie · zertifiziertes Osteoporosezentrum · Knochendichtemessung
- · Stoßwellentherapie · Chirotherapie · Osteopathie · Akupunktur
- · Kernspin-Resonanz-Therapie · Endoprothetik · arthroskopische Gelenkchirurgie



Ihr Telekommunikationsfachhändler



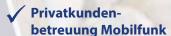
Alarmanlagen

 Einbruchmelde-, Smarthomeund Videoüberwachungslösungen



✓ Geschäftskundenbetreuung Mobilfunk:

- Vor Ort Beratung mit flexiblen Terminen
- Unabhängig von Netzanbieter, Provider, Endgerät
- Business-Tarife aller Anbieter eigene Rahmenverträge, auch für kleine Unternehmen
- Handys, Smartphones, Pads aller Hersteller



- Handys, Smartphones, Pads aller Hersteller
- Tarife mit und ohne Vertragsbindung







e-plus+







KUNST 07: MUSICAL-SOIRÉE AM 8. OKTOBER

KunST 07 präsentiert am 8. Oktober zu seinem 10-jährigen Jubiläum eine mitreißende zweistündige Tanzshow im Zeitraffer der Geschichte. Ein Augen- und Ohrenschmaus für Tanzbegeisterte und Genießer.

Zum fünften Mal lädt der Verein KunST 07 zu einer brandneuen Musical-Soirée ins Heilbronner Theater ein – mit einer Gemeinschaftsproduktion aller KunST 07-Gruppen: den Tanzgruppen Sigrid Lipp, dem Käthchen-Hochzeitszug und den Heilbronner Majoretten.

Das 14-köpfige Trainerteam um Marion Amann und Diana Konrad hat eine rasante Bühnen-Show entwickelt. Spektakuläre Tanzkreationen aus Hip Hop, Jazz, Modern Dance und Showtanz in all seinen Facetten warten auf Sie. Für die Rahmenhandlung zeichnet Regisseur Stefan Buck verantwortlich.

Die Zeit läuft! – Laufen Sie mit – sichern Sie sich die besten Plätze!

Eintrittskarten sind ab sofort erhältlich an der Kasse des Theaters Heilbronn (Telefon 07131/563001, kasse@theater-hn.de oder unter www.theater-hn.de).

Eintrittspreise: 12, 16, 20 und 22 Euro – Ermäßigt: 10, 14, 16 und 18 Euro.

Mehr Info: www.kunst-07.de

RSV-ROLLIS SUCHEN UNTERSTÜTZUNG

Der RSV Heilbronn sucht ab September einen oder mehrere ehrenamtliche Fußgänger, die Lust und Spaß am Sport haben und sich vorstellen können, montags gemeinsam eine bunt gemischte Rollstuhl-Breitensportgruppe aus Fußgängern und Rollstuhlfahrern, Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen zu leiten. Wenn du über 18 Jahre alt bist und einen Übungsleiterschein hast, wäre das genial – es ist aber nicht zwingend nötig. Ein Aufwandsentgelt wird gezahlt. Interesse? info@rsv-heilbronn.de





sportheilbronn das sportmagazin aus heilbronn



BESUCHEN SIE UNS ONLINE:

magazin.sportheilbronn.de

ODER BEI FACEBOOK:



www.facebook.com/ sport.heilbronn

KTT: EIN UMZUG DER ETWAS ANDEREN ART

Anfang Mai stand der Ortswechsel der beiden 40-Fuß-Container des KTT Heilbronn von der Mörikehalle in die Römerhalle an – und wenn Barren, Reck, Ringe & Co. umziehen, sind schweres Gerät und eine logistische Meisterleistung notwendig. Bettina Baumann von der Turngau-Geschäftsstelle berichtet uns "exklusiv" von dem komplizierten Umzug:

"Noch scheint die Sonne, als sich um 16:00 Uhr das Team der Firma Scholpp mit dem schweren Hydraulikkran und den beiden Tiefladern seinen Weg über die schmale Zufahrt zur Mörike-Sporthalle bahnt. Präzisionsarbeit! An der Verladestelle warten bereits Rainer Arnold und Marcus Esslinger vom KTT. Mit vereinten Kräften werden die beiden zwölf Meter langen Container an starken Ketten verzurrt, um nacheinander am Haken des Krans auf die Tieflader herabzuschweben. Dunkle Regenwolken ziehen auf, als sich der Schwertransport im Konvoi auf den Weg von Sontheim nach Neckargartach aufmacht.

Während die Zufahrt zur Mörike-Sporthalle schon nicht einfach war, entpuppt sich die schmale Gasse zur Römerhalle als besondere Herausforderung für Kranführer und Tiefladerfahrer. Rückwärts Meter für Meter müht sich der über 20 Meter lange LKW die schmale Zufahrt hoch zur Abladestelle. Mittlerweile setzt Regen

ein und drückt zusätzlich aufs Gemüt. Mit vereinten Kräften hängt kurze Zeit später die wertvolle Fracht am Kranhaken. Touchdown! Der erste Container steht.

Kurze Verschnaufpause und eine kleine Stärkung für die Männer hebt die Stimmung, und frisch gestärkt geht es an die letzte große Herausforderung an diesem Abend. Es gilt nicht nur rückwärts die Auffahrt hochzukommen, auch ein Schwenk nach links ist von Nöten. Normalerweise kein großes Problem für einen Tieflader mit lenkbarer Hinterachse, wäre da nicht ein großer Stein im Weg. Millimeterarbeit ist angesagt. Zwischen Reifen und Stein passt kein Blatt Papier. Nach bangen Minuten kann endlich auch der zweite Container an den Haken genommen werden und hebt kurze Zeit später in den Abendhimmel ab. Knifflig wird's nochmal, als der Container in schwindelerregender Höhe über dem Dach der Römerhalle um 180° gedreht werden muss. Doch auch das schafft das Scholpp-Team souverän. 21:10 Uhr, geschafft – beide Container stehen! Durchnässt bis auf die Knochen, aber sichtlich erleichtert, darf das Umzugskommando in den verdienten Feierabend gehen, um sich für das zwei Tage später stattfindende Bundesliga-Debut des KTT gegen Straubenhardt vorzubereiten."



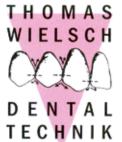
BEWEGUNGSPARCOURS ENTLANG DES NECKARS

Bewegung tut allen gut, hilft sie doch, vielen Krankheiten vorzubeugen. Anstrebenswert sind mindestens 3000 Meter am Tag. Wissenschaftliche Untersuchungen zeigen, dass durch diese Bewegung das Risiko von Demenzkrankheiten, Alzheimer u.ä. deutlich gemindert werden kann. Seit 2008 gibt es deshalb am Alten Neckar vom Götzenturm bis zur Brücke an den Wertwiesen einen 3000 Meter langen Rundkurs. Ein Täglicher "Walk" an diesem besonders schönen Fleckchen trägt zum Erhalt eurer Gesundheit bei!

Sportmundschutz

für Kinder, Jugendliche und Erwachsene, individuell angefertigt, erhältlich in verschiedenen Stärken und Farben

70,-- € inkl. **&** Aufbewahrungsbox



THOMAS WIELSCH DENTAL-TECHNIK

Nußäckerstraße 12 74081 HN-Horkheim Tel. 07131 / 569594 www.wielsch-dental.de info@wielsch-dental.de

Qualität für Ihr Lachen...



Dipl.- Ing. Thomas Erbe Ingenieurbüro für Tragwerksplanung und Bauwesen

Bismarckstr. 107, 74074 Heilbronn Tel.: 07131 / 760641 mail: ingbuero-erbe@t-online.de



JULI **2017**

19.07.2017 19.00 Uhr **4. Heilbronner Sportgespräch für Vereine** Jahnheide am See (Viehweide 20)

22.07.2017 9.00 Uhr **Volleyball-Gerümpelturnier SV Heilbronn** Sportplatz Böllinger Straße, Neckargartach

22.07.2017 Sommerfest TG Böckingen

Sportpark 18-90, Böckingen

28.07.2017 Zeltlager Untergriesheim bis 11.08.2017

Sportkreisjugend Heilbronn, Sportgelände Untergriesheim

29.07.2017 16.00 Uhr American Football Regionalliga Heilbronn Miners - Holzgerlingen Twister, Frankenstadion

29.07.2017 Sommerfest TC Heilbronn am Trappensee

Tennisanlage am Trappensee

29.07.2017 Motocross

Finale Deutsche Jugend-Meisterschaft des DJMV, Frankenbach

30.07.2017 Sommerfest TC Heilbronn am Trappensee

Tennisanlage am Trappensee

30.07.2017 Motocross

Finale Deutsche Jugend-Meisterschaft des DJMV, Frankenbach

AUGUST **2017**

12.08.2017 16.00 Uhr American Football Regionalliga Heilbronn Miners - KIT SC Engineers, Frankenstadion

12.08.2017 Stadionfest Heilbronner Falken

Kolbenschmidt Arena

19.08.2017 Handball DHB-Pokal 1. Runde

17:00 Uhr DJK Rimparer Wölfe – HSG Rodgau/Nieder-Roden 20:00 Uhr TSB HN-Horkheim – FRISCH AUF! Göppingen Stauwehrhalle Horkheim (genaue Ansetzungen ohne Gewähr)

20.08.2017

16:00 Uhr Sieger Spiel 1 Stauwehrhalle Horkheim Handball DHB-Pokal 1. Runde

- Sieger Spiel 2

22.08.2017 Klettern lernen an 2 Tagen

Kinderferienprogramm Kids aktiv des DAV Heilbronn, Kletterarena

23.08.2017 Klettern lernen an 2 Tagen

Kinderferienprogramm Kids aktiv des DAV Heilbronn, Kletterarena

25.08.2017 17.00 Uhr Hochsprung-Meeting Eberstadt
U23-Wettbewerb männlich und weiblich, Eberfürst Arena, Eberstadt

25.08.2017 20.00 Uhr Eishockey Vorbereitungsspiel

Heilbronner Falken - EC Bad Nauheim, Kolbenschmidt Arena

26.08.2017 10.00 Uhr **Hochsprung-Meeting Eberstadt** Kinder- und Jugendtag, Eberfürst Arena, Eberstadt

26.08.2017 10.00 Uhr Lacrosse

Kleinfeld-Turnier für Rookies (10-17 Uhr), TSG-Sportplatz Wertwiesen

26.08.2017 14.30 Uhr Hochsprung-Meeting Eberstadt Hochsprung-Weltklasse der Frauen, Eberfürst Arena, Eberstadt



26.08.2017 20.00 Uhr **3. Liga Handball**

TSB Horkheim - TSG Hassloch, Stauwehrhalle Horkheim

27.08.2017 13.30 Uhr Hochsprung-Meeting Eberstadt Hochsprung-Weltklasse der Männer, Eberfürst Arena, Eberstadt

28.08.2017 Aktivpass für die Kletterarena (28.8.-1.9.)

Kinderferienprogramm des DAV Heilbronn, Kletterarena

SEPTEMBER 2017

03.09.2017 15.00 Uhr 1. Bundesliga Ringen

RED DEVILS Heilbronn - SV Triberg, Römerhalle Neckargartach

08.09.2017 20.00 Uhr **Eishockey Vorbereitungsspiel** Heilbronner Falken - SC Langenthal, Kolbenschmidt Arena

09.09.2017 20.00 Uhr 3. Liga Handball

TSB Horkheim - TV Hochdorf, Stauwehrhalle Horkheim

10.09.2017 18.30 Uhr Eishockey Vorbereitungsspiel Heilbronner Falken - Löwen Frankfurt, Kolbenschmidt Arena

11.09.2017 18.30 Uhr Karate Anfängerkurs Ü30

Karateverein Heilbronn, Mönchseehalle

16.09.2017 19.30 Uhr **1. Bundesliga Ringen**

RED DEVILS Heilbronn - TuS Adelhausen, Römerhalle Neckargartach

23.09.2017 18.00 Uhr **Besentag des WMBC Heilbronn** Treffen der Bootsfreunde mit Schlachtplatte und Kraut, Gäste sind willkommen, WMBC Clubhaus (Lauerweg 17)

23.09.2017 20.00 Uhr 3. Liga Handball

TSB Horkheim - HG Oftersheim-Schwetzingen, Stauwehrh. Horkheim

23.09.2017 7. ADAC Rallye Käthchen Classic

Motorsportclub Heilbronn, Start und Ziel: Bürgerhaus Böckingen

24.09.2017 12.00 Uhr BUGA Sportfest

Veranstalter: BUGA, Stadt Heilbronn. ABX-Halle des BUGA-Geländes

24.09.2017 15.00 Uhr Aktionstag "Unser Neckar" des WMBC HN Schleusenführung, Schlauchbootfahrten, Bootsbesichtigungen WMBC Clubhaus (Lauerweg 17)

24.09.2017 7. ADAC Rallye Käthchen Classic

Motorsportclub Heilbronn, Start und Ziel: Bürgerhaus Böckingen

30.09.2017 19.30 Uhr **1. Bundesliga Ringen**

RED DEVILS Heilbronn - ASV Mainz, Römerhalle Neckargartach

30.09.2017 20.00 Uhr **3. Liga Handball**

TSB Horkheim - HC Oppenweiler/Backnang, Stauwehrhalle Horkheim

OKTOBER 2017

07.10.2017 19.30 Uhr **1. Bundesliga Ringen**

RED DEVILS Heilbronn - ASV Urloffen, Römerhalle Neckargartach

08.10.2017 15.00 Uhr Musical-Soirée KunST 07 Theater Heilbronn, großes Haus

08.10.2017 19.30 Uhr Musical-Soirée KunST 07

Theater Heilbronn, großes Haus

Die hier aufgeführten Termine wurden uns von den jeweiligen Vereinen zugesandt bzw. auf www.sport-heilbronn.de eingetragen. Eine Gewähr für deren Richtigkeit können wir nicht übernehmen. Sollten die Termine Ihres Vereins fehlen, sprechen Sie bitte die entsprechenden Verantwortlichen an, damit wir diesen "Zustand" in künftigen Ausgaben ändern. Im Oktober 2017 erscheint die nächste sportheilbronn-Ausgabe. Wenn Sie die Termine Ihres Vereins im Zeitraum Oktober bis einschließlich Dezember hier im Magazin veröffentlichen möchten, schicken Sie diese bitte bis zum 25.9.2017 an redaktion@sport-heilbronn.de – für Heilbronner Sportvereine selbstverständlich kostenlos!





BUNDHOSE SPEKTRUM



Farben: blau-grau, braun-grau, grau-schwarz, schwarz-grau

Material: 250g/m² schweres Gemisch aus 65%Polyester und 35% Baumwolle, Verstärkung Nylon Cordura, wasserabweisender Stoff, mechanischer Stretch, Industriell waschbar

Ausstattung: verdeckter Knopf und Reissverschluss, Taschen verstärkt mit Cordura, 2 Schubtaschen, 2 Gesäßtaschen ohne Patte, Schenkeltasche, Zollstocktasche, Handytasche, Ausweishalter, reflektierende Optik, verstellbare Rückenelastik, figurbetonter Schnitt, 3-fach Kappnähte

SHORT COSMIC



Farben: blau-grau, braun-grau, grau-schwarz, schwarz-grau

Material: 250g/m² schweres Gemisch aus 65%Polyester und 35% Baumwolle, Verstärkung Nylon Cordura, wasserabweisender Stoff, mechanischer Stretch, Industriell waschbar

Ausstattung: verdeckte, Knopf und Reissverschluss, Taschen verstärkt mit Cordura, 2 Schubtaschen, 2 Gesäßtaschen ohne Patte, 2 Schenkeltasche, Stiftefach, Zollstocktasche, 3 Cordurea Werkzeugschlaufen, Handytasche, Ausweishalter, reflektierende Optik, verstellbare Rückenelastik, figurbetonter Schnitt, 3-fach Kappnähte

Speedytex GmbH Herderstraße 1 74074 Heilbronn Deutschland T: +49 7131 | 6424661 F: +49 7131 | 6424772 E: info@speedytex.de I: www.speedytex.de Team-, Sport- und Freizeitkleidung Arbeitsschutz- und Berufsbekleidung Werbemittel & Werbetechnik DRUCKEN · STICKEN · LASERN

































Das Vorteilsprogramm der Sparkasse!

Tolle Rabatte bei über 160 Partnern | Einfach mit der SparkassenCard zahlen | Geld zurück aufs Girokonto

Wenn's um Geld geht

Kreissparkasse
Heilbronn

www.einfachkaufen.hn