



Turnverein

Bahlingen

seit 1929 e.V.



Herzlich Willkommen

Tagesordnung

- 1. Begrüßung
- 2. Totenehrung
- 3. Tätigkeitsberichte
 - Bericht der Kassenprüfer
 - Entlastung des Kassierers
- 4. Entlastung des Vorstands
- 5. Satzungsänderung
- 6. Ehrungen
- 7. Verschiedenes, Wünsche und Anträge

Begrüßung



Ich begrüße ganz herzlich zur Jahreshauptversammlung des Turnverein Bahlingen seit 1929 e.V.:

- Bürgermeister Harald Lotis
- unsere Ehrenmitglieder
- alle anwesenden Vertreter des Gemeinderats
- Frau Franz und Frau Scheiding-Brode als Vertreterinnen der Badischen Zeitung und des Kaiserstühler Wochenberichts
- ... und natürlich alle anwesenden Mitglieder und Gäste

Totenehrung



Wir gedenken an unser verstorbenes Mitglied

- „Ursel“ Ursula Grau

Tätigkeitsberichte



Vorstandsbericht 2015

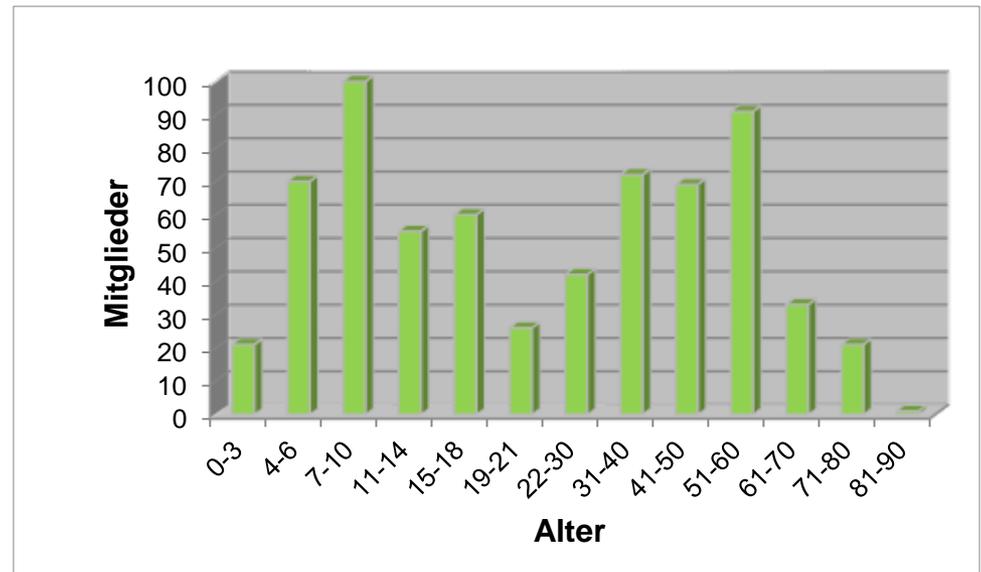
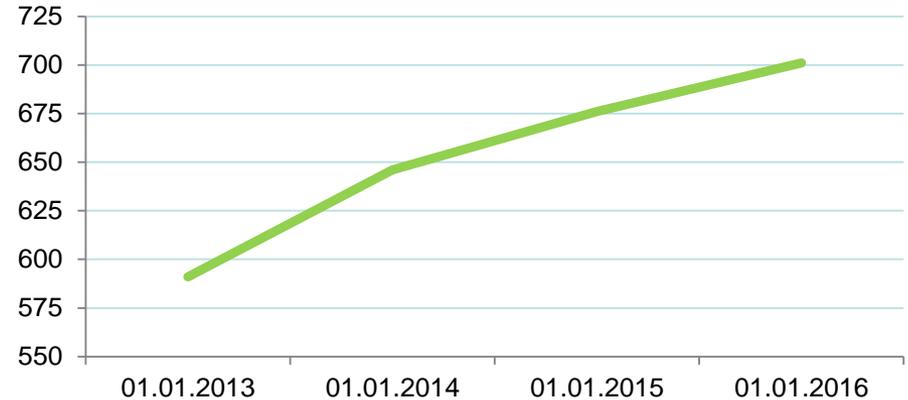
- Volleyballturnier
 - Volleyballdamenmannschaft Dritte in Kreisliga Süd
- Auflösen der Oberligamannschaft Turnen
- Vereinsmeisterschaften
- Hoselipsfest
 - Neue Lagermöglichkeit in der WG
 - „Neuer“ Hof (Festzelt / Straßenverkauf)
 - Helfersituation
 - Einnahmen aus „Groß“- /Veranstaltungen
- Evelyn Holderer:
 - Fünfter Sieger bei Übungsleiter Kinderturnen im BTB und STB
- Zustand der Silberberghalle



Verein in Zahlen

Mitglieder:	701
Ehrenmitglieder:	6
Passive Mitglieder:	26
Anzahl Gruppen:	32
Anzahl Kurse:	6
Trainer:	36
Vorstandschaft:	14
Jugendvorstand:	9

Mitglieder Turnverein Bahlingen



Tätigkeitsberichte Jugend



Mitglieder: Michel Beck, Simon Vögtlin, Christoph Gerhard, Jonas Kopf, Martin Koch, Patrick Häuber, Ann-Marie Böhm, Theresa Scholler, Vanessa Kaufmann

Anzahl der Teilnehmer: 9

Highlights vergangenes Jahr:

Hoselipsfest (Flick-Flack-Bar), Vereinsmeisterschaften



Tätigkeitsberichte Leichtathletik



Gruppenname:	Leichtathletik Kinder U10
Trainingszeiten:	Montag/Freitag 17.30 – 18.30 Uhr
Trainer/Helfer:	Sandra Adam, Elena Ernst
Anzahl der Teilnehmer:	25 - 30 Kinder
Alter der Teilnehmer:	5 - 9 Jahre

Trainingsinhalt:

Der gemeinsame Spass an Sport und Bewegung steht im Vordergrund. Laufen – Springen – Werfen in spielerischer Form. Ebenso schaffen wir Grundlagen für Koordination und Beweglichkeit.

Highlights vergangenes Jahr:

Kinderleichtathletik in Malterdingen, Vereinsmeisterschaften

Tätigkeitsberichte Leichtathletik



Gruppenname:	Leichtathletik Kinder U12
Trainingszeiten:	Montag/Freitag 17.30 – 18.30/19.00 Uhr
Trainer/Helfer:	Corinna Häßig
Anzahl der Teilnehmer:	10 - 15 Kinder
Alter der Teilnehmer:	10 - 11 Jahre

Trainingsinhalt:

Die allgemeine Koordination, Beweglichkeit und Grundlagen im Ausdauerbereich stehen hier im Mittelpunkt. Wir trainieren hauptsächlich in den Leichtathletikdisziplinen Sprint, Weitsprung und Ballwurf.

Highlights vergangenes Jahr:

Hallensportfest und Schülerbahneröffnung Breisach, Vereinsmeisterschaften, Kreismeisterschaften

Tätigkeitsberichte Leichtathletik



Gruppenname: Leichtathletik Jugend + Erwachsene (ab 12 Jahren)

Trainingszeiten: Mittwoch 19.00 – 20.30 Uhr
Montag/Freitag 18.30 – 20.00 Uhr

Trainer/Helfer: Corinna Häßig, Manfred Häßig

Anzahl der Teilnehmer: 15 Teilnehmer

Alter der Teilnehmer: ab 12 Jahre

Trainingsinhalt:

Das Training baut auf den Grundlagen auf und hat zum Ziel weiterhin Koordination und Beweglichkeit zu schulen sowie den ganzen Körper zu kräftigen und Stabilität aufzubauen. Zusätzlich wird das Training leistungsorientierter und in den Disziplinen Sprint, Weitsprung und Ballwurf ausgebaut und es kommen weitere Disziplinen (z. B. Hochsprung, 800/1000m-Lauf, Speerwurf, Kugelstoßen) dazu.

Tätigkeitsberichte Leichtathletik



Highlights vergangenes Jahr:

BLV Hallenmeisterschaften, Schülerbahneröffnung, BLV-Staffelmeisterschaften, BLV-Schülermeisterschaften, Kreismeisterschaften, Sparkassen-Meeting, Abendsportfest in Teningen

-Schüler Leichtathletik wurde im März vor 30 Jahren gegründet

Erfolge:

Silbermedaille der 3x800m Staffel WU14 und 6. Platz im Weitsprung bei den BLV-Meisterschaften





Tätigkeitsberichte Ballsport



Gruppenname:	Volleyball
Trainingszeiten:	Dienstag u. Donnerstag 19.00 – 20.30 Uhr
Trainer/Helfer:	Gerd Brenn
Anzahl der Teilnehmer:	ca. 20 Teilnehmer
Alter der Teilnehmer:	13 - 23 Jahre (männlich & weiblich)

Trainingsinhalt:

Vorbereitung auf die Rundenspiele

Highlights vergangenes Jahr:

- erfolgreiche Saison 2015/2016; 3. Platz
- durch einen Sieg gegen eine höherklassige Mannschaft haben wir die nächste Runde im Bezirkspokal erreicht
- Ausrichtung Grümpeltturnier 2015



Tätigkeitsberichte Ballsport



Gruppenname:	Just4Fun
Trainingszeiten:	Montag 19.00 – 20.30 Uhr
Trainer/Helfer:	Stefan Koch
Anzahl der Teilnehmer:	ca. 8 Teilnehmer
Alter der Teilnehmer:	ab 16 Jahre

Trainingsinhalt:

Dieses Training ist nicht auf eine bestimmte Sportart fixiert, sondern orientiert sich viel mehr an der Lust und Laune der einzelnen Teilnehmer. So werden in der Gruppe gerne mal Basketball, Fußball, Badminton oder anderes gespielt.

Highlights vergangenes Jahr:

Gruppe hat den Trainingsbetrieb nach einem Jahr Pause wieder aufgenommen



Tätigkeitsberichte Klettern



Gruppenname:	Klettergruppe
Trainingszeiten:	Montag 15.30 – 16.45 Uhr / 21.00 – 22.30 Uhr Donnerstag 18.00 – 19.15 Uhr / 19.00 – 20.30 Uhr / 20.30 – 22.00 Uhr
Trainer/Helfer:	Maren Schuchmann, Thomas Walker, Christoph Gerhardt, Jessica Helbing, Anne Ketterer, Simon Vöglin, Michael Maurer, Thomas Grimm
Anzahl der Teilnehmer:	95 Teilnehmer in 5 Gruppen
Alter der Teilnehmer:	5 – 62 Jahre (ältester Kletterer wird im Juli 63 Jahre)

Trainingsinhalt:

erlernen der Klettertechnik, Sicherungstechnik, Umgang mit Kletterutensilien

Highlights vergangenes Jahr:

Ausflüge in Klettergärten (Kandel / Güberschwih), Bau eines Boulderraumes





Tätigkeitsberichte Turnen



Gruppenname:	Eltern-Kind-Turnen
Trainingszeiten:	Dienstag 15.00 - 16.15 Uhr
Trainer/Helfer:	Maren Deibert
Anzahl der Teilnehmer:	ca. 30 Kinder und ihre Eltern
Alter der Teilnehmer:	1,5 - 4 Jahre

Trainingsinhalt:

Bewegung, Spiel und Spaß

Highlights vergangenes Jahr:

- Start im Oktober nach längerer Pause der Gruppe durch neue Trainerin
- an dieser Stelle ein herzliches Willkommen an alle (neuen) Familien
- Kennenlernen der Gruppe
- gemütliches Beisammensitzen im Foyer vor Weihnachten (kleine Weihnachtsfeier)



Tätigkeitsberichte Turnen



Gruppenname:	Vorschulturnen Mädchen
Trainingszeiten:	Donnerstag 17.00 - 18.00 Uhr
Trainer/Helfer:	Gudrun Fränkel, Anna Kosog, Linda Papenfuß
Anzahl der Teilnehmer:	20 – 28 Kinder
Alter der Teilnehmer:	3 - 6 Jahren

Trainingsinhalt:

Erlernen verschiedener Bewegungsformen und Förderung der Koordination, Einführung in das Geräteturnen, Kraft- und Ausdauertraining, Gruppenentwicklung und Zusammengehörigkeitsgefühl formen, natürlich alles auf spielerischer Basis.

Nebeneffekt:

Kennenlernen der Kinder verschiedener Kindergärten, die später vielleicht in eine Schulklasse kommen.



Tätigkeitsberichte Turnen



Gruppenname: Vorschulturnen Jungs
Trainingszeiten: Donnerstag 16.00 - 17.00 Uhr

Trainer/Helfer: Niklas Holderer, Linda Papenfuß, Anna Kosog
Anzahl der Teilnehmer: 14 Kinder
Alter der Teilnehmer: 4 – 6 Jahre

Trainingsinhalt:
Spiele, Bewegungslandschaften, Koordination

Highlights vergangenes Jahr:
Habe die Gruppe erst dieses Jahr übernommen



Tätigkeitsberichte Turnen



Gruppenname: Bubenturnen Jungs
Trainingszeiten: Donnerstag 18.00 - 19 .00 Uhr

Trainer/Helfer: Michel Beck, Niklas Holderer
Anzahl der Teilnehmer: 9 Kinder
Alter der Teilnehmer: 7 – 9 Jahre

Trainingsinhalt:
Gerätturnen , Fang- und Aufwärmspiele

Highlights vergangenes Jahr:
Niklas ist erst seit 2 Monaten bei der Gruppe



Tätigkeitsberichte Turnen



Gruppenname:	Turnen Mädchen
Trainingszeiten:	Montag 15.00 – 16.30 Uhr
Trainer/Helfer:	Marlies Häuber
Anzahl der Teilnehmer:	8-12
Alter der Teilnehmer:	6 - 8 Jahre

Trainingsinhalt:

Gymn. Erwärmung mit Handgeräten wie Seil, Ball, Reifen. Kleine Spiele zur Schulung koordinativer Fähigkeiten. Methodische Schritte für die Erlernung der ersten Turnelemente an den Geräten.

Highlights vergangenes Jahr:

Vereinsmeisterschaften



Tätigkeitsberichte Turnen



Gruppenname:	inklusives Abenteuerturnen
Trainingszeiten:	Montag 17.00 – 18.00 Uhr
Trainer/Helfer:	Tanina Maurer, Mailin Gündner
Anzahl der Teilnehmer:	12 Kinder
Alter der Teilnehmer:	5 – 14 Jahre

Trainingsinhalt:

sportliche Fähigkeiten und soziale Kompetenz durch integrative Gruppenbildung schulen und fördern – und dabei viel Spaß haben!

Highlights vergangenes Jahr:

Besuch im Europa Park, Bahlinger Kaffeenachmittag in Kooperation mit der LH – Landfrauen - TVB



Tätigkeitsberichte Turnen



Gruppenname:	Akrobatik
Trainingszeiten:	Montag 19.00 – 20.30 Uhr
Trainer/Helfer:	Stefan Koch
Anzahl der Teilnehmer:	5 junge Damen
Alter der Teilnehmer:	17 – 18 Jahre

Trainingsinhalt:

erlernen von akrobatischen Elementen, Körperspannung, Bodenturnen

Neue Gesichter sind gern gesehen. Kommt zu einem Schnuppertraining vorbei.



Tätigkeitsberichte Turnen



Gruppenname:	Leistungsriege weiblich
Trainingszeiten:	Montag & Mittwoch 17.00 – 19.00 Uhr Freitag 15.30 – 17.30 Uhr
Trainer/Helfer:	Evi Holderer, Anja Rapp, Sinja Sommer
Anzahl der Teilnehmer:	22 Turnerinnen
Alter der Teilnehmer:	6 – 28 Jahre

Trainingsinhalt:

Turnen an den 4 olympischen Geräten mit dem Ziel an Wettkämpfen teilzunehmen

Highlights vergangenes Jahr:

- Neue Wettkampfanzüge (Gesponsert durch Radio Regenbogen)
- Bowlingausflug nach Herbolzheim im März
- Erfolg in der Regioklasse LK3 – 3. Platz im Finale (Celina Schmid, Kerstin Gerhart, Anna Oser, Naima Schulz, Talea Rapp, Linda Blum, Menoa Rapp und Sinja Sommer)

Tätigkeitsberichte Turnen



- Menoa Rapp und Sinja Sommer beim Gerätefinale erfolgreich (5 Medaillen)
- Maja Bardutzky, Jana Baldinger, Hanna Keller, Nele Leonhardt, Samira Schmid und Maya Volk waren beim Kinderturnfest in Pforzheim → 3. Platz
- Kreisschülermeisterschaften in Wyhl → 9 Turnerinnen, 7 Medaillen (Maya König, Jule Wagner, Indira Kern, Hanna Keller, Samira Schmid, Maja Bardutzky, Nele Leonhardt)
- September: Trainingswochenende mit Übernachtung zusammen mit dem TV Sarnen aus der Schweiz
- Oktober: Auftritt bei der Turngala in Riegel als Minions
- Gaueinzelmeisterschaften in Herbolzheim, Medaillen für Celina Schmid, Maja Bardutzky, Nele Leonhardt, Samira Schmid und Hanna Keller
- Vereinsmeisterschaften: alle Turnerinnen erhielten Edelmetall

Aktuell:

Turnerjugendbestenwettkämpfe 3 Mannschaften: 1x4. Platz, 1x3. Platz, 1x1. Platz





Tätigkeitsberichte Outdoor



Gruppenname:	Walking/ Nordic-Walking
Trainingszeiten:	Dienstag & Mittwoch 18.00 – 19.00 Uhr
Trainer/Helfer:	Christel Sommer
Anzahl der Teilnehmer:	18 Teilnehmer in 2 Gruppen
Alter der Teilnehmer:	35 – 75 Jahre

Trainingsinhalt:

Herz-Kreislauf-Training durch die Rebberge

Highlights vergangenes Jahr:

- Teilnahme am Walking-Event „Quer durch's Dreisamtal“
- Wanderwochenende in der Schweiz



Tätigkeitsberichte Outdoor



Gruppenname: Radsportgruppe
Trainingszeiten: Sonntag ab 10.00 Uhr

Trainer/Helfer: Joachim Tegtmeier
Anzahl der Teilnehmer: 6 – 12 Personen (je nach Jahreszeit)
Alter der Teilnehmer: 45 – 60 Jahre

Trainingsinhalt:
Ausdauer

Highlights vergangenes Jahr:
Viele schöne Ausfahrten in die Regio



Tätigkeitsberichte Fitness



Gruppenname:	Step & Shape
Trainingszeiten:	Montag 19.00 – 20.00 Uhr
Trainer/Helfer:	Sandra Zimmermann
Anzahl der Teilnehmer:	ca. 15 Teilnehmer
Alter der Teilnehmer:	ab 16 Jahren

Trainingsinhalt:

Funktionelles Ausdauer- und Muskeltraining mit Kleingeräten wie Step, Hanteln, Therabändern und vieles mehr.

Tätigkeitsberichte Fitness



Gruppenname:	Fit von Kopf bis Fuß (Frauengymnastik)
Trainingszeiten:	Montag 20.00 – 21.30 Uhr
Trainer/Helfer:	Monika Mutschler
Anzahl der Teilnehmer:	30 Teilnehmer
Alter der Teilnehmer:	50 Plus
Trainingsinhalt:	Joga, Pilates



Tätigkeitsberichte Fitness



Gruppenname:	Bauch - Beine - Po
Trainingszeiten:	Dienstag 20.00 – 21.00 Uhr
Trainer/Helfer:	Anja Fehrenbach
Anzahl der Teilnehmer:	26 Frauen (ca. 15 Teilnehmer pro Trainingseinheit)
Alter der Teilnehmer:	20 - 69 Jahre

Trainingsinhalt:

Mit einer einfachen Aerobic-Choreografie werden die Gelenke und Muskeln mobilisiert. Der Kreislauf wird in Schwung gebracht. Dann geht es los mit gezielten Übungen für die Problemzonen "Bauch - Beine - Po" und natürlich auch die Arme, die wohl geformt sein sollen. Abwechslungsreich ist das Training durch den Einsatz von Kleingeräten oder auch mal nur mit dem eigenen Körpergewicht oder als Zirkeltraining. Die Übungen stärken nebenbei auch den Rücken und das Gleichgewicht. Abgerundet wird die Stunde mit einem Stretching der beanspruchten Muskeln und/oder einer Entspannungsübung.

Highlights vergangenes Jahr:

Kabinenfest im Dezember als Jahresabschluss und Hock im Freien zum Abschluss vor den Sommerferien



Tätigkeitsberichte Fitness



Gruppenname: Mittwoch-Frauengymnastik

Trainingszeiten: 20.30 - 22.00 Uhr

Trainer/Helfer: Karin Schweigert

Anzahl der Teilnehmer: 20 Teilnehmer

Alter der Teilnehmer: 50 – 80 Jahre

Trainingsinhalt:

Herz- Kreislauftraining mit Ganzkörperkräftigung, Beweglichkeitserhaltung und Gleichgewichtsschulung

Highlights vergangenes Jahr:

5 runde Geburtstage, die entsprechend gefeiert wurden, Närrisches Turnen, Gemeinsame Weihnachtsfeier



Tätigkeitsberichte Fitness



Gruppenname:	Fitness Gymnastik
Trainingszeiten:	Donnerstag 19.00 - 20.00 Uhr
Trainer/Helfer:	Claudia Beck
Anzahl der Teilnehmer:	38 – 40 Teilnehmer (männlich & weiblich)
Alter der Teilnehmer:	20 – 70 Jahre

Trainingsinhalt:

Variantenreiche Ganzkörpergymnastik mit den Schwerpunkten Ausdauer, Kraft und Beweglichkeit. Es werden einfache Aerobic-Kombinationen sowie gezielte Übungen zur Kräftigung der Bein-, Gesäß-, Rumpf- und Armmuskulatur angeboten oder auch einmal Funktionelles Faszien Training. Hierzu können verschiedene Hilfsmittel eingesetzt werden wie Step, Pezziball, Therabänder, Gewichte, Stab, etc. Mein Ansatz ist ganzheitlich. Es geht um die Auseinandersetzung mit dem eigenen Körper, die Schulung der Wahrnehmung, die Zunahme an Kraft und Beweglichkeit. Dadurch steigert sich Ihre Lebensqualität. Körper, Geist und Gefühlsleben harmonisieren wieder. Ich leite Sie kompetent und einfühlsam an. Stress abbauen, Spaß haben und auch noch etwas für die Gesundheit tun – der optimale Ausgleich zum Alltag !

Einstieg jederzeit ohne Vorkenntnisse möglich !

Highlights vergangenes Jahr: Jedes Training ist ein Highlight !



Tätigkeitsberichte Fitness



Gruppenname: Männergym
Trainingszeiten: Donnerstag 20.30 - 22.00 Uhr

Trainer/Helfer: Joachim Tegtmeier
Anzahl der Teilnehmer: 36 Teilnehmer
Alter der Teilnehmer: 38 – 68 Jahre

Trainingsinhalt:
Kraft, Beweglichkeit, Ausdauer, Spaß

Highlights vergangenes Jahr:
Wie jedes Jahr – das verlängerte Wanderwochenende im Juli



Tätigkeitsberichte Tanzen



Gruppenname:	Tanzgruppe
Trainingszeiten:	Freitag 15.00 – 16.00 Uhr
Trainer/Helfer:	Sandra Zimmermann
Anzahl der Teilnehmer:	
Alter der Teilnehmer:	7 – 10 Jahre

Trainingsinhalt:

Spielerisches Erlernen von Jazz bzw. Hip Hop Tänzen auf coole Musik. Für alle die Freude an Bewegung haben.

Tätigkeitsberichte Tanzen



Gruppenname: Kindertanz
Trainingszeiten: Samstag 10.00 – 11.00 Uhr
Trainer/Helfer: Romina Feuchter
Anzahl der Teilnehmer:
Alter der Teilnehmer: 3 – 6 Jahre

Trainingsinhalt:

Den Kindern wird auf spielerische Art und Weise, Spaß an tänzerischen Bewegungen. Phantasie und Kreativität werden angeregt und motorische Defizite entgegen gewirkt. Das Körper- und Bewegungsbewusstsein der Kinder wird gestärkt und gefördert. Durch mein abwechslungsreiches Konzept erhalten die Kinder die Möglichkeit, sich mit viel Spaß in Beweglichkeit, Koordination, Rhythmik, Kreativität und Persönlichkeit weiterzuentwickeln.

Tätigkeitsberichte Tanzen



Gruppenname:	Hip Hop
Trainingszeiten:	Samstag 11.15 – 12.15 Uhr
Trainer/Helfer:	Romina Feuchter
Anzahl der Teilnehmer:	
Alter der Teilnehmer:	10 – 13 Jahre

Trainingsinhalt:

Tanzen zu den besten Beats!

Explosive und weiche Bewegungen vereint mit Elementen aus Jazz Dance und der Schnelligkeit und Power des Hip Hop.

Mit viel Rhythmusgefühl trainieren wir die Koordination des Körpers und die Interpretation von trendiger Hip Hop und RnB Musik.

Spaß, Ausstrahlung und Energie stehen dabei im Vordergrund!

Tätigkeitsberichte Kurse



Gruppenname:	Faszien Pilates
Trainingszeiten:	Montag 20.00 - 21.00 Uhr + Dienstag 18.00 - 19.00 Uhr
Trainer/Helfer:	Claudia Beck
Anzahl der Teilnehmer:	40 / 20 Teilnehmer
Alter der Teilnehmer:	18 – 70 Jahre

Trainingsinhalt:

Die Faszien-Fitness Prinzipien finden auch im Faszien-Pilates Training vortrefflich Anwendung. Denn es gilt mit unterschiedlichen Trainingsimpulsen Reize zu setzen, die das Faszien Gewebe unmittelbar und optimal trainieren.

Ziele:

- eine erhöhte Leistungsfähigkeit des Körpers
- Rückenprobleme vorbeugen und entgegen wirken
- Wohlbefinden steigern
- verbesserte Heilungsprozesse durch aktiven Zellstoffwechsel
- Optimaler präventiver Schutz vor Verletzungen



Tätigkeitsberichte Kurse



Gruppenname:	Yoga
Trainingszeiten:	Dienstag 19.15 - 20.45 Uhr
Trainer/Helfer:	Claudia Beck
Anzahl der Teilnehmer:	20 Teilnehmer
Alter der Teilnehmer:	22 – 55 Jahre

Trainingsinhalt:

YOGA ist eine Möglichkeit Körper und Geist zur Ruhe kommen zu lassen und durchzuatmen. Mittels Asana Praxis (Körperarbeit) und anderen Methoden des YOGA, wie z.B. Atemübungen und Meditation, fördern wir nicht nur die Ruhe des Geistes, sondern es wird uns möglich den ganzen Körper mit Bewusstheit zu durchdringen. Jeder kann mitmachen und von den Übungen profitieren - unabhängig von Alter, Können und Kraft. Um den Körper stets in die optimale Position zu bringen, werden die verschiedensten Hilfsmittel eingesetzt wie etwas Klötze, Gurte oder Stühle. Gerade bei Rücken- und Knieproblemen ist das von großem Vorteil



Tätigkeitsberichte Kurse



Gruppenname: Funktionelles Faszien Training

Trainingszeiten: Donnerstag 18.00 – 18.45 Uhr

Trainer/Helfer: Claudia Beck

Anzahl der Teilnehmer: 20 – 25 Teilnehmer

Alter der Teilnehmer: 18 – 70 Jahre

Trainingsinhalt:

Funktionell bedeutet nicht nur, dass etwas funktioniert. Wenn wir funktionell trainieren, fordern wir unseren Körper in den Funktionen und Aufgaben, für die er geschaffen ist. Wir trainieren natürlich, ursprünglich und effizient - nutzen unsere uralten biologischen Bewegungsprogramme. Entdecken Sie die Freude an der Bewegung mit Kettelbell, Theraband & Blackroll. Faszien als Schlüssel:

Neue Studien zeigen, dass ein gut trainiertes Faszien-Netz dazu führt:

- Zur verbesserten Leistungsfähigkeit

Mehr Dynamik und Kraftumsatz, bessere Technik/ Anbahnung von Bewegung

- Verbesserte Heilprozesse durch aktivierten Zellstoffwechsel

- Maximale Verletzungsprävention

Die meisten Verletzungen sind Bindegewebsverletzungen



Tätigkeitsberichte Kurse



Gruppenname: Zumba
Trainingszeiten: Dienstag 19.00 – 20.00 Uhr

Trainer/Helfer: Romina Feuchter

Anzahl der Teilnehmer:

Alter der Teilnehmer:

Trainingsinhalt:

- ZUMBA FITNESS® ist ein Dance-Fitness-Workout, dynamisch, begeisternd und effektiv.
- Spaß an heißen lateinamerikanischen und exotischen Rhythmen bei einfachen Bewegungen.
- Zumba trainiert den ganzen Körper. Es verbessert Ausdauer, Beweglichkeit sowie die Koordination, stärkt die Muskulatur und das Herz-Kreislauf-System.

Tätigkeitsberichte Kurse



Gruppenname:	deepWork
Trainingszeiten:	Mittwoch 19.30 – 20.30 Uhr
Trainer/Helfer:	Yvonne Kromer
Anzahl der Teilnehmer:	15
Alter der Teilnehmer:	30 – 55 Jahre

Trainingsinhalt:

Athletisch, einfach, anstrengend und doch anders als alle bekannten Programme – ein Workout aus fünf Elementen und voller Energie !

Dabei unterliegt deepWork dem Gesetz von Yin und Yang und vereint geistigen und körperlichen Gegensätze eines funktionellen Trainings.

Entlastung des Vorstandes



- Entlastung des Vorstandes

Satzungsänderung



• § 6 Erwerb der Mitgliedschaft

1. Die Mitgliedschaft wird durch Aufnahme erworben. Es ist ein schriftliches Aufnahmegesuch an den Gesamtvorstand zu richten.
2. Das Aufnahmegesuch eines beschränkt Geschäftsfähigen oder Geschäftsunfähigen ist von dem/den gesetzlichen Vertreter(n) zu stellen.
3. Über die Aufnahme entscheidet der Gesamtvorstand durch Beschluss. Mit Beschlussfassung beginnt die Mitgliedschaft. Das Mitglied erhält eine schriftliche Aufnahmebestätigung.
4. Ein Aufnahmeanspruch besteht nicht. Die Ablehnung der Aufnahme muss nicht begründet werden.
5. Der Beitritt erfolgt für mindestens 1 Jahr.
6. Der Jahres-Beitrag ist im Voraus zu zahlen und wird **regelmäßig im Februar des jeweiligen Vereinsjahrs** bzw. nach Aufnahme als Jahresbeitrag eingezogen.

NEU

6. Der Jahres-Beitrag ist im Voraus zu zahlen und wird **regelmäßig im 2. Quartal des jeweiligen Vereinsjahrs** bzw. nach Aufnahme als Jahresbeitrag eingezogen.

Ehrungen



Langjährige Trainer

- Evi Holderer
- Gerd Brenn (Volleyballtrainer seit 01.09.1987)
- Manfred Häßig (30 Jahre Schüler Leichtathletik)

3. Platz beim Mannschaftswettkampf im Rahmen des Landeskinderturnfest in Pforzheim

- Jana Baldinger, Samira Schmid und Maya Volk

3. Platz beim Relegationswettkampf des BTB zur Bezirksklasse in der Regionalliga LK 3

- Celina Schmid, Kerstin Gerhard, Anna Oser, Naima Schulz, Talea Rapp, Linda Blum, Menoa Rapp und Sinja Sommer

Verschiedenes



Termine 2016

- 17.04.2016 Pokalenspieltag der Volleyballer in Weil am Rhein
 - Wir fahren gemeinsam mit einem Bus zur Unterstützung
- 28.05.2016 Volleyballgrümpelturnier
- 05.06.2016 Regionalliga Hinrunde Damen in Breisach
- 19.06.2016 Regionalliga Rückrunde Damen in Kollnau
- 23.07.2016 Familientag mit Vereinsmeisterschaften
- 28.07. – 31.07.2016 Landesturnfest in Ulm
- 18.11. – 20.11.2106 Trainingswochenende Leistungsriege Mädchen

Verschiedenes



Vorstellung neue Trainer

- Maren Deibert (Eltern-Kind-Turnen)
- Romina Feuchter (Tanzen und Zumba)
- Yvonne Kromer (deep Work)
- Linda Papenfuß (Kinderturnen)
- Anna Kosog (Kinderturnen)
- Niklas Holderer (Bubenturnen)

**Vielen Dank
für Ihre
Aufmerksamkeit!**