Turnen und Freizeit Feuerbach e.V.

Info 01/2020

September 2019:
Neustart der TFF-Schwimmschule

Inhalt

Der Vorstand berichtet
44. Mitglieder-Versammlung TF Feuerbach e.V. 3
Danksagung an Hans-Dieter Heinz 6
Vorstellung neuer Vorstandsmitglieder 7
Feuerbacher Volkslauf – rund um die Mammutbäume am 11. Mai 2019 8
Das neue „Kind“ beim TF Feuerbach 9
Termine 10
Kultur im November 2019 - Stäffeles-Spaziergang von Gerlingen nach Leonberg 11
Badminton
(Vorübergehender) Abschied von den BWBV Mannschaftsmeisterschaften –
Wie geht´s weiter? 16
Laufen
Der WLV prämiert unsere innovative Laufserie 18
Paceteam – Geschehnisse von Sommer bis Herbst 21
Meisterlicher TFF bei den Baden-Württembergischen Waldlaufmeisterschaften 23
Schnelle Zeiten auf schneller Strecke - DM Halbmarathon Freiburg 24
Das Alter bleibt auf der Strecke 25
Hamburg 2019 - Unser Frühjahrsevent ist geschafft 27
Waldlaufmeisterschaften am 9.11.2019 in Ötigheim 30
TFF-Bestenliste 2019 32
Radtreff
Vorstellung der Sportbereichsleitung 34
Rückblick: Wie war die Sommerradsaison 2019? 34
Ausfahrt Bundenthal vom 24. bis 26.Mai 2019 37
Radtour Nördlinger Ries 16. bis 20. Juni 2019 38
Stromberg-Kraichtaltour am 21.9.2019 41
Radel-Thon 43
Turnen
Goldener Herbst für unsere Turnerinnen 44
Bezirksfinale Mannschaftswettkampf LK2 in Holzgerlingen 45
Bezirksfinale in Ingersheim am 9. November 2019 -
1 x Mannschaftsgold für den TF Feuerbach 46
Toller Jahresabschluss im Landesfinale der Mannschaften 47
Triathlon
Erfolgreiche Weltmeisterschaft 2019 für Peter und Dr. Karin Vester in Lausanne 49
Mein erster Ironman 51
Swim & Run Echterdingen – die TFF-Triathleten ganz vorn 53
Volleyball
Rückblick Saison 2018/2019 56
Sommerpause 56
Neue Saison 2019/2020 58
Infos
Sportbereiche 59
Kursangebote / Seniorensport 60
Kinder- und Jugendsport / Bereichskontakte 61
Sportstätten 62
Impressum 63
Das Infoheft wird auch auf www.tffeuerbach.de durchgängig in Farbe veröffentlicht.

44. Mitglieder-Versammlung TF Feuerbach e.V.

Die Versammlung fand am 6. April 2019 im Bürgerhaus Stuttgart-Feuerbach statt. Nach der Begrüßung der 53 anwesenden Mitglieder und der Feststellung der Beschlussfähigkeit berichteten die Vorstände der 5 Fachbereiche und die Kassenprüfer. Anschließend erfolgte durch die Mitglieder die Entlastung derselben.

Die danach erfolgten Wahlen führten zu folgenden Ergebnissen:

FA I Sport: Jürgen Pflug (Vorstand) wurde turnusmäßig wiedergewählt. Hanspeter Mangold (Stellvertreter) stand nicht zur Wahl.

FA II Freizeit und Jugendpflege: Müge Contoes (Vorstand) stand nicht zur Wahl. Nataliya Marschner (Stellvertretung) wurde turnusmäßig wiedergewählt.

FA III Verwaltung und Finanzen: Bernd Frodermann (Vorstand) wurde turnusmäßig wiedergewählt. Die Stellvertretung war ein Jahr vakant. Erfreulicherweise stellte sich Brigitte Rosito als Stellvertreterin zur Wahl und wurde einstimmig gewählt.

FA IV Außenbeziehungen und Recht: Andreas Holzwarth (Vorstand) stand nicht zur Wahl. Hans Dieter Heinz trat nach vielen Jahren Vorstandsarbeit als Stellvertreter nicht mehr an. Eberhard Schraivogel stellte sich erfreulicherweise zur Wahl und wurde einstimmig gewählt.

FA V Öffentlichkeitsarbeit: Oliver Haag (Vorstand) wurde turnusmäßig wiedergewählt. Daniela Ammer (Stellvertreter) stand nicht zur Wahl.

Kassenprüfer: Axel Ramminger wurde turnusmäßig wieder gewählt. Jasmin Schulz (Stellvertreter) stand nicht zur Wahl.

Ehrungen

Geehrt wurden die anwesenden Jubilare für 25- und 40-jährige Mitgliedschaft im Verein. Ferner wurde Hans-Dieter Heinz von Jürgen Pflug für seine langjährige Tätigkeit im Verein und Vorstand gedankt. Zusätzlich wurde ihm die Ehrenmitgliedschaft beim TF Feuerbach angetragen.

Jürgen Pflug ehrt sportliche Erfolge: Gine Weissmann, Berit Hilsenbeck, Walter Geib, Hanspeter Mangold

Andreas Holzwarth bringt Sekt für Nina Budke und Karl Barazutti

25 Jahre TFF-Mitgliedschaft: Ernst Ebling, Brigitte Schwarz, Ursula Kubitz, Birgit Ebling, Angelika Dannemann

Anträge
Beschluss über Schließung des Sportbereichs Inline-Skating. Der Antrag wird erläutert und darüber abgestimmt. Er wird einstimmig angenommen.

Haushaltsplan 2019
Der Haushaltsplan wird von Bernd Frodermann erläutert und einstimmig angenommen.

Bekanntgaben und Verschiedenes
Um 19:45 Uhr wurde die Mitgliederversammlung beendet. Und man ging zum geselligen Beisammensein über.

Gestaltung des Plakats: Nesrin Sismanoglu

Oliver Haag

Danksagung an Hans-Dieter Heinz

Nach mehr als 38 Jahren geht eine Ära zu Ende, die den TF Feuerbach in vielen Bereichen maßgeblich geprägt und vorangebracht hat.

Am 1.1.1981 ist Hans-Dieter dem Verein beigetreten. Schon früh in den 80iger Jahren übernahm er den Posten des Kassenprüfers, um dann zwischen 1985 und 1989 in den Vorstand FA3 (Finanzen) des TFF zu wechseln. Diese Tätigkeit übte er bis März 2015 aus, und wechselte dann innerhalb des Vorstands zum Amt des Stellvertreter FA4 (Aussenbeziehungen), welches er bis zu seinem Rückzug aus dem Vorstand im März diesen Jahres begleitet hat.

Den Freitagsport in der Hattenbühl-Turnhalle hat er durch das Indiaca-Spiel bereichert. Ebenso war er stets dafür eingetreten, dass das Kinder-/Gerätturnen sich zu dem entwickeln konnte, was es heute im Verein darstellt.

Ein weiterer Meilenstein in seiner Vereinsgeschichte war seine Mitwirkung bei der Planung und dem Bau unseres Vereinszentrums von 1995 bis zur Einweihung 1999.

„Ich möchte mich an dieser Stelle im Namen des gesamten Vorstands bei Dir Hans-Dieter für all die Jahre der Zusammenarbeit ganz herzlich bedanken, und wünsche dir als unser Ehrenmitglied im Verein weiterhin alles erdenklich Gute.“

Jürgen Pflug

Vorstellung neuer Vorstandsmitglieder

Liebe Vereinsmitglieder,

bei der Mitgliederversammlung am 6. April 2019 wurde ich in den Vorstand als Stellvertreterin des FA 3/Verwaltung und Finanzen gewählt und unterstütze Bernd Frodermann, der schon länger in diesem Bereich tätig ist.

Kurz über mich: Ich heiße Brigitte Rosito, bin 52 Jahre alt, verheiratet und wohne in Oberesslingen.

Seit dem Marathon-Vorbereitungskurs 2009/2010 für Berlin bin ich im Verein. Danach wurde ich richtig heiß auf das Laufen, so dass ich dann den Betreuerschein gemacht habe, um mich mehr in den Verein einzubringen. Beim Volkslauf organisiere ich die Getränke- und Verpflegungsstation.

Herzliche Grüße

Brigitte Rosito

Liebe Vereinsmitglieder,

mein Name ist Eberhard Schraivogel und ich wurde im April 2019 bei der Mitgliederversammlung zum stellvertretenden Vorstand FA 4 vorgeschlagen und gewählt.

Ich bin 62 Jahre alt, verheiratet und Vater von drei erwachsenen Kindern. Angefangen habe ich beim TFF vor etwa zwanzig Jahren mit einem Badminton- Anfängerkurs und bin dann zum Lauftraining gekommen und habe am 1. Berlin-Marathonkurs 2001 teilgenommen. Das Laufen und die Laufgemeinde beim TFF haben mir so gut gefallen, dass ich dem Verein in all den Jahren die Treue gehalten habe.

Ich engagiere mich neben der Vorstandstätigkeit beim Volkslauf als Streckenorganisator und als Laufbetreuer bei der Langstrecke und bei der „Wiese“.

Ich wünsche uns eine gute Zusammenarbeit und verbleibe
mit herzlichen Grüßen

Euer Eberhard Schraivogel

40. Feuerbacher Volkslauf – rund um die Mammutbäume am 11. Mai 2019

Im Jubiläumsjahr ist es geglückt, die Teilnehmerzahl im 3-Jahresvergleich deutlich zu erhöhen. Dafür wurden bezüglich des Wetters die Gebete des Organisations-Teams nicht erhört. Es war vor allem zum Ende der Veranstaltung hin doch recht feucht. Trotzdem alles in allem eine gelungene Veranstaltung, die allerdings ohne die große Zahl der helfenden Mitglieder so nicht möglich wäre. Bei diesen bedankt sich der Verein an dieser Stelle ganz herzlich.

	2017	2018	2019
Bambini-Lauf	38	47	58
Kinder- und Jugendlauf	158	163	139
10 Meilen	89	92	86
10 km	149	148	261
5 km	27	37	50
5 km Walken	3	7	11
Summe	464	494	605

Um ein Gefühl für die Zeiten auf „unsereren“ Strecken zu geben, hier die jeweils 3 schnellsten Läuferinnen und Läufer im Jahr 2019. Ins Auge fällt einmal mehr unser Pace-Team-Läufer Christoph Hillebrand (siehe auch die Berichte unter der Rubrik „Laufen“).

Platz	Name	Verein	Zeit	Name	Verein	Zeit
	Kinder- und Jugendlauf					
1	Stepanov, Alexander	LG Botnang	08:11:00	Pettera, Isabelle	Sportvereinigung Feuerbach	10:39:00
2	Kallenberg, Philipp	Feuerbach SPUGG	09:10:00	Lüttgen, Carla	Sportvg Feuerbach	10:52:00
3	Bohn, Christian	VfL Sindelfingen	09:23:00	Schenk, Pia	(Stuttgart)	11:08:00
	10 Meilen-Lauf					
1	Gall, Florian	Hike-Run-Gozo	01:02:00	Bleibtreu, Annette	Graubner Industrie-Beratung	01:20:34
2	Collerone, Alessandro	Sparda-Team-Rechberghausen	01:02:10	Kegel, Sabina	(Stuttgart)	01:22:49
3	Gauss, Wolfgang		01:02:38	Pflieger, Monika	Sportvereinigung Feuerbach	01:23:38
	10 km – Lauf					
1	**Hillebrand, Christoph**	**TF Feuerbach e.V.**	00:34:59	Sigg-Sohn, Christine	LG Esslingen/TS	00:41:06
2	Brhane, Efrem	AK-Asyl Metzingen	00:35:07	Schmid, Margit	AST Reichenbach 1	00:42:02
3	Jäckle, Matthäus	Feuerbach	00:35:18	Holzer, Pia	BSG Festo Esslingen	00:43:24
	5 km – Walking					
1	Braun, Martin	ALL Sigmaringen	00:26:56	Renz, Tina	(Ditzingen)	00:45:32
2	Klein, Martin	(Leingarten)	00:35:57	Perchinig, Nadine	Sportvereinigung Feuerbach	00:46:18
3	Sacher, Peter	Sportvereinigung Feuerbach	00:42:03	Lechner, Susana	Sportvereinigung Feuerbach	00:46:18
	5 km – Lauf					
1	Mack, Ulrich	CVJM Korntal	00:17:46	Smolinska, Veronika	Mama&Tochter Team	00:25:19
2	Biondino, Luca	SKG Botnang	00:20:09	Schwarz, Katja	SG Weilimdorf	00:25:19
3	Glück, Klaus	Sportvereinigung Feuerbach	00:20:25	Schuster, Daniela	(Nufringen)	00:26:25

Das neue „Kind“ beim TF Feuerbach

Der TFF hat ein neues Kind – die Schwimmschule „TFF-Sporties“! Doch nun der Reihe nach…

Noch während der Sommerferien erhielten wir die Nachricht, dass das Hallenbad Feuerbach nach ca. 2,5 Jahren Sanierung nach den Schulferien wieder eröffnet wird. Schnell mussten wir uns entschließen, ob wir die damaligen Schwimmzeiten mittwochs von 14:00 bis 19:00 Uhr wieder übernehmen und mit Leben füllen wollten. Nach kurzen Überlegungen sagten wir dem Bäderamt zu.

Doch nun mussten wir schnell handeln und uns ein Konzept überlegen. Da spielte uns der Zufall in die Hände, dass ein Geschwisterpaar aus Gerlingen mit mir Kontakt aufnahm, um zu fragen, ob wir uns eine Zusammenarbeit mit ihnen vorstellen könnten.

Ich kenne Birgit Pfänder schon aus früheren Zeiten meiner aktiven Tätigkeit im Badminton, da sie damals unsere Mannschaften als Trainerin „auf Vordermann“ brachte. So kam es schnell zu intensiven Gesprächen und einer, wie sich heute herausstellt, sehr fruchtbaren Entscheidung.

Wir konnten Birgit und Thomas Pfänder dazu gewinnen, ein sehr hochwertiges Schwimmtraining für uns anzubieten. Anfängliche Zweifel, ob sich das neue Kurssystem trägt, drängten wir in den Hintergrund nach dem Motto: wer nicht wagt – der nicht gewinnt.

So bekamen wir nach kurzer Zeit von Birgit und Thomas ein Konzept vorgelegt, das seinesgleichen sucht. So sind wir in der glücklichen Lage, von Anfänger 1 und 2, über Seepferdchen, Bronzekurs bis hin zum Techniktraining Tria das gesamte Spektrum abzudecken. Das Ziel und unser Hintergedanke dabei waren, dass wir es endlich schaffen könnten, für unsere Triathlonabteilung einen gefestigten Unterbau zu ermöglichen.

Schon innerhalb von ca. 3 Wochen bekam ich die Meldung, dass die Kurse restlos mit 60 Anmeldungen ausgebucht sind, und wir dadurch 45 neue Vereinsmitglieder zu vermelden haben.

Der Start unserer neuen Schwimmschule mit ihren Kursen war am 18. September 2019, und ging am 18. Dezember 2019 erfolgreich zu Ende. Doch die Flut der Anfragen und Anmeldungen für Folgekurse sind ungebrochen, so dass wir ohne Sorgen in den neuen Kursblock im Januar starten konnten.
An dieser Stelle möchte ich mich ganz herzlich bei unseren Trainern Birgit und Thomas Pfänder bedanken, ohne die dieses Unterfangen unvorstellbar wäre.
Durch dieses tolle neue Projekt liegt uns natürlich sehr viel daran, den Tria-Interessierten Kindern/Jugendlichen auch weiterführend ein Regelsportangebot mit Schwimmen, Radfahren und Laufen innerhalb des TFF zu ermöglichen.
Erste Gespräche haben bereits stattgefunden, und der Trainer Jürgen Kitt vom Triathlon hat sich bereiterklärt, ab Januar dafür zur Verfügung zu stehen, und wir sind davon überzeugt, dass wir in Verbindung mit den verschiedenen Sportbereichen auch da ein herausragendes Konzept erarbeiten werden.

Ich bin der festen Überzeugung, dass diese Art der Kinder/Jugendarbeit neben dem seit langem existierenden Geräteturnen enorm wichtig für den Verein ist, und uns weiter voran bringt!
Nochmal geht mein Dank an all diejenigen, die sich bisher bereiterklärt haben, sich in dieses neue Zukunftsprojekt des TFF einzubringen, und uns mit Rat und Tat an der Seite stehen.

Jürgen Pflug

Termine 2020

Was?	Wann?	Wo?
Anmeldung zum TFF-Newsletter für alle Mitglieder	gleich	www.tffeuerbach.de
Mitgliederversammlung TF Feuerbach e.V.	28. Mrz 2020	Kultur- und Bürgerhaus Feuerbach, Stuttgarter Str.
41. Feuerbacher Volkslauf des TF Feuerbach, „Rund um die Mammutbäume“	9. Mai 2020	Sportpark Feuerbach
Feuerbacher Höflesmarkt, TF Feuerbach nimmt ggf. teil	Datum noch nicht bekannt	Feuerbach, Stuttgarter Str.
3. AOK Firmenlauf Feuerbach (TFF ist Ausrichtungspartner)	16. Sep 2020	Stadion Sportvereinigung Feuerbach

Kultur im November 2019 - Stäffeles-Spaziergang von Gerlingen nach Leonberg

Am Samstag, 2. November 2019, fand wieder unser jährlicher Stäffeles-Spaziergang unter dem Motto „Kultur im November“ statt. Diesmal verlief die Route vom Marktplatz Gerlingen bis zum Marktplatz Leonberg, angeführt von Nataliya und Sascha Marschner, die die Tour liebevoll ausgearbeitet und angeführt haben, begleitet von ihren beiden Töchtern Mascha und Dascha, die in ihren Kinder-Tragen wunderbar mitgehalten haben. Insgesamt waren wir 12 Teilnehmer und die beiden kleinen Mädchen.

Unser Treffpunkt war an der Endhaltestelle der U6 in Gerlingen um 10 Uhr, um gemeinsam, bei sonnigem und mildem Spätherbstwetter mit herrlich gefärbtem Laub, zu wandern und auch ein bisschen auf den Spuren von 2 berühmten Familien zu wandeln, die für Gerlingen eine große Bedeutung hatten: Friedrich Schiller und Fritz von Graevenitz.

Zunächst ging es in Richtung der Gerlinger Petruskirche, die frisch renoviert wurde und deren herrlichen Kirchturm wir bewundern konnten. Im Chor der Petruskirche wurden 1796 Schillers jüngste Schwester Nanette und sein Vater Johann Caspar beigesetzt, die beide in diesem Jahr verstarben. Eine Bronzetafel beim Gerlinger Friedhofs erinnert an diese beiden Gräber.

Auf einem kleinen Pfad hinter dem Friedhof liefen wir weiter in Richtung Panoramastraße, die wir in der letzten Kurve unten überquerten, mit Blick auf die dort stehende Bronzestatue eines Rehs des Bildhauers Fritz von Graevenitz, dem Direktor der Stuttgarter Kunstakademie während der NS-Zeit, Onkel unseres ehemaligen Bundespräsidenten Richard von Weizsäcker und Ehrenbürger der Stadt Gerlingen.

Nun ging es über herrliche kleine Stäffele, an verschiedenen Gesteinsschichten vorbei, hoch auf die Gerlinger Anhöhe, den Schloßberg. Dort oben angelangt konnten wir eine kleine Verschnaufpause machen und, neben der herrlichen Aussicht ins Strohgäu, den majestätischen Löwen bewundern, der auf der historischen Stätte der alten Burg Richtenberg auf dem Schloßberg errichtet wurde.

Der Löwe wurde ebenfalls von Fritz von Graevenitz geschaffen und dient als Mahnmal für die Gefallenen des Weltkrieges. Er verkörpert Kraft und Mut und soll mit seinem Schrei die Menschen zur Vernunft mahnen. Auf dem Sockel des Löwen wurde eine Ode Friedrich von Schillers angebracht.

Unser nächstes Ziel, nicht weit von hier, ist in der Nähe der ehemaligen Obstbaumschule von Schillers Vater Johann Caspar Schiller. Hier wurde 1908 für Friedrich Schiller ein Gedenkstein errichtet, der Schillerstein. Auf der Vorderseite ist eine Büste von Johann Caspar Schiller abgebildet, auf der Rückseite wurde ein Bronzerelief von Fritz von Graevenitz angebracht, welches Friedrich Schiller bei der ersten Lesung seiner „Räuber“ vor Freunden in Stuttgart zeigt, nach der bekannten Zeichnung von Schillers Mitschüler Victor Heideloff.

Der Schillerstein steht im Gerlinger Stadtteil Schillerhöhe, in der Nähe des ehemaligen Kurhauses Schillerhöhe, das heute das Gasthaus Schillerhöhe ist. Die in den 30er-Jahren entstandenen Häuser rund um das ehemalige Kurhaus Schillerhöhe wurden als Ortsteil Schillerhöhe bezeichnet, bis zu den 60er-Jahren hat man dort weitere Häuser angebaut, so dass die neuesten davon in der vordersten Reihe stehen.

Das heutige Sanatorium Klinik Schillerhöhe befindet sich dort, wo sich früher die Obstbaumschule Johann Caspar Schillers befand. Ursprünglich errichtet wurde das Gebäude als Gebietsführerschule der Hitlerjugend.

Ausgestattet mit so viel historischem Wissen ging es für uns nun weiter durch die Siedlung auf der Schillerhöhe, dann durch die Unterführung unter der Wildparkstraße zur Gerlinger Waldsiedlung.

Die Waldsiedlung wurde geplant für die guten Steuerzahler. 7 Hektar Wald wurden eigens dafür gerodet. Insgesamt wurden hier in den 60er-Jahren 65 Bungalows und 26 Reihenhäuser in einheitlichem Stil, auf groß bemessenen Grundstücken, erbaut, und von den Grundstückserlösen wurden die Schule und der Kindergarten errichtet. Die Waldsiedlung besteht aus 2 Straßen, dem Nanetteweg und dem Fritz von Graevenitz-Weg, auch hier wieder die Verbindung zu Schiller und Graevenitz.

Weiter führten Nataliya und Sascha uns nun über herrliche Waldwege zum ehemaligen Golfplatz in Gerlingen. Von dort aus überquerten wir die Wildparkstraße erneut, um zur Gerlinger Heide zu gelangen.

Die Gerlinger Heide ist ein Naturschutzgebiet, denn die Heidefläche enthält eine bemerkenswerte Tier- und Pflanzenwelt, obwohl sie inmitten eines Ballungsraums liegt und von bebauten Gebieten nahezu vollständig eingeschlossen ist. Auch hier konnten wir am Aussichtspunkt Heidewinkel wieder eine weite Aussicht über das Strohgäu genießen.
Nun verlief unser weitere Wanderung in Richtung Engelbergturm, den wir schon in der Ferne sehen konnten. Der Engelbergturm ist das Wahrzeichen der Stadt Leonberg. Der Wasser- und Aussichtsturm stammt aus dem Jahr 1928 und behielt bis 1982 seine Funktion als Wasserhochbehälter.
Vom Engelbergturm führten uns nun zum Abschluss wieder die schmalen Stäffele hinab durch den Leonberger Stadtteil Ramtel und weiter hinab bis zur Leonberger Grabenstraße, die oberhalb vom Leonberger Marktplatz verläuft.

Am Leonberger Marktplatz hatten wir unser Ziel nach etwas über 8 km erreicht und kehrten ein ins Cafe Trölsch, um uns mit einem herrlichen Blick auf den Leonberger Marktplatz nach dieser schönen Wanderung zu stärken. Es war eine absolut gelungene sehr schöne Wanderung und wir haben wieder manches erfahren, das uns bisher nicht bekannt war.

Herzlichen Dank an Nataliya und Sascha Marschner für die schöne Strecke und Eure sachkundige Führung!

Daniela Ammer

(Vorübergehender) Abschied von den BWBV Mannschaftsmeisterschaften – Wie geht´s weiter?

Mit der Saison 2018/2019 hat sich der TFF vorerst von den BWBV Mannschaftsmeisterschaften verabschieden müssen. Mit viel Herzblut haben sich unsere verbliebenen Spieler den Gegnern in der Bezirksliga Nordwürttemberg entgegengestellt. Allerdings hat es nicht ganz gereicht und wir mussten dem Abstieg ins Auge sehen. Nach dem Weggang unserer stärksten Spieler und Spielerin stehen wir nun vor der Aufgabe, eine neue Mannschaft aufzubauen. Größte Herausforderung ist es dabei, wieder einige Damen ins Team zu bekommen.

Wir freuen uns über alle Neuzugänge und sind natürlich auch offen für Anfänger. So wie hier werden alle ins Spiel einbezogen und wir versuchen, Lernen mit Spaß zu verbinden.

Montags-Training, 4. November 2019

Ob Clear, Drive, Smash oder Drop – ob Anfänger oder bereits erfahrener Spieler, bei uns spielt jeder mit jedem. Dabei legen wir auch Wert darauf, dass sich jeder Spieler weiterentwickeln kann und bieten einmal pro Woche Spiel- und Taktiktraining mit einem erfahrenen Trainer an.

Wir heben, stechen, töten und wischen, für professionelles Training steht uns dabei unser Trainer Patrick immer montags „schlag-kräftig“ zur Seite. Von Lauf- und Schlagtraining bis zu Stellung und Taktik beim Einzel- bzw. Doppelspiel – unermüdlich zeigt er uns, wie es richtig ist, zeigt uns was wir anders machen sollten und wie wir uns verbessern können. An dieser Stelle somit auch mal einen herzlichen Dank an Patrick.

Auch wenn es bei den Mannschaftsmeisterschaften nicht so ganz geklappt hat, den Spaß im Verein lassen wir uns auf keinen Fall nehmen

Schrottwichteln bei der letzten Neujahrsfeier

Schau einfach mal vorbei und mach mit!

Stephan Körner

Der WLV prämiert unsere innovative Laufserie

Laufen – sehen – staunen – und Vieles erfahren

In diesem Jahr starteten wir etwas ganz Neues, um das gemeinschaftliche Laufen in einer Gruppe noch reizvoller zu gestalten: Unsere Erlebnislaufserie mit vier Läufen je zwischen 8 und 12 km im Jahresverlauf 2019. Sie war für alle LäuferInnen gedacht, Mitglieder und Interessierte, und schloss auch für alle die Trainingsmöglichkeiten an den Trainings des TF Feuerbach ein.

Am Samstag, 18. Mai, ging es los. Die Gruppe startete um 15 Uhr am Vereinsheim, um auf 12 km bergauf und bergab „Feuerbach als Stadt und Stadtteil zwischen Industrie und Park“ im moderaten Lauftempo zu erkunden. Wir wurden vom alten „Dorfkern“ über den Killesberg und Schlaich-Turm bis zum Bismarckturm und den Grundmauern der ehemaligen Burg Frauenberg geführt. Streckenbetreuer Uli sorgte mit seinen interessanten Informationen immer wieder für Überraschungsmomente, so dass es allen Teilnehmenden richtig gut gefiel.

Am 29. Juni folgte der zweite Lauf, dieses Mal unter dem Motto „Bahnbrechend modern vs. Bauen im heimatlichen Stil; Wohnviertel mit grandiosem Blick – eine Panoramatour durch den Stuttgarter Norden“. Wir liefen durch die Weißenhofsiedlung, das Birkendörfle war Teil, wir konnten

China in Stuttgart entdecken und besondere Villen bestaunen. Die zwölf anspruchsvollen Kilometer eröffneten wunderbare Aussichten und wie bei allen Läufen der Laufserie gab es auch hier für die Teilnehmenden eine kleine Überraschung am Ende.

Beim Start zum dritten Lauf zeigte sich, dass sich unsere gute Idee immer mehr herumgesprochen hat. Nun waren zu unserer Freude noch einige weitere neue Gesichter mit dabei, als wir am Mittwoch, 17. Juli, um 21 Uhr zu unserem nächsten Highlight starteten: Der „Nachtlauf im Mondschein entlang des 4-Burgen-Wegs“, ca. 9 km zum Heidschloss, zum Max-Eyth-Steg, in die Weinberge, vorbei am Palmschen Schloss und der Veitskapelle und über die Staustufe. Es war ein sehr schönes Erlebnis mit einer besonderen Stimmung und aus Sicht der Teilnehmenden definitiv wiederholenswert.

Am Samstag, 14. September, folgte zunächst noch der vierte und für dieses Jahr damit letzte Lauf, der uns „Auf den Spuren der Familie Schiller und des Professor Fritz von Graevenitz“ elf informative und aussichtsreiche Kilometer geboten hat.

Fast zeitgleich erfuhren wir zu unserer großen Freude, dass der WLV unsere neue Idee des Laufens ausgezeichnet hat:

Wir gehören zu den Preisträgern der WLV-Innovationsprämie und haben den 2. Platz errungen. Der WLV zeichnet mit dieser Prämie Projekte und Veranstaltungen aus, die attraktiv, zeitgemäß und zukunftsweisend sind.

Mit der feierlichen Übergabe der Innovationsprämie am 12. Oktober endete unsere Erlebnislaufserie 2019.

Der Preis wurde, bei einem erweiterten Läuferfrühstück, von Eberhard Mauser dem Leiter Fachausschuss Freizeit-, Lauf- und Gesundheitssport im Württembergischen Leichtathletik-Verband mit einem Scheck über einen dreistelligen Betrag übergeben. Mit großer Freude konnten wir zur Übergabe des Preises auch die Feuerbacher Bezirksvorsteherin Andrea Klöber begrüßen.

Wir möchten allen Helfern, den Organisatoren und unseren Streckenguides: Dani, Regine, Susi, Uli und Ute unseren herzlichen Dank für ihre tolle Arbeit aussprechen. Wir werden sicher auch im nächsten Jahr Erlebnisläufe als Einzelevents anbieten und darauf freuen wir uns schon.

Jana Bergemann und Jutta Marder

Paceteam – Geschehnisse von Sommer bis Herbst

Im Sommer gab es eine richtungsweisende Neuheit in den Reihen des Paceteams. Wir veranstalteten von Ende Mai bis Ende Juli am Freitag ein Mittelstrecken-Training. Es gab mehrere Anlässe dies zu probieren.

Christoph Hillebrand hatte sich dazu entschlossen, eine Trainerlizenz im Bereich Leichtathletik zu erwerben und Daniel Burkhardt sagte der Langstrecke ade und wird sich nun der Mittelstrecke widmen. Das sind Strecken von 800 m bis 3000 m. Hier ließ der Erfolg nicht lange auf sich warten und Daniel schaffte eine respektable 2:03 auf die 800 m.

Auch für manche noch jung Gebliebene war es ein Signal, auch einmal etwas für die Grundschnelligkeit und die Kraft zu tun. Da wir am Dienstag auch mit der Leichtathletik der Sportvereinigung auf der Bahn sind, entpuppte sich unser Daniel zum schnellsten Läufer auf der Bahn und für den TFF ist dies sicherlich eine Bereicherung. So fanden sich freitags 5 - 10 Sportler, die dann auch zu verschiedenen Bahnwettkämpfen gingen.

Christoph Hillebrand beim Quali auf Zugspitze

Eine weitere Erneuerung im Paceteam zeigte sich in der Teilnahme von Christoph Hillebrand in der erfolgreichen Absolvierung von Bergläufen und Trail–Wettkämpfen.
Wie der allgemeinen Presse zu entnehmen war, schaffte er die Qualifikations-Voraussetzungen für die Weltmeisterschaft in Argentinien; jedoch: Er wollte, der DLV wollte nicht.

Dies ist wieder ein etwas unrühmliches Kapitel von DLV-Entscheidungen, aber da jedoch die Kader-Empfehlungen und Nominierungen Kann-Optionen sind, muss man dies akzeptieren.

Man darf auch mal fertig sein: Daniel Burkhardt

Im Herbst gab es dann noch ein Highlight für's gesamte Paceteam. Wir nahmen in Karlsruhe an den Baden-Württembergischen Halbmarathon-Meisterschaften teil. Dies mit großem Erfolg für den TFF. Die Mannschaft der Damen holte sich die Vizemeisterschaft, Stefanie Mosler und Günther Fetz wurden Meister in der Altersklasse, Sabine Wörner-Fischer wurde Vizemeisterin. Thomas Bauer konnte noch im Berglauf glänzen und schaffte dort eine Bronze-Medaille auf nationaler Ebene.

Ich hoffe für 2020 geht es weiter so und die Aktiven wie Senioren holen sich weiterhin Medaillen auf den vorderen Plätzen landes- und bundesweit.

Michael Most

Meisterlicher TFF bei den Baden-Württembergischen Waldlaufmeisterschaften

Mitte November fanden die Baden-Württembergischen Waldlaufmeisterschaften in Neuhengstett statt. Die Frauen und Männer zeigten nochmals mannschaftliche Geschlossenheit und holten folgende Platzierungen: Männer M60 erreichten den 4. Platz mit Walter Geib, Ulrich Kirn, Felix Endres.

Die Frauen in der Hauptklasse holten den Mannschaftssieg bei starker Konkurrenz. Am Start waren Cathy Malloy, Anja Maurer und Stephanie Mosler. Hierbei wurde Cathy Malloy sogar Vizemeisterin.

Die Männer der Hauptklasse kamen auf Platz 2 mit Fabian Schnekenburger, Christoph Hillebrand und Lucas Weithoff.

Günter Fetz behauptete sich bei starker Konkurrenz auf dem 4. Gesamtrang.

Michael Most

Schnelle Zeiten auf schneller Strecke
DM Halbmarathon Freiburg

Am 7.4.19 zeigte das Paceteam einmal, was es kann. Bei der Deutschen Meisterschaft im Halbmarathon gab es im sonnenverwöhntem Freiburg bei regennasser Straße wieder einmal gute Zeiten. Die im voraus unkenden Weicheiromantiker lagen alle falsch. Das Mannschaftsergebnis war toll, die einzelnen Zeiten waren toll.

Hier genau: Die Frauenmannschaft kam mit Magot/Mangold/Wörner-Fischer auf den 6. Rang in der Deutschen Meisterschaft. Fast alle drei Frauen liefen persönliche Bestzeit oder ganz nahe dran.

Die Männer kamen auf den 13. Rang gesamt (von 186 Mannschaften). Ein Ergebnis, was sich sehen lassen kann, verantwortlich dafür waren Schnekenburger/Hillebrand/Böpple.
Fabian Schnekenburger lief die schnellste Zeit seines Lebens 1:11:04 und erreichte sogar den Titel Vizemeister in der M 35.

Platz	Stn	Name	Verein	Netto
32	7432	Schnekenburger, Fabian	TF Feuerbach	01:11:04
68	4920	Hillebrand, Christoph	TF Feuerbach	01:14:39
112	4894	Böpple, Martin	TF Feuerbach	01:18:59
24	5580	Doucet, Margot	TF Feuerbach	01:23:41
43	4858	Mangold, Saskia	TF Feuerbach	01:26:58
104	5255	Wörner-Fischer, Sine	TF Feuerbach	01:41:32

Michael Most

Am 14. Mai hatte „die Wiese“ Besuch von vier Studenten der Hochschule für Medien in Stuttgart. Die jungen Leute drehten für ihr Hochschulmagazin „edit“ einen Beitrag unter dem Motto: Sportliche Betätigung von Jung und Alt in Sport und Freizeit.

Der Lauf- und Walkingtreff trifft sich regelmäßig dienstags um 18 Uhr und samstags um 16 Uhr. Bevor die einzelnen Gruppen starten erfolgt immer ein gemeinsames Aufwärmen, was von den Studenten teilweise mit einer über uns schwebenden Drohne aufgenommen wurde. Danach wurden Interviews mit Jüngeren und Älteren geführt und eine Laufgruppe beim Training begleitet.

Laufen auch im Alter und dabei auch ordentlich Strecke machen, wurde so auch der Titel des Videos. Laufen als Ausdauersport, als Herz-Kreislauftraining ist unabhängig vom Alter möglich und ist für manch „Jungen“ beim Lauftreff Ansporn, insbesondere wenn jemand Älteres am Berg vorneweg läuft.

Neben dem Laufen gibt es unser Angebot für Walking und Nordic Walking. Dies ist ein ganzheitliches präventives Training des Herz-Kreislaufsystems und der Muskulatur. Sowohl aktive Sportler mit oder ohne Walking-Erfahrung als auch ältere und untrainierte Menschen finden bei uns in diesen beiden gesundheitsfördernden Bewegungsformen eine gelungene Mischung von Ausdauersport und aktiver Freizeitgestaltung.

Mit entsprechender funktioneller Kleidung ausgestattet, üben wir unseren Sport zu jeder Jahreszeit in der freien Natur aus. Das ist für viele eine wertvolle Erfahrung. Das Erlebnis in freier Natur wirkt gleichermaßen entspannend und motivierend. Bei unseren Walkingtreffs (dienstags und samstags), die zusammen mit den Joggern stattfinden, treffen sich immer zwischen 20 und 30 Laufbegeisterte. Zusätzlich findet mittwochs um 9 Uhr auch ein Walkingtreff statt.

Wer das Video der Studenten ansehen möchte, findet dieses unter deren edit magazin: Titel: Das Alter bleibt auf der Strecke

https://www.edit-magazin.de/eine-generationsuebergreifende-leidenschaft.html

Bärbel Dominick

Hamburg 2019 - Unser Frühjahrsevent ist geschafft

Am letzten Aprilwochenende machten sich 41 TFFler inklusive Begleitung auf den Weg nach Hamburg, um beim Marathon bzw. beim Halbmarathon an den Start zu gehen. Dabei hatten wir auch fünf Marathondebütanten. Es versprach spannend zu werden. Das Wetter spielte leider nicht so ganz mit – in Hamburg hatte sich zum Start das Hamburger „Schietwetter“ mit Dauerregen und kühlen Temperaturen um die 10 Grad eingenistet. Trotzdem starteten insgesamt 9 TFFler beim Halbmarathon und erreichten alle mit sehr guten Leistungen das Ziel. Als schnellster TFFler kam Alexander Wenzel mit einer Zeit von 1:40:41 ins Ziel, gefolgt von Ralf Martmann mit 1:45:15 und Steffen Loreck mit 1:48:31.

Eine Stunde später gingen auch die Marathonis und die, die es mit diesem Lauf werden wollten, auf die Strecke und auch hier kamen alle, einschließlich unserer Debütantinnen, Alina, Jana, Jelena, Kerstin und Viola, ins Ziel. Herzlichen Glückwunsch.

Als schnellster TFFler erreichte Günther Fetz vor Berit Hilsenbeck (3:46:56) und Jutta Marder (3:54:23) in einer hervorragenden Zeit von 2:54:44 das Ziel.
Aber nicht nur die Ergebnisse der Wettkämpfe, sondern auch die gemeinsamen Aktivitäten der TFFler machten das Marathonwochenende zu einem gelungenen Vereinsevent. Das Wochenende in Hamburg wurde mit einer gemeinsamen Führung in der Elphi (Elbphilharmonie) begonnen, bei der wir mit spannenden Details über den Bau informiert wurden. Das Abendessen zum Carboloading in einer Osteria mit Antipasti, Pizza, Pastagerichten und Dessert war für alle Teilnehmer ein schönes Erlebnis und lenkte ein wenig von der, bei allen spürbaren, Nervosität vor dem Lauf ab.

Aber dann, nach dem Marathon/Halbmarathon wurde richtig gefeiert. Jetzt völlig entspannt und alle mit einem Lächeln auf den Lippen ging es in unser „Stamm“-Lokal im Portugiesenviertel. Dort wird schon traditionell der Marathonsonntag der TFFler mit Grillplatten, Wein und guter Laune abgeschlossen.

Übrigens… am gleichen Wochenende starteten Regine Cunz (4:15:18) und Simone Dach (4:02:13) beim London Marathon und haben dort mit ihren tollen Zeiten den TFF vertreten.

Und nicht zu vergessen, eröffnete Ulrike Helmke die Marathonsaison in Kandel mit einer Zeit von 3:56:14 und Carmen Arroyo Valles (3:23:12), Qing Lü (3:56:04) und Gaby Schmidt (3:58:59) vertraten den TFF in den USA beim Boston Marathon unter schwierigen Wetterbedingungen bestens mit ihren Zeiten unter 4 Stunden.

Das Frühjahrsevent ist geschafft. Wir gehen in die Regeneration und freuen uns schon auf neue Ziele und Herausforderungen in der zweiten Jahreshälfte.

Jutta Marder

Waldlaufmeisterschaften am 9.11.2019 in Ötigheim

Am 9.11.2019 fanden, nach den starken Regenfällen vom Vortag, bei gutem Herbstwetter auf einer sehr schön zu laufenden, flachen Strecke im badischen Ötigheim die Baden-Württembergischen Waldlaufmeisterschaften statt. Der TFF war durch die Senioren Bernd Frodermann, Hanspeter Mangold, Walter Geib und Felix Endres vertreten.

Bei Meisterschaften ist es üblich, dass mehrere Altersklassen gemeinsam laufen, aber in Abhängigkeit von der Altersklasse gibt es verschiedene Wertungen. In unserem Lauf waren die Klassen M50 - M80 mit insgesamt 86 Meldungen am Start. Es war der von der Teilnehmerzahl her am stärksten besetzte Lauf.

Aufgrund der Voranmeldungen war unser Ziel, in der Mannschaftswertung nicht die rote Laterne zu tragen und in der Einzelwertung war Platz 20 im Bereich des Möglichen.

In der Mannschaftswertung konnten wir den 7. Platz der Klasse M60-M80, bei 9 gewerteten Mannschaften, erreichen. In der Einzelwertung der M60 erzielten wir folgende Resultate: Bernd Frodermann (Platz 18), Hanspeter Mangold (Platz 22), Walter Geib (Platz 20) und Felix Endres (Platz 21).

Mit den Baden-Württembergischen Waldlaufmeisterschaften ist die Meisterschaftssaison 2019 abgeschlossen.

Auf ein neues Meisterschaftsjahr 2020, mit einigen Aufsteigern in die nächste Seniorenklasse M65 und vielleicht auch weiteren Teilnehmern aus dem Ü60+-Bereich freuen wir uns schon heute.

Walter Geib

10 % Nachlaß für TFF-Mitglieder

TF Feuerbach Bestenliste 2019

Die 8-10 Schnellsten und Altersklassenbesten

	3000 m Bahn	
00:11:09	Saskia Mangold	Köngen
	7 km Stuttgart-Lauf	
00:34:23	Berit Hilsenbeck	Stuttgart
	10 km Straße	
00:40:00	Saskia Mangold	Rheinzabern
00:40:53	Catherine Malloy	Trochtelfingen
00:41:28	Mazzocca, Laura	Hockenheim-Ring
00:41:42	Stephanie Mosler	Gerlingen Solitudelauf
00:44:31	Alexandra Hellenthal	Stuttgart-Feuerbach
00:47:17	Sabine Wörner-Fischer	Schwäbisch Gmünd
00:48:41	Petra Hugel	Gerlingen Solitudelauf
00:49:00	Judith Jurisch	Schwäbisch Gmünd
00:50:07	Quing Lü	Stuttgart-Feuerbach
	Halbmarathon	
01:23:41	Margot Doucet	Freiburg
01:26:58	Saskia Mangold	Freiburg
01.26:29	Anja Schnekenburger	Karlsruhe
01:29:33	Stephanie Mosler	Karlsruhe
01:41:32	Sabine Wörner-Fischer	Freiburg
01:45:39	Berit Hilsenbeck	Freiburg
01:48:15	Ulrike Helmke	Freiburg
01:50:01	Marion Krecek	Kandel
01:50:18	Jutta Marder	Freiburg
01:50:22	Sonja Rehm	Stuttgart
02:06:00	Doris Boyken	Hamburg
	Marathon	
02:59:49	Saskia Mangold	Chicago
03:23:12	Carmen Arroyo Valles	Boston
03:43:17	Ulrike Helmke	Frankfurt
03:46:56	Berit Hilsenbeck	Hamburg
03:47:02	Müge Contoes	Mannheim
03:54:23	Jutta Marder	Hamburg
03:56:04	Qing Lü	Boston
03:58:59	Gabriele Schmidt	Boston
04:18:09	Regine Kunz	London
05:34:05	Sacher Grace	Stuttgart
	800 m Bahn	
00:02:03	Daniel Burkhardt	Stuttgart Festwiese
	1500 m Bahn	
00:04:13	Daniel Burkhardt	Riederich
	3000 m Bahn	
00:09:13	Daniel Burkhardt	Flein
00:10:01	Lucas Weithoff	Calw
00:10:52	Günther Fetz	Waiblingen

	Ba-Wü Crosslaufmeisterschaften 3,1 km	
00:13:09	Walter Geib	Stockach, Baden
	5000 m Bahn	
00:21:08	Walter Geib	Helmsheim
	5 km Straße	
00:19:32	Marcel Mittrach	Remstal-Lauf Winterbach
	DM Cross 5,1 km	
00:24:10	Walter Geib	Ingolstadt Hindenburg Park
	Crosslauf 6450 Meter	
00:22:01	Christoph Hillebrand	1. Lauf Fleiner Cross-Serie
00:27:20	Walter Geib	Flein landesoffener Crosslauf
	Berglauf 9,3 km	
00:47:14	Thomas Bauer	Beurener Hohenneuffen-Berglauf
	10 km Straße	
00:33:30	Christoph Hillebrand	Hockenheim-Ring
00:35:36	Lucas Weithoff	Hesselauf Calw
00:36:33	Martin Böpple	Warmbronn Waldmeisterlauf
00:36:45	Arne Josten	Hesselauf Calw
00:36:49	Christian Hugel	Hesselauf Calw
00:36:59	Robert Barth	Hockenheim-Ring
00:37:05	Günther Fetz	Hesselauf Calw
00:37:12	Brito Vieira	Kiebingen
00:38:31	Walle Assmann	Kiebingen
	Halbmarathon	
01:11:04	Fabian Schnekenburger	Freiburg
01:14:39	Christoph Hillebrand	Freiburg
01:18:59	Martin Böpple	Freiburg
01:20:24	Arne Josten	Freiburg
01:22:03	Günther Fetz	Freiburg
01:22:49	Servos Nikolaos	Karlsruhe
01:24:31	Walle Assmann	Schwäbisch Gmünd
01:31:56	Jan Fischer	Tübingen
01:32:10	Walter Geib	Freiburg
01:32:22	Sylvain Capart	Gerlingen
01:52:46	Hubert Lausegger	Wörthersee
01:58:18	Ulrich Kirn	Stuttgart
	Marathon	
02:54:44	Günther Fetz	Hamburg
03:10:22	Christoph Hillebrand	Montafon Arlberg
03:21:06	Andreas Gauch	Mannheim
03:22:09	Oliver Krecek	Bienwald Kandel
03:30:48	Sebastian Illig	Athen
03:57:56	Hans-Reiner De Boer	Berlin
04:00:51	Hans-Peter Fuger	Berlin
04:07:35	Hubert Lausegger	Salzburg
04:09:34	Bernd Peter	Hamburg
04:14:16	Ulrich Kirn	Palermo
04:48:47	Josef Steimle	Hamburg
05:00:48	Lutz Krüger	Hamburg

Erstellung der Bestenliste: Martin Böpple, Berit Hilsenbeck, Walter Geib

Vorstellung der neuen Sportbereichsleitung

Liebe Vereinsmitglieder,

zuerst möchte ich mich kurz vorstellen: Mein Name ist Margit Hackspacher; ich bin seit Anfang des Jahres 2019 für den Sportbereich Radtreff zuständig.

Ende letzten Jahres wurde ich angesprochen, ob ich mir vorstellen könnte, die Nachfolge von Anja Zimmermann zu übernehmen. Da ich seit einigen Jahren im Ruhestand und dem Lauf- und Radsport sehr verbunden bin, habe ich zugesagt. Seit 1997 bin ich Mitglied beim TF Feuerbach. Im Dezember 2018 wurde ich dann von den Übungsleitern zur Bereichsleiterin des Radtreffs TF Feuerbach gewählt.

Ich freue mich über diese neue Aufgabe und die Zusammenarbeit mit euch allen.

Margit Hackspacher

Rückblick: Wie war die Sommerradsaison 2019?

Anfang des Jahres haben wir uns viele Gedanken gemacht, wie wir den Radtreff attraktiver gestalten und neue Mitglieder gewinnen können. Ein neuer Flyer wurde entworfen und in Betrieben, Geschäften sowie der AOK ausgelegt. Unsere Ausfahrten haben wir in verschiedenen Print- und Onlinemedien veröffentlicht und zusätzlich auch die anderen Sportbereiche über den TFF-Newsletter zum Mitfahren eingeladen. Auch beim Höflesmarkt in Feuerbach waren wir vertreten und konnten zahlreiche interessante Gespräche führen.

Leider hat uns das Wetter einen Strich durch die Rechnung gemacht: Im April und teilweise im Mai war es zu kalt und regnerisch. Dafür war es im Juli zu heiß.

Präsentation auf dem Höflesmarkt 2019

Unsere attraktiven Tages- und Mehrtagestouren wurden gut angenommen. Wir hatten sehr anspruchsvolle Touren, wie die Albtrauf-Radtour mit 105 Kilometern und 1300 Höhenmeter und die monatlichen Ra-delthon-Ausfahrten von Gerhard Ruf, die Tagestour von Ray Swindall in Richtung Gechingen, Darmsheim und Maichingen mit 85 km sowie die Stromberg-Kraichtal-Tour mit Joe Hildner mit ca. 80 km. Für die Radler, die es gerne etwas gemütlicher haben wollten, gab es auch äußerst interessante Tagestouren: „Alb bequem“ 1 und 2 mit Heike Scherer und den Remstal-Radweg mit Manfred Kubitz. Eine mehrtägige Tour ums Nördlinger Ries wurde von Werner Moll und Horst Hoffmann angeboten, ein Rad-Wochenende um Bundenthal/Pfalz von Michael Most und Ernst Halter sowie eine 3-Tagesausfahrt ins Neckartal nach Hessigheim von Werner Moll.

Natürlich haben wir auch unsere wöchentlichen Radtreffs regelmäßig abgehalten. So entwickelte sich der Ganzjahresradtreff am Montagnachmittag sehr gut. Er wird insbesondere von den nicht mehr Berufstätigen gerne angenommen. Der Besuch des Sommerradtreffs am Mittwochabend, der auch für Berufstätige sehr interessant ist, war etwas durchwachsen. Leider hat unsere intensive Werbung nicht den erhofften Erfolg gebracht. Deshalb denken wir über eine nachfragegerechte Anpassung der Leistungsgruppen nach.

Zusammenfassend können wir auf einen durchwegs gelungenen Radsommer mit vielen schönen Ausfahrten zurückblicken. Großer Dank sei auch unseren Übungsleitern für die Planung und Durchführung der Ein-

und Mehrtagestouren sowie für die Gruppenleitung bei den wöchentlichen Ausfahrten ausgesprochen. Ohne deren ehrenamtliche Tätigkeit und intensiven zeitlichen Einsatz könnte der Radtreff nicht existieren.

Vielleicht haben wir den einen oder anderen aufmerksam und neugierig gemacht? Und für das kommende Jahr haben wir uns auch schon einige neue Angebote ausgedacht. Lasst euch überraschen! Wir freuen uns schon auf nächstes Jahr und hoffen auf eine zahlreiche Teilnahme. Wenn ihr Wünsche, Fragen und Anregungen habt, könnt ihr uns gerne ansprechen. Vielleicht habt ihr Freunde und Bekannte, die gerne Radfahren? Wir freuen uns über jede neue Mitfahrerin und jeden neuen Mitfahrer.

Margit Hackspacher
Ernst Halter

PS: Wir laden alle Unentwegten, die in den Wintermonaten nicht auf das Radeln verzichten wollen, zu unserem Ganzjahresradtreff am Montagnachmittag, 13:30 Uhr, ein. Treffpunkt ist der obere Parkplatz des Wilhelm-Braun-Sportparks in Feuerbach in Richtung Abenteuerspielplatz. Wir fahren - fast - bei jedem Wetter.

Start in die Sommersaison 2019

Ausfahrt Bundenthal vom 24.5. bis 26. Mai 2019

Das malerisch im Pfälzer Wald gelegene „Bundenthal“ war Station für eine sehr gelungene Wochenendausfahrt. Bei besten Radwetter sind wir - vier ältere Herren - von Freitag bis Sonntag schöne Touren im interessanten Gelände auf verkehrsarmen oder autofreien Straßen und Wegen gefahren. Der Pfälzer Wald ist zwar etwas gebirgig. Aber die bis zu 10 km langen Aufstiege konnte man gut erklimmen, auch ohne E-Bike. Belohnt wurde man durch schöne Waldlandschaften, blühende Ginsterfelder und tolle Aussichten. Abends war gepflegte Gastlichkeit mit leicht französischem Einschlag angesagt. Alles in allem ein sehr erholsames aber auch aktives Wochenende.

An Michael Most nochmals herzlichen Dank für die gute Organisation. Die familiär geführte Pension war ausgezeichnet. Für die beabsichtigte und anstrebenswerte Wiederholung im nächsten Jahr besteht aber leider das Problem, dass die Herbergsleute altershalber ihre Pension geschlossen haben. Michael will sich um eine neue Dependance bemühen.

Ernst Halter

Radtour Nördlinger Ries vom 16. bis 20. Juni 2019

Unser Ziel: Das Nördlinger Ries, ein vor 15 Millionen Jahren durch einen Meteoriteneinschlag entstandenen Krater mit einem Durchmesser von etwa 25 km und bis auf die Randberge weitgehendst flach.

Unsere Gruppe: 21 Radfahrer, meist im Rentenalter und nur noch 4 mit Fahrrädern ohne Motor.

Die Unterkunft: Das Hotel JUFA in Nördlingen direkt an der Stadtmauer am Lopsinger Tor.

Die Radtouren:

16. Juni Anreisetag nachmittags: Geologietour 26 km

Es geht Richtung Wallerstein, zuerst auf schönen ebenen Feldwegen, aber dann beginnt der Geologiepfad. Da es in der Nacht geregnet hat ist der Weg zum ‚Impaktgestein Wengenhausen' nass und schlammig. An der senkrechten Felswand kann man die Gesteine des Meteoriteneinschlages erkennen. Wie verzichten auf einen weiteren Gesteinsaufschluss und suchen den schnellsten Weg, um wieder auf festen Boden zu kommen. Einige Räder drehen sich nicht mehr, da dicker Lehm zwischen Reifen und Schutzblech steckt. Nach dieser Offroad-Tour fahren wir weiter nach Wallenstein und dort hinauf auf den 70 m hohen Wallen-

steiner Felsen. Von oben haben wir einen wunderbaren Rundblick über das Ries, aber die Brauereigaststätte ist leider geschlossen. Dann geht es zurück nach Nördlingen.

Jetzt ist noch Zeit für einen Spaziergang in die Stadt, oder einer Runde auf der vollständig begehbaren Stadtmauer.

17. Juni: Von Krater zu Krater 60 km

Wir fahren bei kühlem Nebel los, aber bald kommt die Sonne heraus. Wir fahren über Deiningen, Alerheim nach Wemding. Dort machen wir einen kurzen Rundgang um den Markplatz und bewundern die mittelalterlichen Häuser und die prächtigen Fuchsien. Wemding nennt man auch die Fuchsienstadt. Am Stadtrand besuchen wir die bekannte Wallfahrtskirche Maria Brünnlein, außen eher schlicht, aber innen mit prächtigem Rokokodekor und viel Gold. Hinter dem Altar kommt noch immer das Quellwasser aus dem Boden. Wir fahren weiter nach Öttingen und halten in der historischen Altstadt. Hier staunen wir über die vielen Störche, die auf den Dächern ihren Nachwuchs versorgen. In einer Pizzeria machen wir Mittagspause. Danach geht es wieder Richtung Nördlingen.

Vor dem Abendessen kommt eine Stadtführerin und zeigt uns zu Fuß die schönsten Stellen in Nördlingen und erzählt von seiner Geschichte.

18. Juni: Genieß das Ries: 32 km
oder Nördlingen – Donauwörth (für Pedelec): 70 km

Heute fahren wir in 2 Gruppen. Die Genießer fahren nach Süden durch den Ort Holheim zu den Randbergen des Rieses. In einem Tal besichtigen wir die Grundmauern eines römischen Gutshofes aus dem 1. Jhd.,

wir verzichten aber auf den Aufstieg zu Fuß zu den beiden Ofnethöhlen, in denen man Schädel aus der Steinzeit gefunden hat. Mit einigen kurzen Steigungen fahren wir an den Randbergen entlang bis zur Ruine Niederhaus, einer ehemaligen Stauferburg. Der Turm und die hohen Mauern liegen sehr schön auf einem Bergrücken. Eine Staufersäule erzählt dort die Geschichte des letzten Staufers Konradin. Danach geht es wieder bergab. Im Wald bei Hohenaltheim finden wir den ‚Ursprung', eine idyllische Quelle mit einer Statue der Quellgöttin. Es wird Zeit für die Mittagspause, der Tipp einer netten Dorfbewohnerin bringt uns zu dem Badeweiher Niederaltheim. In dem kleinen Kiosk gibt es Pizzas und viele andere Gerichte, leider haben wir keine Badesachen dabei, der kleine See dort lockt zum Schwimmen. Dann fahren wir wieder nach Nördlingen. Den letzten Halt machen wir am Schloss Reimlingen, in dem jetzt das Rathaus ist. Da wir früh in Nördlingen zurück sind, gehen wir in das nette Cafe Kasmar, direkt an der Stadtmauer und lassen uns den Kuchen schmecken.

Pedelec-Tour:
Sie verlassen das Ries Richtung Südosten und fahren bis Harburg. Dann folgen sie der Wörnitz bis Donauwörth. Eine kurze Strecke geht es an der Donau entlang und dann wieder Richtung Ries. Nach Schaffhausen wird ein Ausläufer der Schwäbischen Alb überquert, was für die Pedelecs kein Problem ist, dann geht es über Reimlingen zurück nach Nördlingen.

19. Juni: Schloß Baldern – Bopfingen: 47 km

Wir fahren nach Nordwesten durch die kleinen Dörfer Baldingen, Kirchheim, Unterschneidheim und erreichen wieder die Randberge des Rieses. Schloss Baldern ist schon deutlich zu sehen, aber dann geht es lange bergab und dann steil hinauf zum Schloss, alle stromlosen Radler schieben schwitzend ihr Rad. Zuletzt gehen wir durch den Park hinauf zum Schloss. Im Innenhof erholen wir uns in einem Cafe. Leider kann man das Schloss nur mit Führung besichtigen und das dauert zu lange. Danach fahren wir lange bergab nach Bopfingen. Als wir uns dort in einer netten Gartenwirtschaft niederlassen wollen, regnet es aus einer Gewitterwolke und wir flüchten ins Haus, doch als wir mit dem Mittagessen fertig sind, scheint wieder die Sonne. Wir fahren an der schmalen Eger entlang bis Trochtelfingen und sind bald wieder in Nördlingen. Jetzt ist noch genügend Zeit, um durch Nördlingen zu bummeln, den Kirchturm Daniel (90m) zu besteigen und Einkäufe zu machen.

20. Juni Abreisetag

Wolken und Regen, wir hatten wirklich Glück mit dem Wetter.

Wir danken Horst Hoffmann und Werner Moll für Organisation, Tourenplanung und Leitung.

Uschi und Werner Moll

Stromberg-Kraichtaltour am 21.9.2019

Mit 7 Teilnehmern ging es um 9:00 Uhr vom TFF-Treff los. Strahlender Sonnenschein und ideale Radfahrtemperaturen machten gleich gute Laune.

Über Ditzingen-Heimerdingen ging es ins Strudelbachtal via Eberdingen-Enzweihingen nach Vaihingen (Enz). Wir bewunderten vom Enztal die in strahlender Sonne über uns thronende schöne Burganlage des Städtchens. Weiter ging es durch ein kleines Tal am Bahnhof Vaihingen entlang nach Illingen. Der Radweg führt uns von dort durch den Wald an idyllischen Weihern entlang nach Schützingen, wo sonnenleuchtend die schöne Weinberglandschaft des Stromberges vor uns lag.

Weiter durch die Waldlandschaft erreichten wir das Weinörtchen Diefenbach mit seinen schönen Fachwerkhäusern. Nach leichtem Anstieg waren wir in Sternenfels. Der Kraichbach beginnt dort seinen Lauf. Die Pause im gemütlichen Cafe dort musste leider entfallen, weil wegen der Reservierung unserer Gaststätte ein wenig Zeitdruck war.

Nun ging es abwärts ins Kraichtal, nach Oberderdingen-Flehinen-Gochsheim-Münzesheim zu unserem Ziel Unteröwisheim. Dort lebt ein einbeiniger Storch im Schlossnest.

So klein diese malerischen Orte an unserem Weg entlang sind, lohnt sich ein Besuch, da viele einen alten Kern haben, der meist mit einer Burg oder Schloss geschmückt ist.

Im Kannenbesen in Unteröwisheim war dann unsere Einkehr. Bei gutem Kraichtalwein und Essen erholten wir uns vom Radeln. Danach saßen wir noch gemütlich bei meiner lieben Verwandtschaft zuhause bei einem Umtrunk im Ort.

Die letzten 8 km zum Bahnhof Bruchsal waren leicht bewältigt und unser Zug war pünktlich. Um 18:00 Uhr waren wir dann ausgeruht wieder in Feuerbach.

Jo Hildner

Radel-Thon

Auch in diesem Jahr wurde der TFF Radel-Thon wieder 6 mal angeboten. Wir bieten diese Tour nun schon im 8. Jahr an und die Tour erfreut sich großer Beliebtheit. Ich selbst konnte nur 3 Termine wahrnehmen, aber erfahrene Kollegen haben die 3 anderen Termine übernommen.

Der TFF Radel-Thon wurde je nach Wetterlage sehr gut oder auch weniger gut angenommen. Am 27. Mai hatten wir 15 Teilnehmer. Davon 3 Gäste aus Nördlingen, die extra hierzu frühmorgens angereist waren.

Der letzte Termin im September wurde wegen schlechter Wetteraussichten um eine Woche verschoben.

Regelmäßig wird die Tour gegen den Uhrzeigersinn gefahren. Wegen des lang anhaltenden Regens am Samstag und Sonntag zuvor wurde die letzte Ausfahrt dann zum Saisonschluss im Uhrzeigersinn gefahren.

Wir planen im nächsten Jahr den TFF Radel-Thon erneut anzubieten und freuen uns immer auch über neue Teilnehmer.

Gerhard Ruf

Goldener Herbst für unsere Turnerinnen

Der erste Mannschaftswettkampf mit Pflichtprogramm am 19. Oktober in Weil im Schönbuch hat unseren Mädchen viel Freude und Spaß gebracht. Schon in der letzten Ferienwoche haben die Turnerinnen des TFF fleißig mit den Vorbereitungen angefangen. Eigentlich sind die Türen der Sporthallen in den Ferien und in der ersten Schulwoche für Vereine geschlossen. Dann muss überlegt werden, wo können wir trainieren. Dank Schulverwaltung und Schulleitung können wir aber in den Ferien Schulturnhallen nutzen. Danke an die Schulverwaltung, welche uns vorbildlich unterstützt.

Gleich mit fünf Mannschaften trat der TFF im Weil in Schönbuch an. Alle drei Mannschaften im 1. Durchgang haben den 1. Platz erreicht. Es war schön, in strahlende Kinderaugen zu sehen:

10/11 Jahre: Pauline Schwarz, Helena Rattka, Lilly Foht, Wanda Wassum und Rosa Weigele.

10/11 Jahre: Evelyn Dieser, Anna Schneele, Julia Schwarz, Lada Foht, Leilani Benzing und Emma Kilgus.

12/13 Jahre: Magdalena Ollomo, Sea Benzing, Mara Friedrich und Valerie Poulenko.

Im 2. Durchgang haben die 8/9 jährigen Turnerinnen Letizia Krieg, Lea Rujner und Lina Brodbeck den 2. Platz erreicht. Und Lena Chen, Vanessa Gratza, Friederike Hoyer, Lina Loepthien und Sophia Walz standen auf dem dritten Platz.

Bezirksfinale Mannschaftswettkampf LK2 in Holzgerlingen

Dieser Mannschaftswettkampf mit Kürprogramm ist Bestandteil des STB-Kernprogramms Wettkampfsport und sehr anspruchsvoll. Am Wettkampftag treten maximal 8 Turnerinnen in einer Mannschaft an. An jedem Gerät können maximal 5 Sportlerinnen turnen. Die 3 besten Wertungen pro Gerät zählen dann für die Mannschaftswertung. Das bedeutet, dass Trainerin und Mannschaft am Wettkampftag sehr genau wissen müssen, welche Turnerin an welchem Gerät die beste Leistung präsentieren kann.

Am Sonntag, dem 20. Oktober, hat unser Team, bestehend aus Alissa Maragos, Fabiola Kraus, Vanessa Rudolph, Elisabeth Immendörfer, Nicole Dik, Jana Albrecht, Alessa Schidel und Nicole Steisel, seinen Wettkampf am Boden angefangen. Akrobatik mit Choreografie zu passender Musik wurden sehr gut präsentiert. Am Sprung und Barren gab es die ersten Unsicherheiten mit ein paar kleinen Fehlern. Dann kam die Hauptsache oder Hauptschwierigkeit, der Schwebebalken! Nur 10 Zentimeter breit und sehr schwere Elemente, die geturnt werden müssen. An diesem Gerät müssen die Turnerinnen noch sehr viel mehr trainieren, bis die Übungen automatisch ablaufen. Die Mädels haben ihre Übungen geschafft, waren aber nicht in ihrer Tagesbestform. So kam es auch hier zu einigen Fehlern. Alles zusammen führte dazu, dass die zwei Mannschaften aus der Landesliga (Spaichingen und Leonberg) vor unseren Turnerinnen lagen. Eine Überraschung war die Mannschaft aus Leinfelden, die auf dem 3. Platz landete. Die TFF-Turnerinnen kamen aber trotzdem auf einen mehr als respektablen 4. Platz.

Bezirksfinale in Ingersheim am 9. November 2019 - 1 x Mannschaftsgold für den TF Feuerbach

Beweglichkeit, Kraft, Körperbeherrschung und eine gehörige Portion Mut sind wichtige Merkmale der faszinierenden Sportart Gerätturnen. Eine Sportart, die Kunst und Leistung in Perfektion verbindet.

An diesem Wettkampftag wollten die 2 verbliebenen Mannschaften des TF Feuerbach in Ingersheim ihren Spitzenplatz, respektive die Tabellenführung verteidigen. Die Mannschaft der 8/9 jährigen hatte aber an diesem Samstag vor allem Probleme am Sprung zu verkraften und wurde trotz aller Schwierigkeiten mit 164,65 Punkten Achter. Die besten Punkte hat dabei Sophia Walz an allen vier Geräten in die Wertung mit eingebracht.

In der Altersklasse 10/11 Jahre verteidigte der TFF seinen 1. Tabellenplatz mit 176,30 Punkten in der Endabrechnung. Mit einer Goldmedaille und jeder Menge Freude fuhren Pauline Schwarz, Lilly Foht, Helena Rattka, Wanda Wassum und Rosa Weigele nach Hause. In zwei Wochen haben sie am Landesfinale in Niederstetten wieder eine realistische Chance Landessieger zu werden. Wir drücken ganz fest die Daumen.

Toller Jahresabschluss im Landesfinale der Mannschaften

Das Finale fand diesmal am 23.11.2019 in Nordost-Württemberg in Niederstetten statt. Weite Anreise, tolle Stimmung und dazu eine Trainerin, die an diesem Tage Geburtstag hatte. Die Turnerinnen waren sehr motiviert und wollten zeigen, was sie drauf haben. Schon vor dem Wettkampf sagten sie, dass heute ihr Ziel der Sieg sei.

Und im Wettkampf war das zu spüren. Sie gaben alles und jede Menge Herzblut. An allen Geräten wurde die maximale Leistung abgerufen. Den Turneinnen war anzusehen, dass sie konzentriert, aber auch mit Spass bei den Übungen waren. Alles insgesamt eine runde Sache. Die Konkurrenz aus ganz Württemberg, unter anderem Balingen und Spaichingen, war ebenfalls stark und gut vorbereitet. So wurde es ein wirklich spannendes Finale.

Und der Mühe Lohn war ein **sehr guter 2. Platz**! Ein Geschenk für die Turnerinnen und deren Trainerin. Zusammen mit den mit gereisten Eltern strahlten alle um die Wette. Ein schöner Ausklang der Saison.

oben v.l.: Rosa Weigele, Helena Rattka, Lilly Foht
unten v.l.: Pauline Schwarz, Nina Budke, Wanda Wassum

Alle Beiträge aus dem Bereich „Turnen“: Karl Barazutti

Erfolgreiche Weltmeisterschaft 2019 für Peter und Dr. Karin Vester in Lausanne

Aufgrund unserer Siege bei der Sprint-DM aus dem Jahr 2018 wurden Karin und ich für die Altersklassen Sprint - WM in Lausanne am 31.08.2019 von der Deutschen Triathlon Union nominiert.

Für uns war das neben der EM 2017 die größtmögliche sportliche Herausforderung, die wir gerne annahmen, zumal der Wettkampf mit Windschattenfreigabe erfolgen sollte.

Nachdem wir uns im April auf der endgültigen Startliste wiederfanden stiegen wir in die direkte Wettkampfvorbereitung ein. Konkret bedeutete das vor allem Schwerpunkte zu setzen auf die Disziplinen Schwimmen und Laufen. Beim Radfahren war uns klar, dass dies am Wettkampftag keine wesentliche Rolle spielen sollte.

Hilfe bekamen wir in dieser Zeit gelegentlich von unserem Sohn Ben, der uns als reiner Wettkampfschwimmer regelmäßig vorführte wie es gehen könnte.

In den letzten Wochen vor der WM wurde uns das Ausmaß der ganzen Veranstaltung erst richtig bewusst. Insgesamt sollten an 4 Tagen die Weltmeisterschaften für die Junioren, die U23, die Age Grouper (Karin und ich), sowie für die Elite stattfinden. Insgesamt sollten hierbei 4000 Athleten aus mehr als 100 Ländern zusammenkommen. Zahlenmäßig am häufigsten vertreten waren die USA (600 Teilnehmer), Australien (300), Mexico (300), Neuseeland (200) und der Gastgeber Schweiz (ca. 200). Jedes Land hatte seine eigenen, nationalen Nominierungskriterien angesetzt.

Am Samstag war es dann soweit. Ich begann mit meiner Altersklasse, der TM 45 den Tag. Mein Kreis aus Mitbewerbern bestand aus 143 Startern aus 27 Ländern.
Nach einem gefühlt guten Schwimmen über die 750 m, das ich leider nur auf Platz 13 beendete, ging die Hetzjagd los. Über 20 km, verteilt auf

zwei 10 km-Runden war das Ziel so weit wie möglich nach vorne zu fahren, dabei Allianzen zu bilden und so wenig Körner wie möglich für den abschließenden 5 km-Lauf zu verpulvern.

Ich kam als 4. vom Rad, wechselte schnell und ging als 2. auf die Laufstrecke. Soweit, so gut! Das Problem waren allerdings die rund 20 Athleten die in weniger als 1 min folgen sollten und mich gewaltig unter Druck setzten. Mit einem slowakischen Mitbewerber 50 m vor mir und einer Meute hinter mir sollte die Entscheidung auf einem harten und einer bergigen Laufstrecke fallen.

Letztendlich konnte ich mich noch auf den 3. Platz in einer Gesamtzeit von 1:04:27 h retten. Ich freue mich noch heute über das Resultat, weil es den Lohn für eine mehrjährige, harte Trainingsarbeit darstellt.

Rund 2 Stunde nach meinem Erfolg sollte Karin in der TW 50 folgen. Ihre Konkurrenz, bestehend aus 87 Athletinnen und 14 Nationen bestand aus zahlreichen Ex-Profis. Michelle Jones (2. Platz Olympische Spiele 2000), sowie Brigitte McMahon (Olympiasiegerin 2004) waren nur 2 der namhaften Teilnehmerinnen.

Platz 6 stand nach dem Schwimmen zu Buche, was einer faustdicken Überraschung gleichkam. Nur knapp verpasste meine Frau nach dem Wechsel auf dem Rad die 1. Verfolgergruppe. Mit ca. 30 sec. Rückstand paktierte sie mit der späteren britischen Weltmeisterin Emma Fisher, sowie einer anderen deutschen Athletin, damit der Rückstand gering blieb.

Mit diesem Rückstand ging es dann auch auf die Laufstrecke, wo in veranstaltungsgerechtem Tempo die Platzierungen ausgelaufen werden sollten. Am Ende sprangen für die Olympioniken die Plätze 2 und 5 heraus, während Karin sich über Platz 10 in 1:14:23 h freuen durfte.

Zusammenfassend lässt sich sagen, das die Atmosphäre bei einer Triathlon-Weltmeisterschaft einmalig ist. Die tagelange Gänsehaut, der multikulturelle Austausch und die Qualität der Athleten und des Veranstalters sind faszinierend und ziehen jeden Athleten in ihren Bann. Der erste Marathon eines Lebens nach mehrmonatiger Vorbereitungszeit beschreibt das Gefühl, denke ich, noch am ehesten.

Peter Vester

Mein erster Ironman

Unsere Tochter Marion und unser Schwiegersohn Oli (Redaktion: Oliver und Marion Krecek) machten sich am 2.11.2019 in Florida auf den Weg, um die 3,8 km zu schwimmen, 180 km zu radeln und anschließend einen Marathon zu laufen (42,195 km). Sie kamen nach einer Zeit von Oli 10.37 h und Marion 14,03 h ins Ziel und hatten somit beide den IRONMAN mit Erfolg geschafft. Für Marion war es der erste Ironman, für Oli der zweite. Er hatte bereits im Juni 2019 in Zürich seinen ersten Ironman geschafft.

Durch unsere Mails bekommt ihr Einblick was Ironman bedeutet.

Hallo Ironman-woman,

geschafft, toll was du geleistet hast! dreimal kräftig hoch hoch hoch!!! Wir kommen fast um vor Stolz. Es ist einfach unglaublich! Du hast sicher manch inneren Schweinehund überwinden müssen. Aber dein eisernes Training wurde heute belohnt. Jetzt musst du nur noch deine Medaille abholen und dann darfst du die Beine hochlegen und deinen Florida-Urlaub genießen.

Wie heißt es so schön n a c h d e m L a u f , i s t v o r d e m L a u f. Hoffentlich nicht! Dein Vater und ich sind hundemüde, obwohl wir nur deine Wundertat verfolgt haben. Ich hoffe nur, dass dein Runnershigh nicht so hoch ist, dass du schon auf den nächsten Ironman schielst. Das Gebibbere hielten meine Nerven nicht durch, auch meine Daumen wurden kräftig strapaziert vom Drücken, obwohl ich keine Sekunde an dir gezweifelt habe. Ich wusste einfach, wenn es eine schafft dann D U !

Wir grüßen dich heute ganz besonders herzlich

Mama und Papa

Gratulation auch an Oli, der kann dich nach seiner genauso hervorragenden Leistung sicher nicht abholen.

Hallo Mama,

Danke! Auch für das lange Aufbleiben und Mitfiebern. Deine Karte (Heute ist dein Tag) hat tatsächlich Wunder bewirkt, die hab ich nämlich mitgenommen. Hätte sie mir am liebsten aufs Rad geklebt als Motivationshilfe.

Hab schon paarmal unterwegs ans Aufgeben gedacht… das Schwimmen im Meer ist eine wirklich salzige Angelegenheit, da hat man Stunden später noch was davon. Ich weiß nicht, ob es dran lag, dass mir nach 40 km Rad etwas schlecht wurde, da dachte ich das erste Mal ans Aussteigen und dann bin ich gefühlt 100 km nur gegen eisigen Gegenwind gefahren.

Ich hätte nie geglaubt, dass ich das Ziel sehe. Nach den 180 km wollte ich erst nicht mehr laufen… ich war so müde, bin aber doch los und dachte, wenigstens 1 Runde. Bin aber viel zu schnell an der Wende nach 10,5 km gewesen. Der Hinweg war so heiß, dass ich kräftig Wasser und Eis über mich geschüttet habe. Als ich umdrehte, ist mir wieder ein kalter Gegenwind entgegen gekommen.

An der HM Marke stand Oli (war da schon im Ziel) und ich wollte wieder raus, weil ich so gefroren habe. Er hat mir dann ne dünne Jacke gegeben und ich bin aber den 2. HM fast nur gewandert, wenn Gegenwind war, daher auch die schlechte Marathonzeit. Hätte ich gewusst, dass es unter 14 h reicht, hätte ich mich schon früher aufgerafft und wäre früher wieder angelaufen.

Der Zielsprecher hat dann auch die magischen Worte:

Marion you are an IRONMAN

gerufen. Das ist dann echt toll!

Heute haben wir am ganzen Körper Muskelkater. Jetzt kann der Urlaub endlich beginnen. Hab auch Hunger ohne Ende. Was die nächste Langdistanz angeht, haben wir uns tatsächlich im Juli schon zu Challenge Roth angemeldet. Im Moment kann ich mir das noch nicht vorstellen. Da ist der Druck, was die Zeit angeht auch höher, weil ich jetzt kein Rookie mehr bin.

Seid herzlich gegrüßt von den Ironmen Marion und Oli

Peter Roller und Marion Krecek

Swim & Run Echterdingen – die TFF-Triathleten ganz vorn

Bei schönem Sommerwetter nahmen TFF Triathleten am Swim&Run in Echterdingen am 30. Mai 2019 teil. Es war eine sehr gut organisierte Veranstaltung, mit kurzen Wegen zwischen Hallenbad, Wechselzone und Ziel, und mit Liveübertragung auf eine große Leinwand im Zielbereich, so dass jeder von dort das Schwimmen verfolgen konnte, die Wechsel, sowie das Geschehen auf der Laufstrecke an drei verschiedenen Stellen.

Hierbei erreichten die TFF-Athleten folgende Platzierungen:

Rang	Name	AK	AK-Platz	min:sec / gesamt
Damen				
1	Petra Hugel	40	1	24:32
7	Sophia Koenen	20	2	27:34
11	Kathrin Fritz	40	3	32:13
Herren				
6	Julius Vincent Kruse	20	5	21:06
10	Ulrich Brandenburg	30	4	23:12
21	Alexander Wenzel	50	4	27:40

Bei den Wettkämpfen der TriKids gab es einen riesigen Erfolg für Anja Hugel (Jg. 2013 / TriKids D) bei ihrem erst zweiten Swim&Run: Nach 25 Meter stieg sie als Siebte aus dem Schwimmbecken. Dann legte sie die schnellste Wechselzeit hin, ging als Dritte auf die 400 Meter lange Laufstrecke und überholte die beiden Mädchen vor ihr. Der Sieg wurde mit einem Pokal belohnt.

Ihre Schwester Tina (Jg. 2009 / TriKids B) schwamm 50 Meter, wechselte auch sehr schnell, und beendete bei starker Konkurrenz nach den 400 Metern Laufen ihren Wettkampf auf Platz 16.

ALB·GOLD

PAPIER GEWINNT. **PUNKT.**

DEUTSCHER VERPACKUNGS PREIS
NACHHALTIGKEIT
GEWINNER 2019

ALB-GOLD Nudeln im plastikfreien Papierbeutel – Gewinner des Deutschen Verpackungspreises in der Kategorie Nachhaltigkeit. Werde auch du Gewinner bei einem unserer sportlichen Events.
Mehr unter alb-gold.de/sport

Naturland
DE-ÖKO-004

Rückblick Saison 2018/2019

Die Mannschaft „Feuer frei!“ kann auf eine erfolgreiche Saison in beiden Spielrunden „Mixed 2/4 D8 Ost“ und „Mixed 3/3 C1 Nord/Ost/West“ zurückblicken. Nachdem es für uns im Bezirkspokal schon früh nicht mehr weiterging, konnten wir die so gesparten Kräfte für die Spielrunden nutzen, was sich letztendlich auch auszahlte.

Denkbar knapp stand am Ende des vierten und letzten Spieltags der Mixed 2/4-Runde der TFF auf dem zweiten Platz der Tabelle. Erst der dritte(!) Tie-Break (Punktgleichheit -> Gleiche Anzahl Siege -> Satzquotient) brachte die Entscheidung mit glücklicherem Ausgang für uns.

Ähnlich erfolgreich verlief es in der Mixed 3/3-Runde. Hier belohnten wir uns am Ende mit einem sehr guten dritten Platz.

Sommerpause

Während des langen Sommers sorgten viele Veranstaltungen dafür, dass uns nicht langweilig wurde. Auch im 40. Jubiläumsjahr des Feuerbacher Volkslaufes war die Volleyballabteilung wieder Teil des Events, indem wir wie jedes Jahr die Zielverpflegung für die erschöpften Läufer übernahmen. Mit verschiedenen Sportlergetränken, Obst, Energieregeln und (ausnahmsweise) Gummibärchen sorgten wir dafür, dass die Teilnehmer schnell wieder zu Kräften kamen.

Beim Höflesmarkt Anfang Juli waren wir ebenfalls vertreten und haben kräftig dabei mitgeholfen, die Werbetrommel für den TFF zu rühren.

Sportlich hingegen ging es dieses Jahr Mitte Juni wieder beim Solitude-Turnier in Weilimdorf ab. Mittlerweile zu unserem Pflichtprogramm gehörend, ist das Turnier ein alljährliches Highlight und macht immer wieder aufs Neue großen Spaß.

Außerdem haben wir wieder ein volleyballinternes Sommerfest auf die Beine gestellt. Nach dem actionreichen Bubble Soccer Event vom letzten Jahr, ging es dieses Mal etwas gemächlicher bei einer gemütlichen Fahrradtour zu. Danach durfte die Belohnung mit Leckereien vom Grill und Salaten natürlich nicht fehlen.

Und wie verbrachte man die Sommerferien am besten, wenn alle Hallen geschlossen waren? Man traf sich zum gemeinsamen „Beachen“ im Sand und genoss sportlich die Sonne. Hierfür reserviert der TFF freitags immer extra einen Platz im Zuffenhausener „Bädle“, doch leider war die Resonanz dieses Jahr nicht so hoch wie sonst – man traf sich eher außerhalb spontan zum Beachvolleyball. Vielleicht sieht es hier nächstes Jahr wieder besser aus.

V.l.n.r: Björn, Tino, Thomas, Karolina, Lars, Carola und Michelle

Neue Saison 2019/2020

Die lange Sommerpause ist nun vorbei. Die Finger sind kalt, die Muskeln schlapp, die Ausdauer am Boden. Nun heißt es fit werden für die neue Saison.

Auch in diesem Jahr sind wir in zwei Spielrunden vertreten – „Mixed 2/4 D8 Ost“ und „Mixed 3/3 C2 Nord-Ost-West“. Die ersten Trainingseinheiten haben gezeigt, dass vieles nicht mehr so rund läuft, wie am Ende der letzten Saison. Zahlreiche Neuzugänge haben dabei den ersten Trainingsfokus automatisch auf unser Läufer-System gelenkt, denn ohne Kenntnisse über die Abläufe auf dem Platz wäre das Chaos vorprogrammiert.

Und die erste Bewährungsprobe ließ bereits auf sich warten. Am 14. Oktober 2019 ging es zur ersten Pokalrunde (Mixed 2/4) nach Hedelfingen in die Steinberghalle. Dort erwartete uns der Gastgeber „SKS Rumms Bumms“. Unerwartet stark lieferten beide Mannschaften ein Match auf Augenhöhe. Am Ende war es wie erwartet ein knapper aber dann doch verdienter Sieg für uns (25:23, 23:25, 19:25, 25:10, 18:16). Ein super Start, der für die weitere Saison motiviert. Das Pokalspiel in der Mixed 3/3-Runde wird am 6. November 2019 mit uns als Gastgeber stattfinden.

Der eigentliche Saisonstart mit den ersten Spieltagen beginnt für die 3/3er-Spielrunde am 17. November 2019 in Heidenheim. Die 2/4er-Runde startet etwas später am 1. Dezember in Plieningen.

Thomas te Baay

Angebot	Tag	Uhrzeit	Sportstätte	Ansprechpartner		
01 20						
Badminton						
	Mo	20.15 - 21.45	WO	Körner	Stephan	0174/9147557
	Mi	20.15 - 21.45	KarlGymn	Körner	Stephan	0174/9147557
Laufen						
Gesamtleitung				Marder	Jutta	0172/7435628
Lauftreff Wiese	Di	18.00-19.00	FÖ	Dominick	Bärbel	07156/39832
	Sa	16.00-17.00	FÖ	Dominick	Bärbel	07156/39832
Walking Wiese	Di	18.00-19.00	FÖ	Hornung	Bernd	0711/8566116
	Mi	09.00-10.00	FÖ	Wörner	Gisela	0711/818130
	Sa	16.00-17.00	FÖ	Hornung	Bernd	0711/8566116
Langstreckenlauf	Do	18.00-20.00	TFF	Fuger	Hans-Peter	07152/6268
	Sa	09.00-11.00	TFF	Fuger	Hans-Peter	07152/6268
Leistungsläufer / PACE-Team						
Bahntraining	Di	18.00-20.00	TFF	Most	Michael	07158/65015
Langstreckenlauf	Do	18.00-20.00	TFF	Fuger	Hans-Peter	07152/6268
Langstreckenlauf	Sa	09.00-11.00	TFF	Fuger	Hans-Peter	07152/6268
Radtreff						
Radtreff (Winterradtreff)	Mo	13.30-16.00	FÖ Rad	Hackspacher	Margit	0711/8891720
Radtreff (Apr – Sep)	Mi	18.00-20.30	FÖ Rad	Hackspacher	Margit	0711/8891720
Triathlon						
Schwimmen	Mo	20.15-22.00	Inselbad	Höfler	Florian	01590/4065969
	Mi	20.15-22.00	Inselbad	Höfler	Florian	01590/4065969
	So	10.00-12.00	West	Höfler	Florian	01590/4065969
Athletiktraining im Winter	Do	18.00-19.00	TFF	Höfler	Florian	01590/4065969
Radfahren	Sa	14.30-16.30	TFF	Höfler	Florian	01590/4065969
Laufen / Bahntraining	Di	18.00-20.00	TFF	Most	Michael	07158/65015
Volleyball						
Mixed-Team	Mo	19.30-22.00	HA	Udina	Lars	0152-22505227
Mixed-Team	Mi	19.30-22.00	HA	Udina	Lars	0152-22505227

Angebot	Tag	Uhrzeit	Sportstätte	Ansprechpartner		
001 20						
Fitness						
Fitnesskurse						
Bauch-Beine-Po (K)	Mi	17.00 - 18.00	TFF	Hubl	Karin	0711/8566714
Frauen-Fitness						
Beckenbodengymnastik (K)	Mo	20.00 - 21.00	TFF	Dörner	Anette	0711/8566555
Fitness für die Frau (K)	Mi	10.30 - 11.30	TFF	Weidle	Gabi	0711/696637
Gesundheitssport						
MachMit (K)	Do	20.00 - 21.15	TFF	Steyaert	Karin	0711/8599000
Rücken-Fitness						
Rücken-Fitness I (K)	Fr	09.45 - 10.45	TFF	Dörner	Anette	0711/8566555
Rücken-Fitness II (K)	Fr	10.45 - 11.45	TFF	Dörner	Anette	0711/8566555
Rücken-Fitness III (K)	Fr	08.45 - 09.45	TFF	Dörner	Anette	0711/8566555
Schongymnastik (K)	Mo	11.00 - 12.00	TFF	Dörner	Anette	0711/8566555
Sport nach Krebs (K)	Di	11.30 - 12.30	TFF	Steyaert	Karin	0711/8599000
	Do	19.00 - 20.00	TFF	Steyaert	Karin	0711/8599000
Wirbelsäulengymnastik						
Wirbelsäulengymnastik I (K)	Mo	18.00 - 19.00	TFF	Dörner	Anette	0711/8566555
Wirbelsäulengymnastik II (K)	Mo	19.00 - 20.00	TFF	Dörner	Anette	0711/8566555
Wirbelsäulengymnastik IV (K)	Di	18.30 - 19.30	TFF	Stübler	Wiltrud	0711/852963
Wirbelsäulengymnastik V (K)	Mo	10.00 - 11.00	TFF	Dörner	Anette	0711/8566555
Yoga						
Yoga 1 (K)	Di	08.30 - 10.00	TFF	Hahn	Waltraud	0711/834751
Yoga 2 (K)	Di	10.00 - 11.30	TFF	Hahn	Waltraud	0711/834751

Angebot	Tag	Uhrzeit	Sportstätte	Ansprechpartner		
01 20						
Seniorengymnastik	Mo	09.00 - 10.00	TFF	Dörner	Anette	0711/8566555
	Do	08.30 - 09.30	TFF	Steyaert	Karin	0711/8599000
	Do	09.30 - 10.30	TFF	Steyaert	Karin	0711/8599000
Fit ab 50+	Fr	16.00 - 17.00	TFF	Hubl	Karin	0711/8566714
Spiel und Spass für Sie + Ihn	Fr	20.00 - 21.00	HA	Dosch	Andrea	0173/7791841

Kinder- und Jugendsport						
Angebot	**Tag**	**Uhrzeit**	**Sportstätte**	**Ansprechpartner**		
01 20						
Ballett						
6 – 10 Jahre Fortgeschrittene	Mo	15.00 - 16.00	TFF	Budke	Nina	0711/5590368
12 – 18 Jahre Kürprogramm	Di	16.30 - 18.30	TFF	Budke	Nina	0711/5590368
10 – 18 Jahre Fortgeschrittene	Sa	10.30 – 11.30	TFF	Budke	Nina	0711/5590368
5 - 7 Jahre Ballett + Mini-trampolin, Ein-steiger	Sa	13.00 – 14.00	TFF	Budke	Nina	0711/5590368
Schwimmen						
Anfänger 1	Mi	14.00 - 15.00	Feu	schwimmschule-sporties@tffeuerbach.de		
Anfänger 2	Mi	15.00 - 16.00	Feu			
Seepferdchen	Mi	16.00 - 17.00	Feu			
Bronze	Mi	17.00 - 18.00	Feu			
Technik-Tr. für Triathlon-Kids	Mi	18.00 – 19.00	Feu			
Tennis für Kinder						
	Di	17.15 - 19.00	BA	Mochalova	Tetjana	0711/90057627
	Mi	16.00 - 18.00	Freib.	Mochalova	Tetjana	0711/90057627
	Sa	09-12 + 14-16	Freib./Gerl.	Mochalova	Tetjana	0711/90057627
Turnen						
Vorschulturnen						
2 - 3 Jahre	Mo	16.00 -16.55	BA	Schaumann-Kraus	Susanne	0711/8106855
4 - 5 Jahre	Mo	16.55 - 17.50	BA	Loepthien	Sandra	0711/8882532
6 - 7 Jahre	Mo	17.50 - 18.45	BA	Loepthien	Sandra	0711/8882532
Elemente Turnen Fortgeschrittene						
6 – 10 Jahre	Mo	16.00 - 18.00	TFF	Budke	Nina	0711/5590368
Gerätturnen						
Wettkampftraining	Mi	17.00 – 19.00	HA	Budke	Nina	0711/5590368
6 - 10 Jahre + Einsteiger	Do	16.00 - 17.30	BA	Budke	Nina	0711/5590368
11 – 16 Jahre + Einsteiger	Do	17.30 - 18.45	BA	Budke	Nina	0711/5590368
7 - 10 Jahre + Einsteiger	Fr	16.00 - 18.00	HA	Budke	Nina	0711/5590368
11 - 18 Jahre + Einsteiger	Fr	18.00 – 19.00	HA	Budke	Nina	0711/5590368
10 - 18 Jahre	Sa	10.30 – 13.00	TFF	Budke	Nina	0711/5590368

Bereich	Leitung	Kontakt
Badminton	Stephan Körner	0174/9147557 badminton@tffeuerbach.de
Laufen	Jutta Marder	0172/7435628 laufen@tffeuerbach.de
Radtreff	Margit Hackspacher	0711/8891720 radtreff@tffeuerbach.de
Triathlon	Florian Höfler	0711/88818867 triathlon@tffeuerbach.de
Turnen	Nina Budke/Karl Barazutti	0711/5590368 turnen@tffeuerbach.de
Volleyball	Lars Udina Tiepelt	0152/22505227 volleyball@tffeuerbach.de

01 20

BA	Turnhalle der Bachschule, Dieterlestraße 26, Feuerbach
FE	Festhalle Feuerbach, Kärntner Straße 48 (Eingang Steiermärker Straße), Feuerbach
FEU	Hallenbad Feuerbach, Wiener Straße 53, Feuerbach
FÖ	Föhrichwald Treffpunkt: Ende Triebweg - Parkplatz Sportgelände, Feuerbach
FÖ Rad	Föhrichwald Treffpunkt: Parkplatz 2 Triebweg - oben, Feuerbach
HA	Turnhalle Hattenbühlschule, Linzer Straße 90, Feuerbach
HO	Turnhalle Hohewartschule, Hohewartstraße 95, Feuerbach
Inselbad	Inselbad Untertürkheim, Inselbad 4, Untertürkheim
JA	Jahn-Sporthalle, Wiener Straße 76A (Eingang Klagenfurter Straße), Feuerbach
KarlGymn	Sporthalle am Karlsgymnasium, Tübinger Straße 38, Stuttgart
NG	Neues Gymnasium, Klagenfurter Straße, Feuerbach
STEPFit	STEP fit & well, Meitnerstrasse, Vaihingen
TFF	TFF-Vereinszentrum, Am Sportpark 15 (gegenüber Kegelzentrum), Feuerbach
West	Vereinsschwimmbad West, Forststraße, Stuttgart West
WO	Wolfbuschhalle, Köstlinstraße 76, Weilimdorf

01 20

Turnen und Freizeit Feuerbach e.V.
Am Sportpark 15
70469 Stuttgart
Tel. 0711-856 70 11
Fax 0711-856 70 13
Info@tffeuerbach.de
www.tffeuerbach.de
Postfach 30 11 21
70451 Stuttgart

Öffnungszeiten Geschäftsstelle:
Dienstag 09.00 – 12.00 Uhr
Donnerstag 15.30 – 18.30 Uhr
Bankverbindung:
IBAN: DE29 6005 0101 0002 4327 79
BIC: SOLADEST600 BW-Bank

Vorstand

FA 1 Sport
Jürgen Pflug
0152-34590638 / 07031-6784393
fa1@tffeuerbach.de
Hanspeter Mangold
0157-56638567 / 07156-6640

FA 2 Freizeit und Jugendpflege
Müge Contoes
0176-43835920
fa2@tffeuerbach.de
Nataliya Marschner
0176-21751813

FA 3 Verwaltung und Finanzen
Bernd Frodermann
0176-34116177
fa3@tffeuerbach.de
Brigitte Rosito
0151-27070324

FA 4 Außenbeziehungen / Recht
Andreas Holzwarth
0176-96256284
fa4@tffeuerbach.de
Eberhard Schraivogel
0152-53794503

FA 5 Presse, Öffentlichkeitsarbeit
Oliver Haag
0157-58813035
fa5@tffeuerbach.de
Daniela Ammer
0172-9080689

Verantwortlich
Oliver Haag

Gestaltung/Layout
Oliver Haag

Lektorat
Horst Demmeler

Druck

Redaktionsschluss für die Ausgabe 2/2020: **15.05.2020**

Die maximale Seitenzahl ohne Fotos sollte 2 nicht überschreiten. Fotos und Text bitte einzeln senden.

infoheft@tffeuerbach.de

Silvesterlauf Weilimdorf am 31. Dezember 2019

41. Feuerbacher Volkslauf
Rund um die Mammutbäume
6 Distanzen am 9. Mai 2020
www.tffeuerbach.de