



Turnverein

Bahlingen

seit 1929 e.V.



Herzlich Willkommen

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 als Vertreterin der Badischen Zeitung
- ... und natürlich alle anwesenden Mitglieder und Gäste

Tagesordnung



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

Totenehrung



Wir gedenken an die verstorbenen Mitglieder

- Christel Adler
- Bernd Wissert

Tätigkeitsberichte



Vorstandsbericht 2017

- Volleyballturnier
 - Volleyballdamenmannschaft Aufstieg in Bezirksklasse
- Vereinsmeisterschaften
- Hoselipsfest
- Zustand der Silberberghalle



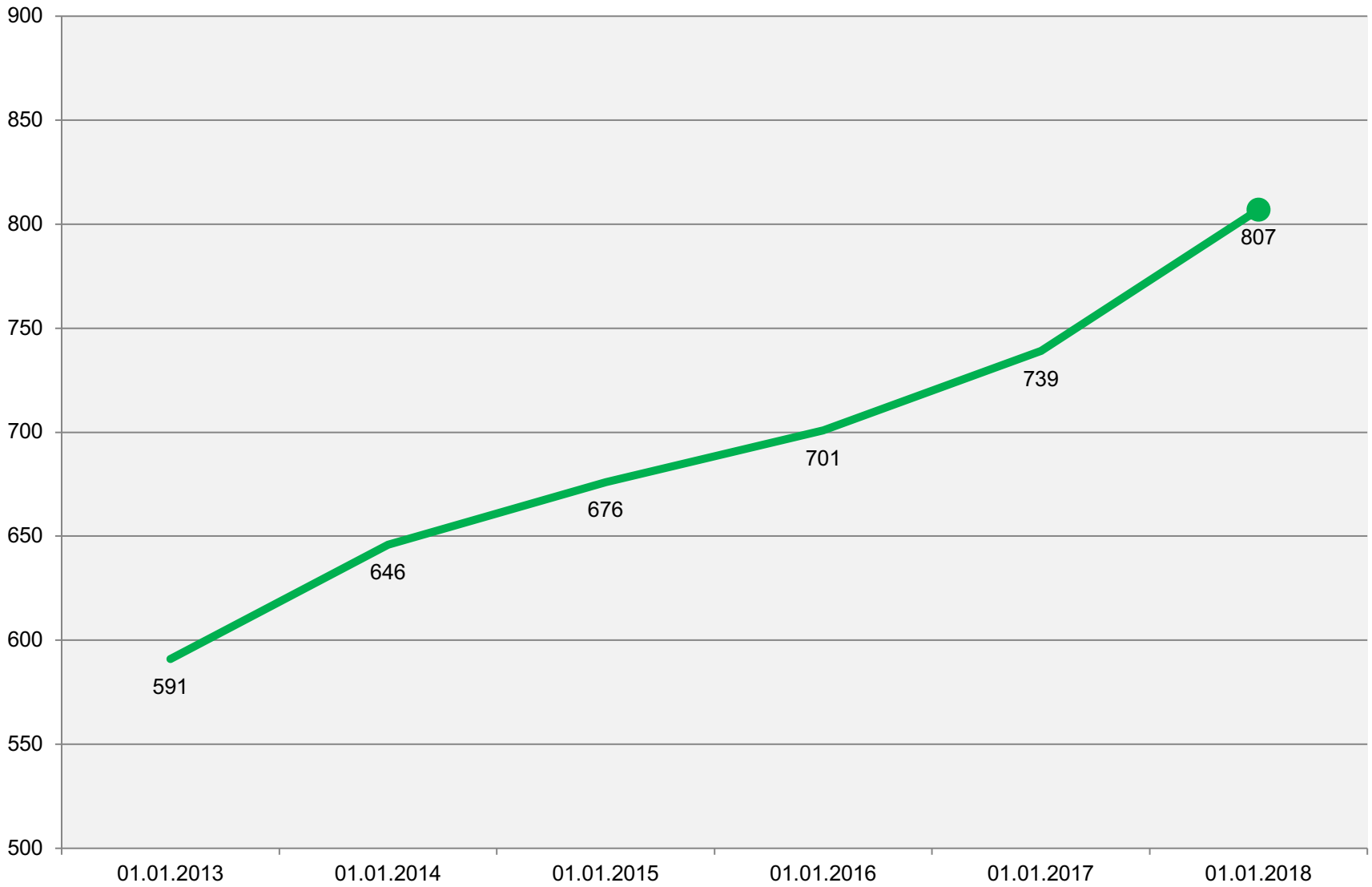
Kassenbericht 2017

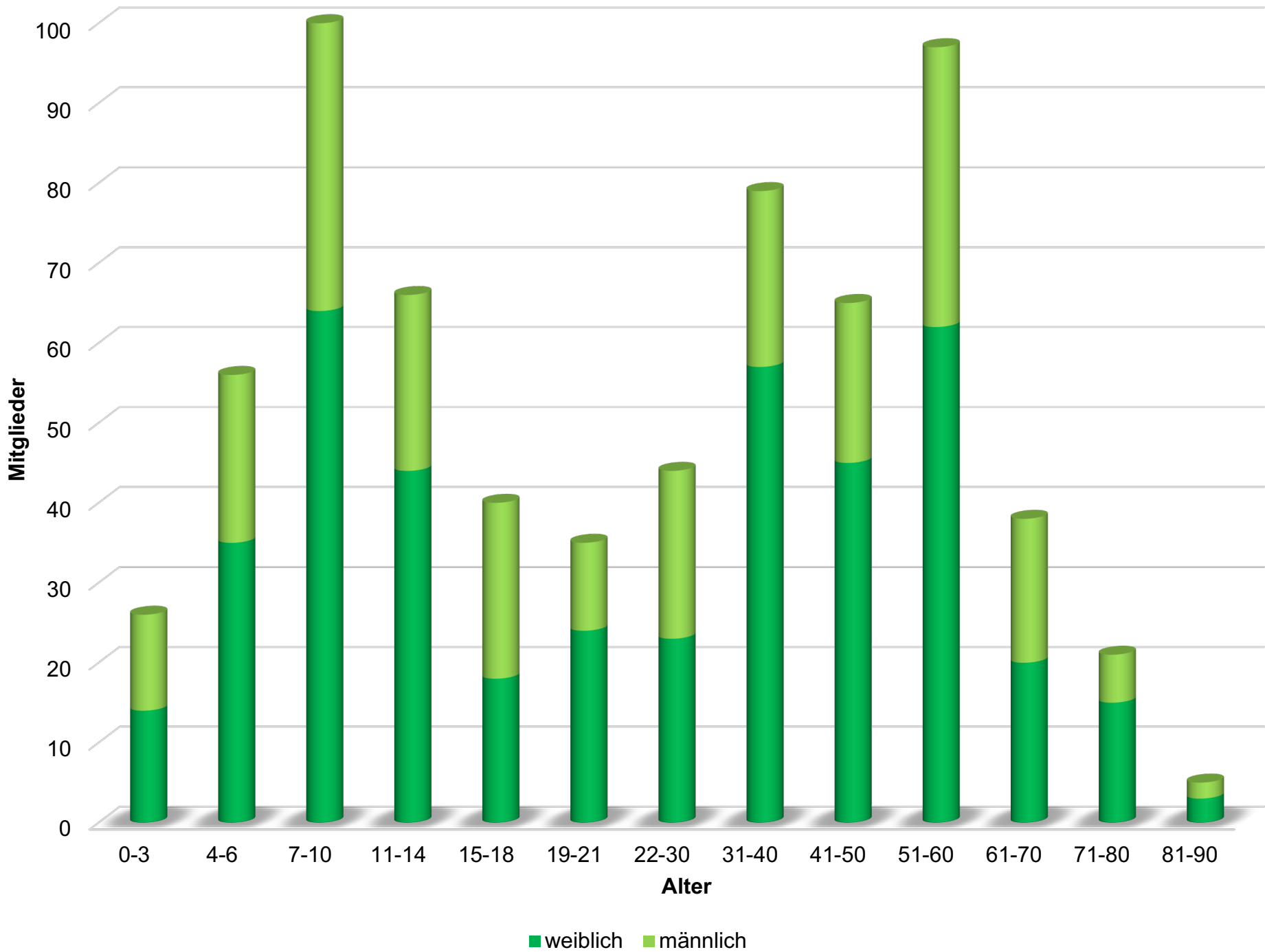
Verein in Zahlen



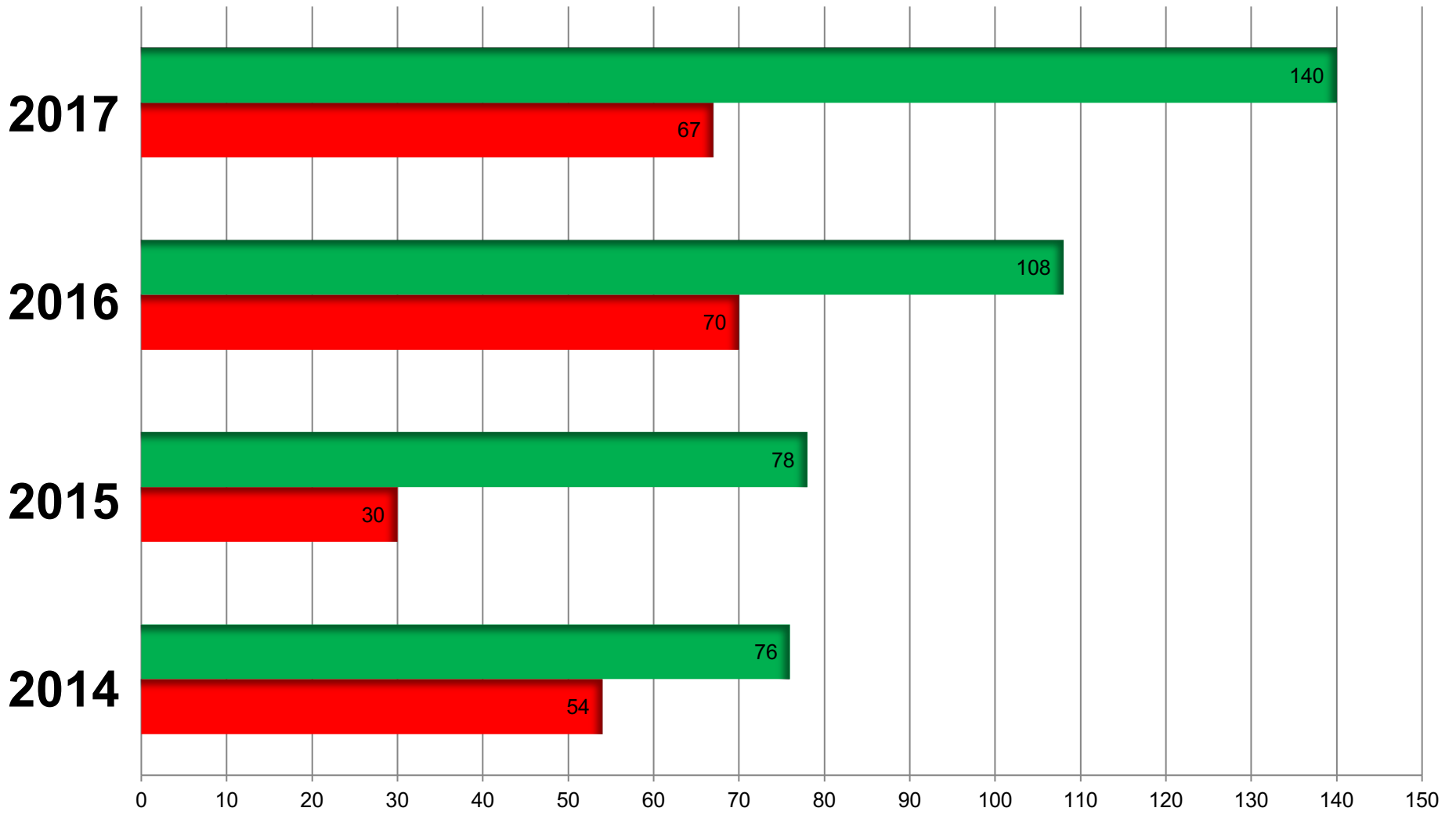
Mitglieder insgesamt:	807
davon passive Mitglieder: und Ehrenmitglieder:	36 6
Anzahl Gruppen:	27
Anzahl Kurse:	5
Trainer:	32
Vorstandschaft:	13
Jugendvorstand:	6

Mitgliederentwicklung im Turnverein Bahlingen





■ Eintritte
■ Austritte



Tätigkeitsberichte



- Bericht der Kassenprüfer
- Entlastung des Kassenwart

Tätigkeitsberichte Jugend



Jugendvorstandschaft

Mitglieder: **Vanessa Kaufmann**
 Sophia Sommer
 Christoph Gerhard
 Jonas Kopf
 Simon Vögtlin
 Michel Beck

Anzahl der Teilnehmer: **6**

Highlights vergangenes Jahr:

Vereinsmeisterschaften
Schlittschuhlaufen

Tätigkeitsbericht Jugend



Vereinsmeisterschaften 2017

- 41 Teilnehmende
- 6-17 Jahre alt
- 17 Vereinsmeister*innen:

Turnen:

Anna Oser, Luca Schuchmann, Samira Schmidt, Nele Leonhardt, Indira Kern, Leni Baldinger, Sara Kapp

Leichtathletik:

Zoe Hesse, Laura Ernst, Marius Lippitz, Hanna Berger, Rico Würstlin, Lene Sommer, Nico Ernst, Hannah Stubert, Lynn Würstlin, Pia Hummel

Tätigkeitsbericht Jugend



~~Weihnachtsfeier 2017~~



Tätigkeitsbericht Jugend



Schlittschuhlaufen 2018

- 24 Kinder im Alter von 8-12



Jahreshauptversammlung Turnverein Bahlingen

20. April 2018

Tätigkeitsberichte Turnen



Gruppenname:	Eltern-Kind-Turnen
Trainingszeiten:	Dienstag 15.00 - 16.00 Uhr (Gruppe 1) 16.00 – 17.00 Uhr (Gruppe 2)
Trainer/Helfer:	Maren Deibert
Anzahl der Teilnehmer:	ca. 20 Kinder und ihre Eltern
Alter der Teilnehmer:	1,5 - 4 Jahre

Trainingsinhalt:

Bewegung, Spiel und Spaß

Highlights vergangenes Jahr:

- für viele Kinder ist das Kinderturnen ein Highlight der Woche
- Bobbycar - Stunde
- Themenstunde z.B. Winter, Frühling, Zwerge...



Tätigkeitsberichte Turnen



Gruppenname: Kinderturnen Mädchen
Trainingszeiten: Donnerstag 17.00 - 18.00 Uhr

Trainer/Helfer: Gudrun Fränkel, Anna Kosog, Linda Papenfuß
Anzahl der Teilnehmer: ca. 20 Kinder
Alter der Teilnehmer: 4 - 6 Jahre

Trainingsinhalt:

Grundlagen des Geräteturnens (Rolle vorwärts, balancieren, springen, ...), bewegen mit verschiedenen Materialien (Bälle, Fleece, Reifen), viel Spaß und Spiel

Highlight 2016:

Vereinsmeisterschaften



Tätigkeitsberichte Turnen



Gruppenname:	Kinderturnen Jungs
Trainingszeiten:	Donnerstag 17.00 - 18.00 Uhr
Trainer/Helfer:	Gudrun Fränkel, Anna Kosog, Linda Papenfuß
Anzahl der Teilnehmer:	ca. 12 Kinder
Alter der Teilnehmer:	4 - 6 Jahre

Trainingsinhalt:

Grundlagen des Geräteturnens (Rolle vorwärts, balancieren, springen, ...), bewegen mit verschiedenen Materialien (Bälle, Fleece, Reifen), viel Spaß und Spiel

Highlight 2016:

Vereinsmeisterschaften



Tätigkeitsberichte Turnen



Gruppenname:	Bubenturnen Jungs
Trainingszeiten:	Donnerstag 18.00 - 19 .00 Uhr
Trainer/Helfer:	Michel Beck,
Anzahl der Teilnehmer:	18 Kinder
Alter der Teilnehmer:	8-14 Jahre

Trainingsinhalt:

Durch spielerische Aufgaben und Bewegungslandschaften werden den Kindern die Grundzüge des Turnens näher gebracht und leistungstechnische Voraussetzungen wie Kraft und Koordination erworben. An Geräten wie Barren, Reck, Sprung, Boden, Trampolin und Airtrack wird versucht das Erlernte zu turnerischen Bewegungen umzusetzen.

Highlights vergangenes Jahr:

Spiel „Zombieball“ zum Aufwärmen oder Abschluss, Trampolinspringen, Airtrack

Tätigkeitsberichte Turnen



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

Trainingsinhalt:

Spielerisches Aufwärmen mit und ohne Handgeräte, methodisches Hinführen zum Geräteturnen, Koordinations- und Haltungsschulung, Grundlagen- und Ausdauertraining, Gleichgewicht und Balance

Highlights vergangenes Jahr:

Vereinsmeisterschaften



Tätigkeitsberichte Turnen



Gruppenname:	Leistungsriege weiblich
Trainingszeiten:	Montag & Mittwoch 17.00 – 19.00 Uhr Freitag 16.00 – 18.00 Uhr
Trainer/Helfer:	Evi Holderer, Anja Rapp, Sinja Bergmann
Anzahl der Teilnehmer:	25 Turnerinnen
Alter der Teilnehmer:	6 – 18 Jahre

Trainingsinhalt:

Das Ziel des Trainings ist die erfolgreiche Teilnahme an Wettkämpfen auf Kreis- und Bezirksebene.

Das Erlernen der Grundelemente des Geräteturnens wie Räder, Handstand, Überschläge, sowie Kraft und Beweglichkeit bilden die Basis des Trainings.

Aktuelles:

Gründung der Wettkampfgemeinschaft Bahlingen/Kollnau für die Bezirksklasse 2018
Neue Wettkampfanzüge und Mannschaftstrikots



Tätigkeitsberichte Turnen



Highlights 2017

- Erfolgreiche Teilnahme von Sinja Bergmann an den Badischen Seniorenmeisterschaften (4.)
- Drei Mannschaften bei Turnerjugendbestenwettkämpfen
 - Alle Drei Mannschaften holen Gold beim Gauentscheid und qualifizieren sich auf Bezirksebene
- 6 Podestplätze bei den Kreisschülerwettkämpfen im Mai
- Ligaabschluss der Ligamannschaft auf Rang 2 mit nur einem Punkt Rückstand auf den ersten Platz
- Erster Platz der Ligamannschaft beim Staffelfinale in Offenburg mit zwei Punkten Vorsprung
- Aufstieg der Ligamannschaft in die Bezirksklasse bei den Relegationswettkämpfen
- Teilnahme beim deutschen Turnfest in Berlin
- Vereinsmeisterschaften
- Saisonabschluss und Abschied in die Sommerpause wegen der Renovierung der Silberberghalle
- Auftritt und Spalierstehen bei der Hochzeit unseres zweiten Vorstandes
- Erster Platz bei den Gauherbstwettkämpfen mit mit 9 Punkten Vorsprung

Tätigkeitsberichte Turnen



- **März 2018: Turnerjugendbestenwettkämpfe**
- Erfolg auf Gauebene, Alle vier Mannschaften qualifizieren sich für den Bezirksentscheid
 - AK09 und jünger, AK07 und jünger, AK05 und jünger und offene Klasse
- Erfolg auf Bezirksebene, 2. Platz der Mannschaften 2007 und jünger und 2005 und jünger, Erster Platz der Mannschaft 2009 und jünger
- Herzliches Dankeschön an unsere Kampfrichter Anja Rapp, Sinja Bergmann und Linda Blum! Ohne sie wäre die Teilnahme an sämtlichen Wettkämpfen nicht möglich
- Am 13.5.2018 findet ein Heimwettkampf in der Silberberghalle statt

- **Wir suchen aktuell:**
 - Junge Talente mit Spaß an Turnen und Bewegung (2010 / 2011 / 2012)
 - Helfer/In für die Jüngsten zur Unterstützung des Trainerteams
 - Kampfrichter/Innen





Tätigkeitsberichte

Leichtathletik



Gruppenname:	Leichtathletik Kinder U10
Trainingszeiten:	Montag/Freitag 17.30 – 18.30 Uhr
Trainer/Helfer:	Elena Ernst, Jonas Kopf
Anzahl der Teilnehmer:	15 - 20 Kinder
Alter der Teilnehmer:	5 - 9 Jahre

Trainingsinhalt:

Leichtathletik in spielerischer Form: Hindernislauf, Zielwerfen und -springen und Team-Biathlon sind die Disziplinen. Der gemeinsame Spass an Bewegung steht im Vordergrund. Ein Trainingshighlight ist die Runden-Staffel zum Abschluss.

Highlights vergangenes Jahr:

Hallensportfest Breisach, Vereinsmeisterschaften, Kinderleichtathletik Teningen, Crosslauf Riegel

Tätigkeitsberichte

Leichtathletik



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

Trainingsinhalt:

In dieser Gruppe geht es vom spielerischen über in die klassischen Leichtathletik-Disziplinen: Sprint, Weitsprung, Ballwurf. Die allgemeine Koordination, Beweglichkeit und Grundlagen im Ausdauerbereich stehen hier im Mittelpunkt.

Highlights vergangenes Jahr:

Hallensportfest Breisach, Vereinsmeisterschaften, Kreismeisterschaften Denzlingen, Crosslauf Riegel und Endingen



Jahreshauptversammlung Turnverein Bahlingen

20. April 2018

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:	15-20 Teilnehmer
Alter der Teilnehmer:	ab 12 Jahre

Trainingsinhalt:

Das Training ist leistungsorientierter und es kann eine Spezialisierung in einzelnen Disziplinen erfolgen. Das Spektrum an Disziplinen wird größer: z.B. 200m/300m/400m, Hochsprung, Speerwurf, Kugelstoßen, Hürdenlauf.

Tätigkeitsberichte Leichtathletik



Highlights: Teilnahme an 21 Wettkämpfen

- Deutsche Meisterschaften Aktive
- DM Junioren
- Süddeutsche Meisterschaften
- Ba-Wü Meisterschaften + Halle
- BLV-Meisterschaften
- Kreismeisterschaften
- Vergleichskampf Kreise und Bezirke
- Stadtwerke Karlsruhe Hallenmeeting
- Sparkassen-Meeting
- Abendsportfest in Teningen
- Bahneröffnung Lahr

Tätigkeitsberichte Leichtathletik



Erfolge 2017

- **Hallensportfest Breisach:** zwei Erste und ein Zweiter Platz
- **Kreismeisterschaften Schüler:** ein erster und zwei vierte Plätze über 800m, dritter Platz beim Weitsprung, sechster Platz über 50m und Weitsprung, dritter Platz der Staffel über 4x50m
- **Kreismeisterschaften Jugend:** vier erste Plätze über 100m, 800m und Weitsprung, zweiter und dritter Platz über 300m
- **BLV-Meisterschaften:** erster Platz über 400m, sechster Platz über 800m
- **BaWü-Meisterschaften:** zwei erste Plätze über 400m (Frauen Hauptklasse und U23)
- **Süddt.-Meisterschaften:** erster Platz über 400m (U23)
- **DLV-Meisterschaften:** neunter Platz über 400m (Frauen Hauptklasse), siebter Platz über 400m (U23)

Tätigkeitsberichte Leichtathletik



Platzierungen in der Badischen Bestenliste

W14: Alina Kaufmann (800m/Pl. 6 + 300m/Pl. 10)

W15: Amina Pir (100m/Pl. 19)

Frauen U23: Sophia Sommer (400m/Pl. 2 + 200m/Pl. 4 + 100m/Pl. 4)

Frauen: Sophia Sommer (400m/Pl. 3 + 200m/Pl. 12 + 100m/Pl. 16)

MJU20: Jonas Kopf (Weit/Pl. 17)

In den DLV Bestenlisten belegt Sophia Sommer über 400m Platz 12 (U23) und Platz 24 (Frauen).



Tätigkeitsberichte Ballsport



Gruppenname:	Volleyball
Trainingszeiten:	Dienstag u. Donnerstag 19.00 – 20.30 Uhr
Trainer/Helfer:	Guy Devine
Anzahl der Teilnehmer:	ca. 20 Teilnehmer
Alter der Teilnehmer:	13 - 32 Jahre (männlich & weiblich)

Trainingsinhalt:

Vorbereitung auf die Rundenspiele

Highlights vergangenes Jahr:

- Gemeinsame Kanutour mit AMS-Tours
- Ausrichtung des Volleyballgrümpeltourniers
- Starker vierter Platz in der Bezirksklasse nach dem Aufstieg 2017
- Teilnahme am Bezirkspokal



Tätigkeitsberichte Ballsport



Gruppenname:	Just4Fun
Trainingszeiten:	Montag 19.00 – 20.30 Uhr
Trainer/Helfer:	Stefan Koch
Anzahl der Teilnehmer:	ca. 8 - 15 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:

- Durch die gute Resonanz im vergangenen Jahr wurde die Gruppe ein fester Bestandteil des TVBs mit regelmäßigen Trainingszeiten. Die Teilnehmerzahl hat sich ein den letzten beiden Jahren verdoppelt.



Tätigkeitsberichte Klettern



Gruppenname:	Klettergruppe Eltern(Opa)-Kind
Trainingszeiten:	Montag 16.15 – 17.30 Uhr
Trainer/Helfer:	Michael Maurer
Anzahl der Teilnehmer:	8 Kinder mit Eltern und Opas
Alter der Teilnehmer:	ab 3 Jahre

Trainingsinhalt:

spielerisches Erkunden und Erlernen von verschiedenen Klettertechniken, mit ganz viel Spaß!

Highlights vergangenes Jahr:

ganz viel Spaß in jedem Training 😊



Jahreshauptversammlung Turnverein Bahlingen

20. April 2018

Tätigkeitsberichte Klettern



Gruppenname:	Klettergruppe 1 & 2
Trainingszeiten:	Donnerstag 18.00 – 19.15 Uhr / 19.00 – 20.30 Uhr
Trainer/Helfer:	Michael Maurer, Thomas Walker, Christoph Gerhart, Nicola Sommer, Simon Vögtlin
Anzahl der Teilnehmer:	30 Teilnehmer in 2 Gruppen
Alter der Teilnehmer:	6 – 17 Jahre
Trainingsinhalt:	erlernen der Klettertechnik, Sicherungstechnik, Umgang mit Kletterutensilien
Highlights vergangenes Jahr:	



Tätigkeitsberichte Klettern



Gruppenname: Klettergruppe 5
Trainingszeiten: Montag 21.00Uhr – 22:30Uhr
Dienstag 20.00Uhr – 21:30Uhr (April bis Oktober)

Trainer: Christoph Gerhart, Nicola Sommer, Simon Vögtlin

Anzahl der Teilnehmer: 10 Teilnehmer
Alter der Teilnehmer: 18 – 28 Jahre

Trainingsinhalt:

erlernen der Klettertechnik, Sicherungstechnik, Umgang mit Kletterutensilien, Klettern am Fels, Aufbau von Abseilpisten, Aufbau von Standplätzen, Mehrseillängentouren, Bergetechniken

Highlights vergangenes Jahr:

Klettern am Kandelfels, Klettercamp im Donautal, Umbau Kletterwand





Tätigkeitsberichte Klettern



Gruppenname: Klettern Erwachsene
Trainingszeiten: Donnerstag 20.30Uhr – 21:45Uhr

Trainer: Michael Maurer, Thomas Grimm

Anzahl der Teilnehmer: 15 Erwachsene
Alter der Teilnehmer: 20 Jahre bis fast Rentner

Trainingsinhalt:

Vermitteln und Vertiefen von verschiedenen Klettertechniken für Halle, Fels und Canyoning, sowie Berge- und Rettungstechniken

Highlights vergangenes Jahr:

Verschiedene Kletterausflüge an heimische Kletterfelsen



 Turnverein
Bahlingen
seit 1929 e.V.



Tätigkeitsberichte Outdoor



Gruppenname:	Walking/ Nordic-Walking	
Trainingszeiten: (Sommer)	Dienstag & Mittwoch	18.00 – 19.00 Uhr
		16.30 – 17.30 Uhr (Winter)
Trainer/Helfer:	Christel Sommer	
Anzahl der Teilnehmer:	19 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“
- Badberglauf
- Gemeinsame Kaffeekränzle und Saunabesuche ☺



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:	35 – 70 Jahre

Trainingsinhalt:

Ausdauer und Spaß

Highlights vergangenes Jahr:

Jede Ausfahrt ein Highlight



Tätigkeitsberichte Fitness



Gruppenname: Fit von Kopf bis Fuß (Frauengymnastik)

Trainingszeiten: Montag 20.00 – 21.30 Uhr

Trainer/Helfer: Monika Mutschler

Anzahl der Teilnehmer: 21 Teilnehmer

Alter der Teilnehmer: 50 Plus

Trainingsinhalt: Joga, Pilates

Highlights vergangenes Jahr:

März: Heinz Erhardt Show in Kenzingen

Juni: Wanderung auf dem Gallusweg

August: Radtour



Tätigkeitsberichte Fitness



Gruppenname: Mittwoch-Frauengymnastik

Trainingszeiten: 20.30 - 22.00 Uhr

Trainer/Helfer: Karin Schweigert

Anzahl der Teilnehmer: 19 Teilnehmer

Alter der Teilnehmer: 53 – 83 Jahre

Trainingsinhalt:

bewusste Körperwahrnehmung, Gleichgewichtsschulung, Beweglichhalten der Wirbelsäule und der Gelenke, sowie Ganzkörperkräftigung und Ausdauer

Highlights vergangenes Jahr:

der Sektempfang zum Jahresbeginn, das Ringel T-Shirt Turnen an Fasching, das Sommerbuffet vor den Ferien, Flammkuchen und neuer Wein im Herbst und die Weihnachtsfeier. Bis auf letztere finden alle Veranstaltungen natürlich erst **nach** der Gymnastik statt.



Tätigkeitsberichte Fitness



Gruppenname: Funktionelles Faszientraining

Trainingszeiten: Donnerstag 18.00 - 19.00 Uhr

Trainer/Helfer: Claudia Beck

Anzahl der Teilnehmer: 20 – 30 Teilnehmer (männlich & weiblich)

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.

Im Innern unseres Körpers ist alles in ständiger Bewegung, es ist ein wahrer Tanz der Zellen und Moleküle. Im funktionellen Krafttraining nehmen wir diesen Fluss auf – und fangen an, uns auch äußerlich sichtbar wieder zu bewegen. Bewegung gehört zu uns. Unser Körper braucht Bewegung wie die Luft zum Atmen. Wir holen die Bewegung zurück, in unseren ganz normalen Alltag.

Entdecken Sie die Freude an der Bewegung mit Kettlebell, Theraband & Blackroll !



Tätigkeitsberichte Fitness



Gruppenname:	Männnergym
Trainingszeiten:	Donnerstag 20.30 - 22.00 Uhr
Trainer/Helfer:	Joachim Tegtmeier
Anzahl der Teilnehmer:	32 Teilnehmer
Alter der Teilnehmer:	40 – 69 Jahre

Trainingsinhalt:

Alles was der Gesundheit gut tut.

Wirbelsäulengymnastik, allg. Gymnastik,
Kraft und Ausdauer

Highlights vergangenes Jahr:

Wanderung im Ehrwald/Zugspitzgebiet,
Weihnachtsfeier mit den Frauen



Tätigkeitsberichte Tanzen



Gruppenname:	Tanzgruppe
Trainingszeiten:	Freitag 15.00 – 16.00 Uhr
Trainer/Helfer:	Sandra und Louisa Zimmermann
Anzahl der Teilnehmer:	20 Kinder
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.

Highlights:

Verschiedene Auftritte an Fasnet
Auftritt auf der Baden Messe in Freiburg



Tätigkeitsberichte Kurse



Gruppenname: Faszien Pilates

Trainingszeiten: Montag 20.00 - 21.00 Uhr

Trainer/Helfer: Claudia Beck

Anzahl der Teilnehmer: 40 Teilnehmer

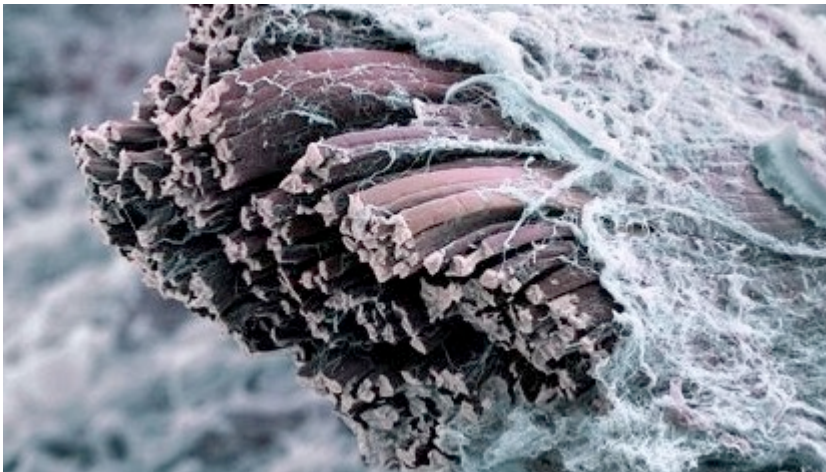
Alter der Teilnehmer: 18 – 70 Jahre

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: Bauch-Beine-Po

Trainingszeiten: Diensag 20.00 - 21.00 Uhr

Trainer/Helfer: Anja Ferenbach

Anzahl der Teilnehmer: 43 Teilnehmer

Alter der Teilnehmer: 20 – 70 Jahre

Trainingsinhalt:

1. Start mit einer einfach Aerobic-Choreografie

Mobilisation der Gelenke, Herz-Kreislauf-Training

2. Workout mit gezielten Übungen für die Problemzonen Bauch-Beine-Po u.A. mit Kleingeräten

nebenbei Stärkung des Rückens und des Gleichgewichts

3. Ausklang mit Stretching oder Entspannungsübungen

Highlights

Saisonabschluss im Sommer, Rössle-Besuch, Kabinenfest



Jahreshauptversammlung Turnverein Bahlingen

20. April 2017

Tätigkeitsberichte Kurse



Gruppenname:	Yoga
Trainingszeiten:	Dienstag 19.15 - 20.45 Uhr
Trainer/Helfer:	Claudia Beck
Anzahl der Teilnehmer:	20 Teilnehmer
Alter der Teilnehmer:	22 – 65 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



Entlastung des Vorstandes



- Entlastung des Vorstandes

Mitgliederehrung



Für 40 Jahre Mitgliedschaft werden geehrt:

- Christel Adler
- Willi Adler
- Sonja Becker
- Manfred Bürkin
- Rolf Bürkin
- Werner Bürkin
- Gertrud Häuber
- Hans Häuber
- Margit Hepp
- Dieter Holderer
- Hilde Kaufmann
- Angelika Merklin
- Klara Merklin
- Monika Mutschler
- Christel Sommer
- Ottmar Sommer
- Christian Trautwein
- Gretel Wissert
- Karl Wissert

Herzlichen Glückwunsch!

Mitgliederehrung



Für 50 Jahre Mitgliedschaft werden geehrt:

- Heinz Ernst

Herzlichen Glückwunsch!

Mitgliederehrung



Für 60 Jahre Mitgliedschaft werden geehrt:

- Heinz Maurer
- Hans Boos

Herzlichen Glückwunsch!

Mitgliederehrung



Die Vereinsehrennadel in Silber geht an

- Michel Beck
- Sinja Bergmann
- Lothar Boos
- Tobias Häßig
- Tanina Maurer
- Karin Schweigert
- Joachim Tegtmeier
- Simon Vögtlin

Herzlichen Glückwunsch!

Mitgliederehrung



Die Vereinsehrennadel in Gold geht an

- Claudia Beck
- Stefan Koch

Herzlichen Glückwunsch!

Gauehrung



- Ehrungen vom Breisgauer Turngau

Termine 2018



- 21.04. Gauvollversammlung in Bahlingen
- 05.05. Volleyballgrümpelturnier
- 13.05. Muttertagshock und Heimwettkampf Damenmannschaft
- 21.07. Vereinsmeisterschaften
- 20.10. Unterhaltungsabend

Verschiedenes



**Vielen Dank
für Ihre
Aufmerksamkeit!**