TSG-Tennisjournal

Ausgabe 2016 · www.tsg78-hd.de

TSG 78 Heidelberg

Förderverein TSG 78 Heidelberg Tennis e.V.

Brox Blechnerei · Installation

Rainer Becker International-Tennis-Academy

KOPIEREN. DRUCKEN. ZAUBERN.

Druck, Satz und Sieg!

Wir sind Ihr Ass in Sachen Werbung, Digital- und Offsetdruck.

BAIER DigitalDruck

Baier Digitaldruck GmbH
Tullastraße 17 · 69126 Heidelberg
Telefon 06221 4577-0
info@baier.de · **www.baier.de**

Vorwort

Liebe Mitglieder, liebe Leserinnen und Leser,

ich begrüße Sie herzlich zur 9. Ausgabe unseres TSG Tennisjournals. Was Sie die nächsten Seiten erwartet, ist ein buntgemischter Zusammenschnitt unserer Abteilung. Berichte aus dem letzten Jahr, ein Ausblick auf die Saison 2016 und Beiträge, die es in das Journal geschafft haben, weil sie besonders sind.

Besonders war die Saison 2015 in Hinblick auf unsere sportlichen Leistungen. Mit 19 Mannschaften haben wir in Baden unsere TSG vertreten. Darunter steht ein Titelgewinn der 1. Damenmannschaft, die Badischer Mannschaftsmeister 2015 wurden! Da auch das Relegationsspiel gewonnen wurde, vertritt uns in der Saison 2016 das Team in der dritthöchsten Spielklasse: Regionalliga Süd-West. (mehr ab Seite 20). Auch die Aufstiege der 2. Damen- (Seite 23) und 1. Herrenmannschaft (ab Seite 24) freuen mich außerordentlich. Meinen herzlichen Glückwunsch!

Für die Saison 2016 haben wir 22 Mannschaften gemeldet. In dem Journal finden Sie einen kleinen Einblick (Jugend Seite 19, Erwachsene folgende). Allen einen guten Saisonverlauf mit viel Spaß und Erfolg! Auch allen Mitgliedern, die sich keiner Mannschaft anschließen, wünsche ich schöne Stunden auf der Anlage und ebenso viel Spaß beim Tennis spielen.

Ein Höhepunkt der Saison ist die Ausrichtung des DTB-Jugendranglistenturniers, der Rainer-Becker-Open. Sechs ausgefüllte Konkurrenzen, eine gut strukturierte Turnierleitung und das Helferteam machen das Wochenende zum vollen Erfolg. (ab Seite 16)

Wer geht nicht gern in Urlaub!? Und dabei noch Tennis spielen!? Klingt gut! Ist gut! So nutzen viele Mitglieder/Spieler die Reiseangebote der International-Tennis-Academy Rainer Becker. Abgesehen von der Möglichkeit, eine Woche täglich sein Hobby auszuleben, verbringt man zusammen eine tolle Zeit, bei der sich bereits viele Freundschaften und Verbindungen weit über die Abteilung hinaus entwickelt haben (ab Seite 10).

Weitere gemeinsame Aktivitäten dokumentieren wir auf Seite 12, 13 und 15. An dieser Stelle möchte ich einmal meinen Dank aussprechen. Ich habe ein tolles Team um mich herum. Ohne dieses gehts nicht. Aber auch ohne die Teilnehmer gehts nicht. Schön, dass wir alle unsere Abteilung so lebendig machen.

Der Beitrag „Regelkunde" (Seite 27) und die Beiträge der Uni Mannheim (Seite 32, 34), die wir in Absprache mit einem dort lehrenden Professor ausgewählt haben, sind informativ und interessant.

Seit vielen Jahren unterstützt der Förderverein Tennis e.V. die Aktivitäten der Abteilung. Vor allem dieses Tennisjournal, das unter seiner Regie herausgegeben wird. Wir bedanken uns bei allen Spender und Sponsoren für die Unterstützung. Bedanken möchte ich mich im Besonderen auch bei meiner Tochter Tina, die die Beiträge sammelt, schreibt, Ideen entwickelt und Seite für Seite dieses Journals bearbeitet. Vielen Dank der Firma Baier, die den Entwurf meiner Tochter nochmals mit fachmännischem Blick überarbeitet und uns die Ausgaben druckt.

Die 9. Ausgabe ist zugleich die Ausgabe vor der Jubiläumsausgabe. Es wäre schön, wenn wir mit Ihrer Hilfe die Jubiläumsausgabe zu etwas Besonderen machen könnten.

Und nun viel Spaß mit dem TSG Tennisjournal!
Schön, dass Sie es lesen!

Hermann Häfner
1. Vorsitzende Förderverein Tennis e.V.
der TSG 78 Heidelberg / Abteilung Tennis

Inhalt

- Grußworte
- Förderverein Tennis e.V.
- Jahreskalender
- Tennis-Academy Rainer Becker
- Tennisreisen
- Clubleben
- DTB-Turnier Rainer-Becker-Open
- Jugend
- Damen I
- Mannschaften
- Regelkunde
- Mitglieder im Blickpunkt
- Externer Beitrag Uni MA
- Danke an Sponsoren
- Impressum

Tennisanlage am Neckar

Die TSG 78 Heidelberg ist mit acht Abteilungen und mehr als 1.600 Mitgliedern einer der größen Mehrspartenvereine Heidelbergs. Unser Sportpark liegt direkt am Neckar. Die Tennisplätze 4 und 8 sind nur noch durch eine kleinen Weg vom Wasser getrennt. Da sich unser Gelände im Privatbesitz befindet, ist ein Standortwechsel ausgeschlossen. Besuchen Sie uns auf der Homepage www.tsg78-hd.de! (red.)

Grußworte

Sehr geehrte Damen und Herren, liebe Tennisfreunde,

der Sieg von Angélique Kerber bei den Australian Open im Januar dieses Jahres gab dem deutschen Tennis wieder einen kräftigen Schub. Ich erinnere mich noch gut und gerne an die Zeiten von Boris Becker und Steffi Graf, beides Kinder von vor der Haustür, die vor einem Vierteljahrhundert einen wahren Tennisboom in Deutschland auslösten und für eine immense Breitenwirkung ihrer Sportart sorgten. Tennis ist seitdem in der Mitte unserer Gesellschaft angekommen, nicht mehr der elitär-weiße Sport von einst.

Wie jede Sportart lebt auch Tennis von den Stars, den Vorbildern, den Spitzenmannschaften, die für die Entwicklung des Sports unerlässlich sind, zeigen sie doch dem zur Nachahmung bereiten Publikum ihr Können, ihre Fertigkeiten und Tricks in oft engen, dramatischen Matches.

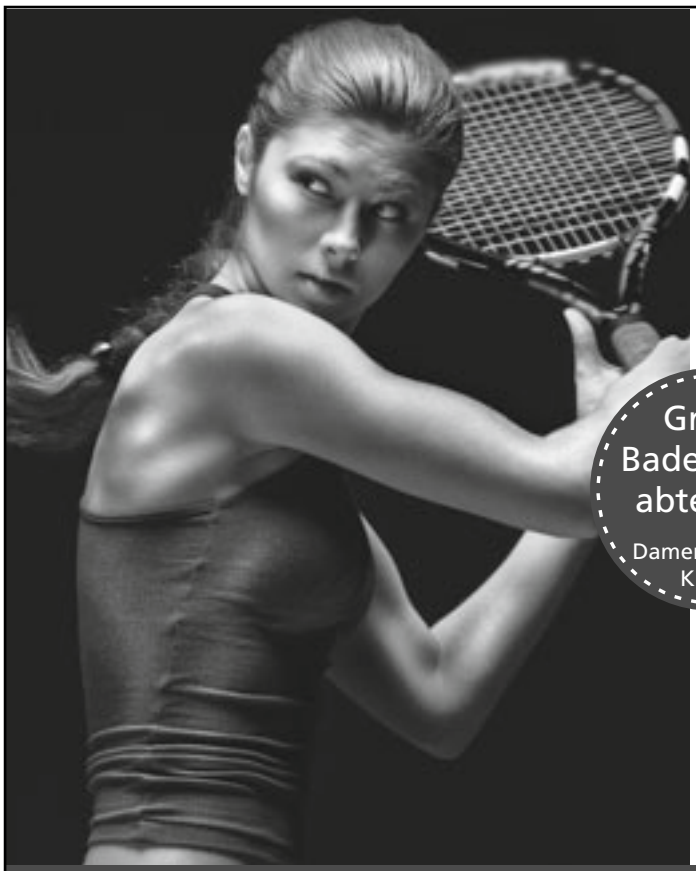
Von der Pike auf kann Sport in den unzähligen Vereinen in Deutschland für kleine Beiträge gelernt und ausgeübt werden. Hier werden schon den Jüngsten wichtige Eigenschaften für das „Leben" vermittelt. Teamgeist, Leistungsbereitschaft, fair play, Toleranz und Geselligkeit sind oft im Gepäck. Dies geschieht auf ehrenamtlicher Basis, die nicht hoch genug geschätzt werden kann.

Auch die Tennisabteilung der TSG 78 Heidelberg ist hier sehr aktiv, mit vielen Mannschaften im Spielbetrieb vertreten. Von den Kids U 12 über die erste Damenmannschaft, die 2015 nach einer imponierenden Siegesserie in der Badenliga, publizistisch von der Rhein-Neckar-Zeitung begleitet, in die dritthöchste deutsche Spielklasse aufgestiegen ist, bis hin zum Ladies Morning Cup und den Herren 65 werden hier in angenehmem Ambiente viele Altersstufen und Spielklassen abgedeckt.

Die Politik sieht solche Arbeit für die Bürger in den Gemeinden sehr gerne. Die Sportvereine bilden mit das Rückgrat der Gesellschaft, die gerade heute vor großen Herausforderungen steht und gelebte „Integration" gut gebrauchen kann.

In diesem Sinne sei der Tennisabteilung der TSG 78 Heidelberg alles Gute für die Zukunft gewünscht – mögen alle Spielerinnen und Spieler, Mannschaften und Ehrenamtliche weiterhin mit Freude am Ball bleiben – für sich und das große Ganze, das bekanntlich mehr ist als die Summe der Einzelnen.

Ihr
Dr. Jochen Wilhelm
Vorsitzender der CDU Neuenheim



Ihr TENNISPROFI in Heidelberg

Running · Walking · Schwimmen
Rugby · Fußball · Tennis
Fitness · Ski · Outdoor · Rugby
Handball · Basketball
Badminton · Tischtennis
Wandern · Gymnastik

Große Bademode-abteilung
Damen, Herren, Kinder

- Gratis Kunden-Parkhaus
- große Sportschuhabteilung
- Laufanalyse
- Leih-Ski
- Skiservice
- Tennisschläger Bespannservice
- Kartenvorverkaufsstelle der SAP-Arena u. TSG Hoffenheim

adidas · NIKE · ESPRIT · asics · odlo · Jack Wolfskin · Schöffel · DUNLOP · Völkl · HEAD · PROTEST · erima · Babolat · Wilson · ALPINA · CAMPAGNOLO

Dossenheimer Landstraße 98
69121 Heidelberg
06221 - 65116-32
info@niebel-mode.de

Öffnungszeiten
Mo - Fr 9.3o bis 19.oo Uhr
Sa 9.oo bis 17.oo Uhr
www.niebel-mode.de

Niebel
...alles was Mode und Sport ist!

Grußworte

Liebe Leserinnen und Leser,

seit 1966 – also seit 50 Jahren – hat die Heidelberger Volksbank eine Zweigstelle in Handschuhsheim – in der Dossenheimer Landstraße 7 gegenüber der historischen Tiefburg. Die TSG 78 Heidelberg unterstützt die Bank schon seit 30 Jahren, einen besonderen Kontakt pflegen wir zu der Tennisabteilung mit ihrem 1. Vorsitzenden Hermann Häfner und seiner Tochter Tina.

Das Foto zeigt die Scheckübergabe auf unserer Tennisanlage. V. l. n. r.: Tatjana Stoll, René Würthwein, Rainer Becker, Hermann Häfner, Dorothea Reiß, Tina Häfner

Sehr gefreut haben wir uns über den Aufstieg der Tennis-Damen in die Regionalliga im August 2015. Ich spiele selbst Tennis und habe Hochachtung vor der beachtlichen Leistung, die dahintersteckt. Den Aufstieg honorierten wir spontan mit einer Spende, was der Verein natürlich gut gebrauchen kann. In der neuen Liga steigen die Kosten, z.B. für Fahrten zu den Auswärtsspielen, deutlich an.

Über unser verlässliches Engagement für die Vereine in der Region hinaus bieten wir Ihnen maßgeschneiderte Konzepte in allen Fragen zu Privat- und Firmenkrediten, Baufinanzierungen, Kapitalanlagen und zur Altersvorsorge. Im Mittelpunkt stehen dabei immer die Ziele und Wünsche unserer Kunden. Dabei garantiert unser VR-FinanzPlan eine strukturierte und umfassende Beratung. So finden wir gemeinsam für Sie in jeder Lebenslage und für jeden Bedarf die passende Lösung.

Der Tennisabteilung der TSG 78, dem Förderverein und speziell der 1. Mannschaft der Tennisdamen wünschen wir eine erfolgreiche Saison und freuen uns auf die weitere Zusammenarbeit.

Beste Grüße
René Würthwein
Heidelberger Volksbank
Leiter der Zweigstelle Handschuhsheim

fachbetrieb
seit über 50 Jahren
sanitär heizung klima
Brox
Blechnerei · Installation
- Reparatur-Werkstätte
- Blechnerarbeiten
- Gas-Heizungen
- Sanitärinstallationen

Handschuhsheimer Landstraße 98
Tel. 06221-470480 www.brox-sanitaer.de

Förderverein

TSG 78 Heidelberg Tennis e.V.

Der „Förderverein Tennis e.V." der TSG 78 Heidelberg Tennisabteilung hat sich zum Ziel gesetzt, die Projekte der Tennisabteilung, vor allem im Jugend und Leistungssport, zu unterstützen.

Damit diese Ziele umgesetzt und verwirklicht werden können, werden Spender und Firmen gesucht, die uns unterstützen wollen und ein Teil des Erfolges werden möchten.

Spenden

Spenden Sie auf das Konto:

Förderverein Tennis e.V.
Heidelberger Volksbank
IBAN: DE82 6729 0000 0046 5107 04
BIC: GENODE61HD1

Sie erhalten selbstverständlich eine Spendenbescheinigung.

Sponsoring

Paket A: Anzeige im Tennisjournal
Paket B: Firmenschild im Clubfoyer
Paket C: Bandenwerbung auf dem Tennisplatz
Paket D: Werbung Regionalliga-Mannschaft

Paket A: Anzeige im Tennisjournal
Das Tennisjournal dokumentiert alle Aktivitäten der Tennisabteilung und wird mit einer Auflage von 1.100 gedruckt. Es wird im Clubhaus ausgelegt und wird durch die Gastvereine in der Region verbreitet. Ebenso werden Exemplare bei den Anzeigenpartner ausgelegt.

Paket B: Firmenschild im Clubfoyer
Unsere Sponsorentafel befindet sich idealerweise im Clubfoyer, durch das alle Tennisspieler und Besucher gehen um zur Clubterrasse, den Tennisplätzen und zur Platzreservierung zu gelangen.

Paket C: Bandenwerbung auf dem Tennisplatz
An den Zäunen des Tennisplatzes werden pro Platz zwei dichte Tennisblenden angebracht. Diese dienen als Wind- und Sichtschutz, aber auch als Werbeträger. Das witterungs- und UV-beständige Material garantiert für seine Langlebigkeit.

Paket D: Werbung Regionalliga-Mannschaft
Die 1. Damenmannschaft vertritt die TSG in der dritthöchsten Liga in Deutschland: Regionalliga Süd-West (Bundesländer: Baden, Hessen, Saarland, Rheinland Pfalz, Württemberg). Ebenso sind die Spieler auf regionalen und überregionalen Turnieren vertreten. Wir bedrucken z.B. die Sportkleidung mit Ihrem Firmenlogo. Da dies individuell gestaltet werden kann, können wir den Preis erst auf Anfrage nennen.

Sollten Sie an einem der Sponsorpakete Interesse haben, kontaktieren Sie bitte Tina Häfner per Mail tinahaefner@gmx.de.

elektro wernz

- Elektroinstallation
- Haushaltsgeräte
- Netzwerktechnik
- Kundendienst
- Telefonanlagen
- EIB - Powernet

info@elektro-wernz.com

Dossenheimer Landstr. 28
69121 Heidelberg
www.elektro-wernz.com

Telefon: 06221 – 48 05 71
Telefax: 06221 – 47 53 52
Handy: 0160 – 70 75 882

Feriencamp der Stadt Heidelberg

Von dem Sportkreis Heidelberg vor vielen Jahren initiiert und von Annette Schneider in der TSG-Geschäftsstelle perfekt vorbereitet, fand in der vorletzten Ferienwoche (31.8.–4.9.2015) erneut die Sportwoche für Kinder im Alter von 6 bis 12 Jahren von 8.00 bis 17.30 Uhr – und manchmal auch ein bisschen länger – statt.

Und wir konnten was bieten! Lacrosse, Leichtathletik, Turnen, Tennis (Unter der Leitung des Fördervereins), Inlineskating/Hockey, Ultimate Frisbee und neuerdings auch Beach Volleyball in einem vor allem in Heidelberg wohl einzigartigen Sportpark! Besonders erfreulich auch die Zusammensetzung des Ground Crew Teams (GCT), das sich von Morgens bis Abends um die Belange der Kinder kümmerte. Dieses Jahr lag die Veranstaltung in den Händen von Franciska von der Lacrosseabteilung unterstützt von Judith (Danke für die Vermittlung an die Familie Häfner aus der Tennisabteilung) und Martin Seiler. Dazu kam noch „Minutenman" Paul aus der Inlinehockeyabteilung. „Minutenman" deshalb, weil er wirklich 36 Stunden vor Beginn der Veranstaltung spontan zugesagt hatte, nachdem uns ein zugeteilter Praktikant des Sportkreises versetzt hatte.

51 Kinder, darunter viele Geschwisterkinder und – sehr erfreulich – viele TSG'ler und „Wiederholungstäter" waren am Montag erwartungsfroh in der Tennisvorhalle begrüßt und mit einer 0,75 l BPA-freien Trinkflasche ausgerüstet worden. Die Kinder konnten sich selbst ihr Wasser aus aufgestellten Kanistern „zapfen" (was am Montag bei über 30 Grad auch zwingend erforderlich war).

Die Tagesgestaltung verlief wie folgt: jeweils zwei Abteilungen kümmerten sich morgens, nach 90 Minuten abwechselnd um die sportliche Attitüde, dann geht es zum Mittagessen und am Nachmittag wieder zwei Abteilungen im gleichen Rhythmus. Beim Mittagessen waren wir dieses Jahr in der GVO Olympia(stützpunkt) Cantina im Institut für Sport und Sportwissenschaft. Grande Finale der Veranstaltung war am Freitagmittag die Kinderolympiade mit sieben Stationen, mit der Überreichung einer Urkunde mit Bild, Wassereis und dem Applaus der Eltern. Vielen Dank an alle für die tolle Werbung für die TSG. (Text Martin Raps/red.)

Unterhaltsreinigung
Glasreinigung
Teppichreinigung
Polsterreinigung
Baureinigung
Fassadenreinigung
Graffiti-Entfernung u. -Schutz
Industriereinigung
Hausmeisterdienste

ALLEKOTTE
GLAS- UND GEBÄUDEREINIGUNG

Ralf Allekotte GmbH
Kriegsstraße 9
69121 Heidelberg

Tel.: (0 62 21) 47 41 92
Fax: (0 62 21) 41 92 39
E-Mail: Info@ralf-allekotte.de
Internet: www.ralf-allekotte.de

KOSMETIK-BECKER
GERTRAUD GRUBER
KOSMETIK
Dr. med. Christine SCHRAMMEK
PAYOT
PARIS

KOSMETISCHE BEHANDLUNGEN
FUSSPFLEGE

Mit einer glatten, prallen Haut und gepflegten Füßen in den Sommer.

69121 HD-Handschuhsheim
Kapellenweg 2
Telefon 48 01 24

Jahreskalender 2015

11. März	20.00 Uhr	Jahreshauptversammlung
19. März	11.00 Uhr	Arbeitseinsatz
26. März – 02. April		Saisonvorbereitung Mallorca
02. April	11.00 Uhr	Arbeitseinsatz
03. April	14.00 Uhr	Saisoneröffnung
15. – 17. April		DTB-Jugendranglistenturnier „Rainer-Becker-Open“
21. – 28. Mai		Tenniscamp Gardasee
Mai/Juni/Juli		Mannschaftsspiele aller Altersklassen
August		Mixed-Runde
29. Aug. – 02. Sept.		Feriencamp Stadt Heidelberg/TSG
10. Sept. ab 15 bzw. 18 Uhr		Tennis & Grillfest
09. Okt.	14 Uhr	Absackerturnier
05. Nov.	11 Uhr	Arbeitseinsatz
29. Nov.	18.30 Uhr	Adventsturnier (Tennishalle)

Änderungen und weitere Veranstaltungen entnehmen Sie bitte unserer Homepage, Rundschau und/oder den Aushängen im Clubhaus/Schaukasten.
Ebenso senden wir regelmäßig Informationen per Mail. Sollen wir Sie in den Verteiler aufnehmen? Bitte schreiben Sie eine kurze Mail an tinahaefner@gmx.de.

BIKER'S PARADISE
Inh. Holger Vogt
Tel. 06221- 40 90 63
Fax 06221- 40 90 74
e-mail: bikersparadise@arcor.de
TREKKING
MOUNTAIN
RENNSPORT
TRIATHLON
RADBEKLEIDUNG
ZUBEHÖR
SERVICE
Dossenheimer Landstraße 106 · 69121 Heidelberg

Aus Wissen und Erfahrung…entsteht Kompetenz!

LOTHAR TEUBER

Manualtherapeut
Heilpraktiker PT
Physio-Athletik-Trainer
Dozent f. CS-Osteoptahie

Top ausgebildetes
Therapeuten-Team

06221 603361
lotharteuber.de

Rainer Becker

International-Tennis-Academy

Die Tennis-Academy

Rainer Becker

- Leiter der International-Tennis-Academy (ITA)
- RPT Head Professional / Direktor
- USPTA Professional 1
- ÖTV staatlich geprüfter Tennislehrer / Trainer
- PTR Professional
- VDT Tennislehrer / Lehrherr / Stützpunktleiter
- APE Profesionales de la Ensenanza de Tennis
- ESTESS Development Coach

Als international ausgebildeter Tennislehrer bringt er die Voraussetzungen mit, die Qualität eines Trainings auf hohem Niveau durchzuführen. Ihm zur Seite steht ein spielstarkes und hochqualifiziertes Trainerteam, das über eine VDT, DTB oder PTR Ausbildung verfügt.

Die Grundlagen des Tennistrainings werden ständig den neusten sportwissenschaftlichen Erkenntnissen angepasst, d. h. die leistungsrelevanten Faktoren des Tennissports, wie das Training von Schlagtechnik, Schlagsicherheit, Schlagpräzision und Kondition werden stets nach den neuesten Erfahrungen vermittelt.

Auch die Vermittlung mentaler und taktischer Grundlagen wird mit einbezogen.

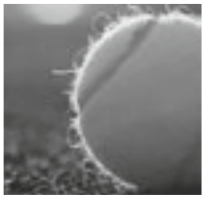
Aufgrund der erfüllten organisatorischen und fachlichen Kriterien wurde die Tennis-Academy zur „Deutschen Tennisschule" vom VDT und DTB anerkannt und lizenziert.

Unser Trainingszentrum

TSG 1878 Heidelberg – Sportpark
Tiergartenstraße 9 · 69120 Heidelberg

Trainingsangebote

Breitensport



- Einzel-/Gruppentraining
- Sommer-/Winterkurse
- Little-Kids-Club
- Jugendkurse
- Ferien-/Urlaubcamps
- Intensivkurse
- After-Work-Kurse
- Wochenendkurse

Die Spieler setzen sich aus allen Altersklassen und Spielstärken zusammen.

Das Team der Academy unterstützt die Wünsche der Spieler durch genaue Zielsetzungen innerhalb der einzelnen Gruppen bzw. mit jedem Spieler individuell.

Leistungssport

- Lehrmethoden und Systeme der RPT
- Kompetenz durch jahrzehntelange Erfahrung im Leistungstennis
- Full-Time-Training
- Trainingssponsoring
- Mental-Schulung / Fitnesstraining
- Tour-Betreuung – Match-Analyse

Die Spieler setzen sich zusammen aus nationalen und internationalen Kaderspielern und Turnierspielern, die aus der ITF-Weltrangliste, WTA-, ETA- und Deutschen Rangliste rekrutieren.

Das Academy-Team plant und betreut die Spieler beim Training und bei den nationalen und internationalen Turnieren. Hier konnten zahlreiche Bezirks-, Badische und Internationale Meistertitel gewonnen werden.

Reisen

Gardasee

Unser Ziel am Gardasee ist das Resort Club Hotel Olivi in Malcesine. Das Hotel liegt in einem 60.000 m² großen Park zwischen den Hängen des Monte Baldo und dem Gardasee. Das südliche Panorama vom See und den Bergen bietet eine entspannende Atmosphäre.

Wir trainieren in kleinen Gruppen auf der hoteleigenen Tennisanlage.

Mallorca

Das Sporthotel Sa Coma Playa Resort & Spa befindet sich in einer 20.000 qm großen Gartenanlage in Sa Coma direkt gegenüber dem Naturschutzgebiet Punta Námer. Es wurde 2010 / 2011 komplett renoviert. Das Hotel verfügt über 18 Tennissandplätze, Hallenbad, Sauna, Wellness-Center u.v.m.

Das tägliche Tennisprogramm umfasst mehrere Stunden Tennistraining und freies Spiel unter Matchbedingungen.

Tennis-Events

Wir veranstalten mit APR Reiseservice GmbH Gruppenreisen zu den weltweit größten Tennis-Events:

- French Open in Paris
- Gerry Weber Open in Halle
- Wimbledon in London
- US Open in New York

Kontakt

International-Tennis-Academy
Rainer Becker

Mobil 01 60 / 96 40 66 12
E-Mail rainer-tennis@gmx.de

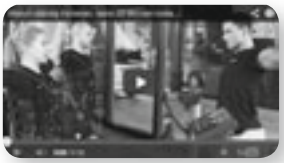
www.rainerbecker-tennis.de

Das Fitnessstudio, das Zeit spart. Durch effizientes EMS-Training.

Bodystreet setzt auf eine Methode, die sich bereits in der Astronautik und Sportmedizin durchgesetzt hat: EMS-Training, eine äußerst innovative Muskelstimulierung.

- 20 Minuten Training pro Woche reichen – auch bei ambitionierten Zielen!
- Hohe Wirksamkeit durch viele Studien bewiesen (u. a. Sporthochschule Köln).
- Bereits über 30.000 Mitglieder – in über 220 Studios!

Unter www.bodystreet.com finden Sie ein Video dazu!



Bodystreet. Weil 20 Minuten Training reichen!

Tun Sie was, um Ihren Körper fit zu halten:
Testen Sie das zeitsparendste Training, das Sie jemals kennengelernt haben! Holen Sie sich Ihren persönlichen Trainingsgutschein unter www.bodystreet.com!

Das Bodystreet-Team freut sich auf Ihren Besuch!

Bodystreet Mannheim Wasserturm
Kaiserring 48-50, 68161 Mannheim
Telefon: 0621 43679483
mannheim-wasserturm@bodystreet.com

Bodystreet Heidelberg City
Alte Glockengießerei 11, 69115 Heidelberg
Telefon: 06221 6728696
heidelberg-city@bodystreet.com

Franchisepartner: E.Motion.Sports GmbH & Co. KG

Warum ständig trainieren, wenn 20 Minuten locker reichen?

BODY STREET

Bodystreet-Methode & Vorteile beim Tennis:

*** Mehr Kraft**
*** Mehr Ausdauer**
*** Weniger Beschwerden**

Zugehörige der TSG 78 Heidelberg und der International-Tennis-Academy erhalten bei Abschluss einer (Neu-)Mitgliedschaft folgende Sonderkonditionen in 2016:

* Fitnessberatung & Probetraining	kostenlos	| -19,90€
* Express-6-Monats-Abo	29,90€ wöchentlich	| -104,00€
* Classic-12-Monats-Abo	23,90€ wöchentlich	| -156,00€
* Startpakete	10,00€ vergünstigt	| -10,00€

Informationen zum Probetraining, den Tarifen und weiteren Angeboten (z.B. unsere Prepaid-Tarife oder unseren monatlich kündbaren Tarif Flexible) bekommen Sie in unseren Studios.

Die Bodystreet-Teams in Heidelberg & Mannheim freuen sich auf Ihren Besuch!

Elektromuskelstimulation (EMS)? Nie gehört! Wie geht das?

Wie funktioniert EMS-Training?
EMS ist ein Ganzkörpertraining unter einem niedrigen, ungefährlichen Reizstrom. Dazu muss man wissen: Unsere Muskeln werden bereits im Alltag ständig durch bioelektrische Impulse stimuliert. Genau das macht sich auch EMS zunutze. Sie verstärkt diesen körpereigenen Effekt durch zusätzliche Reize und führt so zu intensiveren Muskelkontraktionen als bei herkömmlichem Training.

Was sagt die Sportwissenschaft zum Thema EMS?
Zahlreiche Studien der Universitäten Bayreuth (2002–2003) und Erlangen-Nürnberg (2009), der Deutschen Sporthochschule Köln (2008) sowie der Herzklinik Bad Oeynhausen (2010) zeigen die Effektivität des EMS-Trainings. Selbst untrainierte Menschen erzielen in kurzer Zeit sicht- und spürbare Ergebnisse.

Was passiert bei Bodystreet? Wie trainiert man?

Ein EMS-Training bei Bodystreet ist extrem zeitsparend und dauert nur 20 Minuten. Das geht auch während der Mittags- oder Kaffeepause. Wer will, braucht nicht einmal eigene Trainingskleidung mitzubringen (wird auf Wunsch gestellt).

Zum Training schlüpfen Sie in eine spezielle EMS-Weste (die den Reizstrom überträgt), dann machen Sie, zusammen mit einem Personal Trainer, Ihre Übungen. 1 x pro Woche, 20 Minuten lang – nicht mehr! Das reicht für fast alle Ziele, die man als Fitnessstudio-Besucher hat. Beim allgemeinen Muskelaufbau ebenso wie bei Po, Bauch oder Rücken.

Wichtig: Bei Bodystreet werden Sie in jedem Training von einem Personal Trainer betreut. Deshalb lassen sich die EMS-Übungen ganz auf Ihre individuellen Ziele abstimmen.

Wie kann man Bodystreet kennenlernen und testen?

Ganz einfach: Kommen Sie zu uns ins Studio – unsere Trainingsprofis erklären Ihnen dann genau, wie die Bodystreet-Methode funktioniert. Und Sie können live spüren, wie sich das Training anfühlt.

Oder Sie holen sich im Internet unter www.bodystreet.com Ihren persönlichen Trainingsgutschein!

Personal Training ab 19,90 €!

Bodystreet-Kunden haben individuelle Trainingsanforderungen – und individuelle Vorstellungen beim Abo.

Deshalb bieten wir Abos mit unterschiedlich langen Laufzeiten und Trainingspreisen schon ab 19,90 € an.

Mehr Informationen zu unserem Trainingskonzept unter www.bodystreet.com.

BODY STREET

Tennisreisen

Gardasee
30. Mai – 6. Juni 2015

Der Gardasee (Malcesine) ist seit Jahren ein beliebtes Reiseziel der International-Tennis-Academy Rainer Becker. Viele unserer Mitglieder nehmen das Angebot an und genießen eine Woche intensives Tennistraining in Kombination mit Erholung Das Clubhotel Olivi ist seit fast 10 Jahren das auserwählte Tennishotel. Die Reisezeit wurde von den Osterferien auf die Pfingstferien verlegt.

Mehr als 30 Personen nahmen das Angebot an und wurden belohnt: Eine Woche lang ging es – von der Sonne begleitet – vom Tennistraining in den Pool und von dort aus an die Poolbar und wieder zurück zum freien Spiel auf der roten Asche. Die Woche begann mit einem Sektempfang am Hotelsteg – mitten auf dem Gardasee. Nach der Besprechung des Tennisplans wurden beim gemeinsamen Abendessen die Trainingsziele festgelegt. Diese wurden, Dank des Trainerteams, in der Woche hartnäckig verfolgt und jeder konnte seine Schlagbewegung und sein Spielvermögen optimieren. Neben dem Tennis wurde auch Fußball, Tischtennis und Tischfußball gespielt. Krafttraining im Fitnessraum und natürlich Schwimmen im Pool standen ebenso auf der Tagesordnung.

Aufgrund der fantastischen Woche fahren 90% aller Teilnehmer auch 2016 (21.–28. Mai) mit. Das spricht für sich! (red.)

Wup Reinigung

Inhaberin Margarete Sauerzapf
Mühlingstr. 1a, 69121 Heidelberg, Tel. 06221 413246

Textilreinigung – Hemdendienst – Wäschereiannahme –

Teppichreinigung – Lederreinigung –

Verleih Teppichreinigungsgerät – Schuhreparatur

Sehr beliebt ist unser Hemdenpass für 42 €.
Sie bekommen dafür 22 gewaschene und gebügelte Hemden, zahlen aber nur für 20 Hemden. 2 Hemden sind „fer umme“.

Tennisreisen

Mallorca
26. März – 2. April 2016

Die erste Tennisreise 2016 fand in den Osterferien statt. Das Reiseziel war Mallorca. Trotz des frühen Reisedatums (Ende März), wurde die Gruppe mit sommerlich, warmen Temperaturen die Woche über verwöhnt. Natürlich stand das Tennistraining im Vordergrund. Hier wurde fleißig an der Schlagtechnik gefeilt und die Bewegungsabläufe optimiert. Der morgendlichen Trainingseinheit folgte freies Spiel am Nachmittag, bei dem zwischen Einzel und Doppel abgewechselt wurde. Somit konnten die Spieler in den Sandplatzrhythmus eintauchen.

Kulinarisch verwöhnte uns das Hotel „Protur Sa Coma Playa Sport & Spa“ mit einem vielfältigen Frühstücks- und Abendbuffet.

In der tennisfreien Zeit wurde die Sonne am Pool genossen, Tischtennis gespielt, Ausflüge gemacht u.v.m.! Aufgrund der wunderbaren Woche und der bereits bestehenden Nachfrage wird die Reise auch 2017 stattfinden.

APR Reiseservice GmbH

– Ihr Tennisreisen-Spezialist –

- **Reisen zu den 4 Grand Slam Turnieren**
- **French Open Reise**
- **Heidelberg / Mannheim Gerry Weber Open**
- **US Open und New York**
- **Masters Cup**
- **Rasentennis-Events für alle Spielstärken**
- **Tenniscamps zur Saisonvorbereitung**
- **Ticketverkauf für alle großen Turniere weltweit**
- **Sonderkonditionen für Kunden der Tennisschule Rainer Becker**
- **Buchung von Reisen aller großen Reiseveranstalter wie TUI, Neckermann etc.**

Informationen und Anfragen unter Tel. 0621 5889710 oder apr-reiseservice@web.de

Clubleben

Sommerfest, 19. September 2015

Die Wettervorhersage für das Wochenende des 19. September war nicht gut. Am Samstagmorgen standen die Plätze unter Wasser und es sah nicht danach aus, dass man spielen konnte. Gegen Mittag ließ sich die Sonne blicken – dann wieder Regen – dann wieder Sonne und, wer hätte das gedacht (!) Es wurde gespielt! Und wie. Aufgrund der Teilnehmerzahl kamen tolle Mixed-Paarungen zusammen, die im 20-Minuten-Takt Spielpartner und Gegner wechselten. Das Siegerpaar bekam ein Schleifchen.

Gegen 17.00 Uhr wurde das Buffet aufgebaut und die ersten Steaks und Würstchen gegrillt. Es war schön, dass am Abend noch einige Mitglieder dazu kamen und zusammen eine schöne Zeit hatten. Der „harte Kern" blieb bis in die Nacht und tanzte noch auf die Musik aus der „Jukebox". Nach den an fänglichen Wetterschwierigkeiten war alles gut und so schön, wie wir uns das vorgestellt hatten. (red.)

Poranzl

Estrich • Bodenbeläge • Parkett

Bodenbeläge vom Fachmann

Pandomo Floor® – der Moderne

Pandomo® Floor bietet Ihnen eine nahezu unbegrenzte Palette an Designs, Farben und glatte, klare Bodenflächen in moderner reduzierter Optik. Als Basis dient ein zementärer Bodenbelag, der mit **Pandomo® Farbpigmenten** eingefärbt wird. Strukturen können eingearbeitet werden, Farbflächen fugenlos nebeneinander gesetzt werden. Selbst Elemente aus anderen Materialien lassen sich problemlos einbinden. Außerdem sorgen wir als **zertifizierter Partnerbetrieb** von **Pandomo®** für die fachgerechte Verlegung von Ihrem **Pandomo®** Wunschboden.

Auf Schritt und Tritt ein sicheres Gefühl!

Poranzl GmbH
Am Hessenberg 7
74867 Neunkirchen
Tel.: 0 62 62 / 9 51 51
www.poranzl.de
info@poranzl.de

Clubleben

Absackerturnier, 11. Oktober 2015

„Genauso stelle ich mir das vor!“ Die Spannung beim Absackerturnier liegt beim Wetter. In den letzten Jahren hatten wir gefühlt zwischen Sonnenbrand und Frostbeulen schon alles. Und wie schön war das, am Sonntag, den 11. Oktober. Im herrlichen Sonnenschein und perfekter Temparatur fanden sich fast 40 Tennisliebhaber zusammen, die die letzte, offizielle Veranstaltung der Sommersaison gemeinsam erleben wollten. Die einen auf der Terrasse bei Kaffee und Kuchen, die anderen beim Kampf um den „Absacker“, der nach gewonnener Runde ausgegeben wurde. Aufgrund der Teilnehmerzahl war echt schön, dass Mixed-Doppel gespielt werden konnten. Nach der fünften Runde war Schluss und ein paar liesen den Tag mit einem leckeren Abendessen bei Domenico ausklingen. Danke an alle, die da waren. „Genauso stelle ich mir das vor!“ (red.)

Adventsturnier, 28. November 2015

Wieder einmal fanden sich viele Tennisfreunde zusammen und erfreuten sich an der gemeinsam verbrachten Zeit auf dem Platz und beim Gläschen Glühwein. Ein Mitglied brachte eine Bekannte mit, die den Abend wie folgt erlebte:

„Ein leidenschaftlicher Tennisspieler lud mich ein, doch einfach mit zum Adventsturnier zu kommen, es mache nichts, wenn ich kein Tennis spielen könne. Es seien nette Leute da, mit denen ich mich unterhalten könne. Auch für Verpflegung sei gesorgt. Also bin ich einfach mal mitgekommen und habe mich in die Zuschauer-Loge gesetzt. Es war sehr spannend, Euer Spiel zu beobachten. Da wurde teils inbrünstig vor jedem Aufschlag ein Kampfschrei losgelassen. Die Bälle wurden hin- und hergefetzt, dass mir ganz schwindelig wurde! Bewundernswert. Ich selbst habe null Ballgefühl.

Zwischendurch konnte ich meine anstrengende Zuschauertätigkeit für eine kleine Stärkung unterbrechen. Ausgesprochen wohltuend und schmackhaft war der Käsekuchen. Aber auch der Glühwein war nicht von schlechten Eltern. Ich wurde mit großer Herzlichkeit aufgenommen, und es ergaben sich interessante Gespräche. Tinas Trompetenspiel versetzte mich in weihnachtliche Stimmung. Fazit: Es war ein wunderschöner Abend mit Euch Tennisspielern! Vielen Dank für alles!“ (red.)

- 24-Stunden Notdienst
- Rohr- und Kanalreinigung
- Kanalfernsehuntersuchung
- Dichtheitsprüfung
- Kanalsanierung

erles
UMWELTSERVICE

Erles Umweltservice GmbH
www.erles.de
Telefon 06221 / 20904

T e n n i s B a i g

Fachfirma für Tennisanlagen

seit 1992

Ansprechpartner: Ajaz Baig
Adresse: Leonie-Wild-Weg 10
69181 Leimen
Email: ajaz.baig@t-online.de
Rufnummer: 017670949179
Website: www.tennis-baig.de

Ihr Spezialist für Tennisanlagen

DAS GUTE EIS
FÜR JEDE
JAHRESZEIT

Steingasse 12

Steubenstraße 34

Bergheimer Straße 75

Rohrbacher Straße 77

that's gelato
-ITALIAN ICE CREAM-

Arbeitseinsätze und Saisoneröffnung

Raus aus dem Winterschlaf. Einige Mitglieder haben im Rahmen Ihres Arbeitseinsatzes die Saisonvorbereitungen getroffen und unsere Anlage aus dem Winterschlaf erwachen lassen. Angesagt waren der Aufbau der Netze sowie das Aufhängen der Tennisblenden. Das Laub der Bäume wurde zusammen gefegt, die Hecke gestutzt und die Außenanlagen sowie das Clubhaus gesäubert. Hermann Häfner hat alle Einsätze betreut und dankt den fleißigen Helfern. Damit die Tennisplätze während der gesamten Saison gute Spieleigenschaften aufweisen, muss die Platzpflegemaßnahmen regelmäßig durchgeführt werden. Jeder Spieler sollte vor bzw. nach dem Spiel entstandene Löcher ausbessern, gründlich abziehen und den Platz bewässern.

Am Sonntag, den 3. April viel der Startschuss für die Saison 2016. Damit sind wir wieder einer der ersten Vereine, der die Saison eröffnet. Viele Mitglieder trafen sich um 14 Uhr und feierten die Eröffnung bei einem Gläschen Sekt. Hermann Häfner begrüßte alle Anwesenden und brachte seine Vorfreude auf die Saison zum Ausdruck. Anschließend fand ein Schleifchenturnier statt. Die Doppelpaarungen wurden von Tina Häfner ausgelost und alle zwanzig Minuten gewechselt. Nach den ersten Stunden auf Sand genossen einige die untergehende Sonne beim Après-Tennis bei Domenico. (red.)

Martina Stoll
Mühltalstraße 17
69121 Heidelberg
Telefon 06221 437300

E-Mail
Stoll.Tischlein@gmail.com

Tischlein deck dich!
Tavolino magico
seit 1999

Montag bis Freitag von 11.00 bis 14.30 Uhr kleiner Mittagstisch
Eine Suppe, ein Mittagessen und ein Salatteller natürlich mit viel Liebe selbst gekocht!

DTB-Jugendranglistenturnier Rainer-Becker-Open, 15. – 17. April 2016

Ich kenne das Turnierleben aus allen Perspektiven. Die Kurzversion: Als Spielerin, wo das Spiel und die zu erbringende Leistung im Vordergrund steht – stehen sollte. Als Betreuerin, die den Spieler begleitet und versucht, die Rahmenbedingungen wie Fahrt, Verpflegung, mentale Unterstützung und den Versuch, die Wartezeit so angenehm wie möglich zu begleiten. Als Turnierveranstalter, der ab Meldebeginn mit allen Aufgaben rund um die Organisation beschäftigt ist. Vor allem sind hier die letzten Tage vor dem Turnier nennenswert, da man versucht, alle Wünsche der Teilnehmer und deren Eltern zu erfüllen und unruhige Nächte verbringt, da man einen super Zeitplan ausgearbeitet hat, der aber von „Petrus" missachtet werden und angekündigten Regen alles durcheinander bringen könnte.

Und so war´s dann auch leider bei dem diesjährigen Turnier. Das Wochenende war verregnet. Wenigstens das Schicksal verbindet uns alle: Wir können unser Bestes geben, aber, lieber „Petrus" verschone uns doch vor Regen … !

Am Freitag starteten wir noch wie geplant. Doch leider regnete es in der Nacht und am Samstagmorgen so stark, dass die Verantwortlichen 7:45 Uhr entschlossen, die Wettbewerbe U12 und U14 weiblich komplett abzusagen. Die Nenngelder wurden entsprechend zurück überwiesen. Alle anderen Spieltermine wurden zwar zum etwas späteren Zeitpunkt angesetzt, aber trotzdem entstanden Wartezeiten. Glück im Unglück, dass nach dem vielen Regen überhaupt noch gespielt werden konnte. Das ist nicht zuletzt dem super Platzwartteam zu verdanken!!! Da auch am Sonntagmorgen Regen gemeldet war, legten wir die ersten Spieltermine auf 10:30 Uhr. Mit kleineren Regenpausen bis zum Mittag konnten die Matche gespielt werden.

Die Sieger der Wettbewerbe U12 und U14 männlich wurden am Sonntag ermittelt. Die Finale der Wettbewerbe U16 weiblich und männlich wurden auf Montag verschoben. Wir gratulieren allen Spielern, die es auf das Treppchen geschafft haben (siehe Tabelle).

Zu beobachten war, dass die Matche teilweise bereits auf hohem Niveau ausgetragen wurden. Die Jugendlichen spielen ein taktisch kluges Spiel und sind in Ihrem Sport nicht umsonst auf der Tour.

Für die TSG 78 Heidelberg starteten sechs Spieler. Herausragend ist das Turnierergebnis von Leon Babic Brajko (U12): Er gewann alle fünf Matche und wurde somit SIEGER der U12!!! Herzlichen Glückwunsch.

	1. Sieger	2. Sieger	3. Sieger
U 12 männlich	**Leon Babic Brajko (TSG!)**	Mika Granitzer	Voja Gajlovic
U 14 männlich	**Jason Gerweck**	Joshua Fritz	Luis Dobelmann
U 16 weiblich	**Annika Vrbsky**	Carina Sommer	Alina Lepper
U 16 männlich	**Felix Riiser**	Antonio Manola	Claudius Zimmer

DTB-Jugendranglistenturnier Rainer-Becker-Open, 15. – 17. April 2016

Wir bedanken uns bei den Sponsoren Rainer Becker und Sportwelt Niebel. Allen Spielern gilt der Dank für die Teilnahme. Vielen Dank dem DTB-Oberschiedsrichter Walter Schildhauer, der von Gerhard Zimmermann unterstütz wurde. Einen besonderen Dank an das ehrenamtliche Helferteam und allen Kuchenspendern. Verantwortlich für den Kaffee-/Kuchenstand war Heidrun Lang. Hermann Häfner kümmerte sich um die gesamte Platzanlage. Die Hauptverantwortung rund um das Turnier hatte Tina Häfner. Mit Ihrer Mutter, Petra Häfner, übernahmen sie die Turnierleitung. Das Turnier wäre ohne die genannten Helfer nicht möglich gewesen: Herzlichen Dank!

Autoservice Neckarhelle

Ihr Autohaus am Neckar

Inh.
Sam Tahmasebi Pour

Kfz-Meisterwerkstatt
für alle PKW-Modelle
speziell Citroen

In der Neckarhelle 71
69118 HD-Ziegelhausen
Tel: 0 62 21-80 03 82
0 62 21-80 90 13
Fax:0 62 21-80 81 98

Externat · Ganztagsschule · Internat

erstes Privatgymnasium Heidelbergs (gegr. 1887)
für Jungen und Mädchen, staatlich anerkannt
8-jähriges Gymnasium

Sprachenfolge

Englisch ab Klasse 5 – Französisch oder Latein ab Klasse 6

Profile

Profile ab Klasse 8 und zusätzliches Hauptfach zu den Fächern: M; D, E; F/L

Sprachliches Profil: Spanisch
Sportprofil: Sport zusätzlich als Hauptfach mit Theorie
Kunstprofil: Kunst zusätzlich als Hauptfach mit Theorie
Naturwissenschaftliches Profil: NWT zusätzlich als Hauptfach
(NWT = Naturwissenschaft und Technik)

Günstige Klassengrößen

höhere Erfolgsquoten, nette persönliche Atmosphäre,
guter Unterricht durch engagiertes Kollegium,
individuelle Förderung und Betreuung,

Oberstufensystem

2-std. Fächer:
alle Fächer im Angebot
4-std. Fächer:
D-E-F-Span.-Lat.-M-Gesch.-Gem.-Ch-Phys.-Bio-BK-Sport-Musik

Über 125 Jahre Erfahrung

in Bildung und Erziehung junger Menschen

Besonderheiten

höhere Erfolgsquoten, nette persönliche Atmosphäre,
guter Unterricht durch engagiertes Kollegium, Ganztagesangebot;
in Kl. 5 und 6: Werken; Naturphänomene und
verstärkter Sportunterricht;
in Kl. 5: Computereinführung (ITG) und Soziales Lernen (SL);
ab Kl. 6: 2. Fremdsprache und Geschichte;
ab Kl. 8 das Hauptfach Naturwissenschaft und Technik (NTW) bzw.
Kunst oder Sport; Spanisch;
persönliche Atmosphäre und individuelle Betreuung;
zusätzlich zu den Halbjahres-und Jahreszeugnissen
2 Zwischeninformationen; Quereinstieg; Sozialpraktikum in Kl. 10;
Bogy; beaufsichtigte Hausaufgabenbetreuung;
großes AG-Angebot, Skilandheim; Austausch mit Frankreich;
Englandfahrt; Stufenfahrten; eigene Küche

Wechsel aufs Gymnasium

persönliche Beratung zum Übergang durch die Direktion
Voranmeldungen für Kl. 5 im Schuljahr 2017/18 ab September 2016

Neuenheimer Landstr. 16,16a,16b,24,24a,26
06221/436217 o. 407719 06221/410599
heidelberg-college@t-online heidelberg-college.de

BUSSE Fahrschule ...fit 4 driving

★ **täglich Theorie (6x pro Woche Mo - Sa)**
★ **ASF Seminare (EUR 175,—)**
★ **29 Jahre Erfahrung in der Führerscheinausbildung**

Besser gut gefahren als dumm gelaufen!

www.fahrschule-busse.net · 0176 103 48 660
HD-Handschuhsheim · Hans-Thoma-Platz 22
Linie 5/21/24/23

Jugendmannschaften

Wir werden in der Sommersaison mit 6 Jugendmannschaften an den Start gehen. Die Teams werden jeweils von unten genannten Mannschaftsführern und deren Eltern durch die Saison geführt. Wir wünschen allen viel Erfolg und Spaß beim Tennis spielen. (red.)

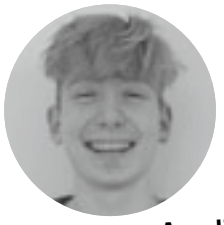
U12 Marie Bollen

U12 Nils Pfisterer

U14 Leonie Odehnal

U14 Vincent Schneyinck

U16 Hannah Battigge



U16 Jonathan Angeli

Impressionen

Für einige Spieler geht nach der Medenrunde die Turnierserie los: Unser Jugendspieler Ivan Brajko hat bei der U14 an vier Turnieren im Sommer 2015 teilgenommen und für die TSG 78 aufgeschlagen. Egal ob in Hockenheim, Brühl, Heddesheim oder Walldorf: Am Ende gewann Ivan alle 4 Turniere! Und sogar ein Doppelschlag für die TSG in Heddesheim: Ivan gewinnt die U14 und Leon Babic die Konkurrenz U12.

Anna Bollen, Nicolas Bohn-Motzkau und Olivia Liedtke bei der Pause im Wintertraining.

Teresa Serpil, Sophia Wilhelm und Carl Hasselbach im Trainingscamp am Gardasee 2015

Einige unsere Spieler sind nicht nur im Tennis aktiv, sondern auch in der Hockeyabteilung auf Erfolgskurs. H. Reihe v.l.: Trainerteam Matthias Wossidlo/Steffen Reichert, Philipp Wossidlo, Caspar Neuhaus, Philipp Löscher, Luca Serpi, Betreuerin Julia Wossidlo. U. Reihe v.l.: Leon Grimm, Michel Albers, Jonas Wacker, Maxi van Went, Ben Hansen, Julian Jahn, Nico Reichert, Hugo Hansen, Jonas Flechtenmacher

Sommer 2015. Das Foto zeigt unsere U12-Mannschaft. V.l.n.r.: Marie Bollen, Clara Frankenhauser, Hannah Heyduck, Floris Schneyinck, Leonie Odenhal

Winterhallenrunde 2015/2016. Das Foto zeigt unsere U14-Mannschaft am letzten Spieltag (28. Februar '16). V.l.n.r.: Julius von Basum, Leon Estermann, Nils Pfisterer, Vincent Schneyinck

Damen I
Badischer Mannschaftsmeister 2015

Dr. Jochen Wilhelm (Mentraltrainer), Helen Spieth (BTV Vizepräsidentin), Ellen Linsenbolz, Denis Höfer, Dorothea Reiß, Yevheniia Savranska, Carmen Smolka, Quynh Tran, Tatjana Stoll, Lena Specht, Tina Häfner (Mannschaftsführerin), Rainer Becker (Cheftrainer)

Abschlusstabelle:

1. TSG 78 Heidelberg	14:0 = 7 Siege / 0 Niederlagen
2. TC BW Donaueschingen	10:4 = 5 Siege / 2 Niederlagen
3. SSC Karlsruhe	10:4 = 5 Siege / 2 Niederlagen
4. TC Rüppurr	8:6 = 4 Siege / 3 Niederlagen
5. TC SG Heidelberg	6:8 = 3 Siege / 4 Niederlagen
6. Heidelberger TC	6:8 = 3 Siege / 4 Niederlagen
7. MTG BW Mannheim	2:12 = 1 Siege / 6 Niederlagen
8. TK GW Mannheim	0:14 = 0 Siege / 7 Niederlagen

Die Tabelle stellt nicht nur unseren ersten Platz dar, sondern zeigt auf, dass alle anderen Vereine in der Metropolregion Rhein-Neckar weit hinter uns liegen. Wir sind sehr stolz auf diesen Titel: TSG 78 Heidelberg – Badischer Mannschaftsmeister 2015!

Als wir Montag, den 13. Juli 2015, in der Rhein-Neckar-Zeitung **„Die TSG 78 holt sich die Krone"** und auf der Homepage des Badischen Tennisverbandes **„Badenliga Damen – TSG 78 Heidelberg wird ungeschlagen Meister"** gelesen haben, wurde uns bewusst, welche Bedeutung dieser Titel hat. Die Tennisabteilung der TSG 78 war in der Saison 2015 grundsätzlich sehr erfolgreich, denn auch die 1. Herren- und 2. Damenmannschaft sind in Ihrer Klasse Mannschaftsmeister geworden und damit aufgestiegen. (Herzlichen Glückwunsch!) Aber eben nur in den oberen Ligen können „Titel" geholt werden. Und den Titel „Badischer Mannschaftsmeister 2015" hat die 1. Damenmannschaft in die TSG geholt!

Diesem Erfolg geht eine besondere Saison voraus. Zunächst muss man sich bewusst machen, dass in der Badenliga 2015 drei Heidelberger Vereine und zwei Mannheimer Vereine vertreten sind. Somit fünf Vereine aus der Metropolregion Rhein-Neckar. Da ist schnell klar, dass eigentlich keiner der fünf gegen den anderen verlieren will – stehen doch alle im Konkurrenzkampf aufgrund der wenigen Kilometer, die die Vereine trennen. Und das wir, die TSG 78 Heidelberg, **alle** Konkurrenten hinter uns ließen und vom ersten Spieltag an Tabellenführer waren und bis zum Schluss blieben, ist unglaublich.

Der Saisonverlauf im Einzelnen: Erster Spieltag gegen TC Rüppurr (2). Aufgrund der Bundesliga Mannschaft des TC Rüppurr war man in Spannung, wie die Mannschaft aus Karlsruhe antreten wird. Glücklicherweise war die TSG stärker und gewann den Spieltag mit 6:3. Am Doppelspieltag Samstag/Sonntag punkteten wir im Derby gegen TC Schwarz-Gelb Heidelberg wieder mit 6:3 und erkämpften in Donaueschingen (TV BW Donaueschingen) 5 Punkte. Unser spannendes Spiel der Saison, denn das einzige, bei dem wir nach den Einzel nicht führten, sondern es 3:3 stand. Durch eine sehr gute Doppelaufstellung unsererseits und gewannen wir zwei Doppel und reisten mit einem 5:4 Sieg im Gepäck nach Hause. Der vierte Spieltag auf heimischem Sand, gegen SSC Karlsruhe, ging mit 6:3 Punkten an uns. Mit Spannung erwarteten wir den Doppelspieltag 4./5. Juli, da wir gegen zwei andere Traditionsvereine der Metropolregion antreten mussten – doch die Spannung blieb aus. Dem 8:1 Sieg gegen den Heidelberger TC (zu dem Zeitpunkt Tabellenzweiter) folgte ein 7:2 Sieg gegen TK Grün-Weiß Mannheim. Der letzte Spieltag führte uns zur MTG BW Mannheim. Wir wollten den letzten Spieltag auf keinen Fall verlieren, wenn auch rechnerisch zum Titel kein Sieg mehr nötig war. Die Spielerinnen – gestärkt von der Fangemeinschaft – ließen der MTG keine Chance und triumphierten mit 9:0. Den Siegerpokal überreichte uns die BTV Vizepräsidentin Helen Spieth, die extra zu diesem Spieltag angereist war.

Damen I

Aufstieg in die Regionalliga Süd-West

Als Badischer Mannschaftsmeister waren wir für die Aufstiegsrunde zur Regionalliga-Süd-West qualifiziert und mussten am 1. August 2015 gegen den Sieger der Meisterschaften in Rheinland-Pfalz-Saar antreten. Auf heimischer Anlage gewannen wir gegen den TC Blau-Weiß Homburg ohne Matchverlust! Das Spiel wurde von vielen Fans der TSG Heidelberg und mitgereiste aus Homburg unterstützt. Bis zu 300 Zuschauer verfolgten über den Tag verteilt den schweißtreibenden Kampf um die letzten Punkte der Saison. Der Jubel war erwartungsgemäß hoch und die Feier entsprechend ausgelassen … wie schrieb die Rhein-Neckar-Zeitung am 3. August '16 so schön: *„Ein Sahnetag" für die TSG 78/Die Heidelberger Tennis-Damen schlagen Homburg 9:0 und steigen in die Regionalliga auf …*

Die Saison in Bildern …

Damen I
Regionalliga Süd-West

Der Regionalliga Süd-West sind folgende Bundesländer zugeteilt: Baden-Württemberg, Hessen, Saarland, Rheinland Pfalz. Bei der Verbandssitzung am 13. Februar 2016 wurde klar, dass die Teilnahme bei dieser Liga etwas ganz besonderes für Heidelberg darstellt: Wir sind als einziger Verein aus der Region vertreten! Die weiteren Vereine kommen aus Villingen, Pforzheim, Lauffen, Mainz, Frankfurt, Bad Vilbel und Vaihingen-Rohr.

Die Mannschaft bereitet sich akribisch auf die Saison vor. Wir werden unsere Abteilung mit Herzblut und Kampfgeist vertreten und so viele Punkte wie möglich sammeln. Wer uns unterstützen will, ist herzlich willkommen:

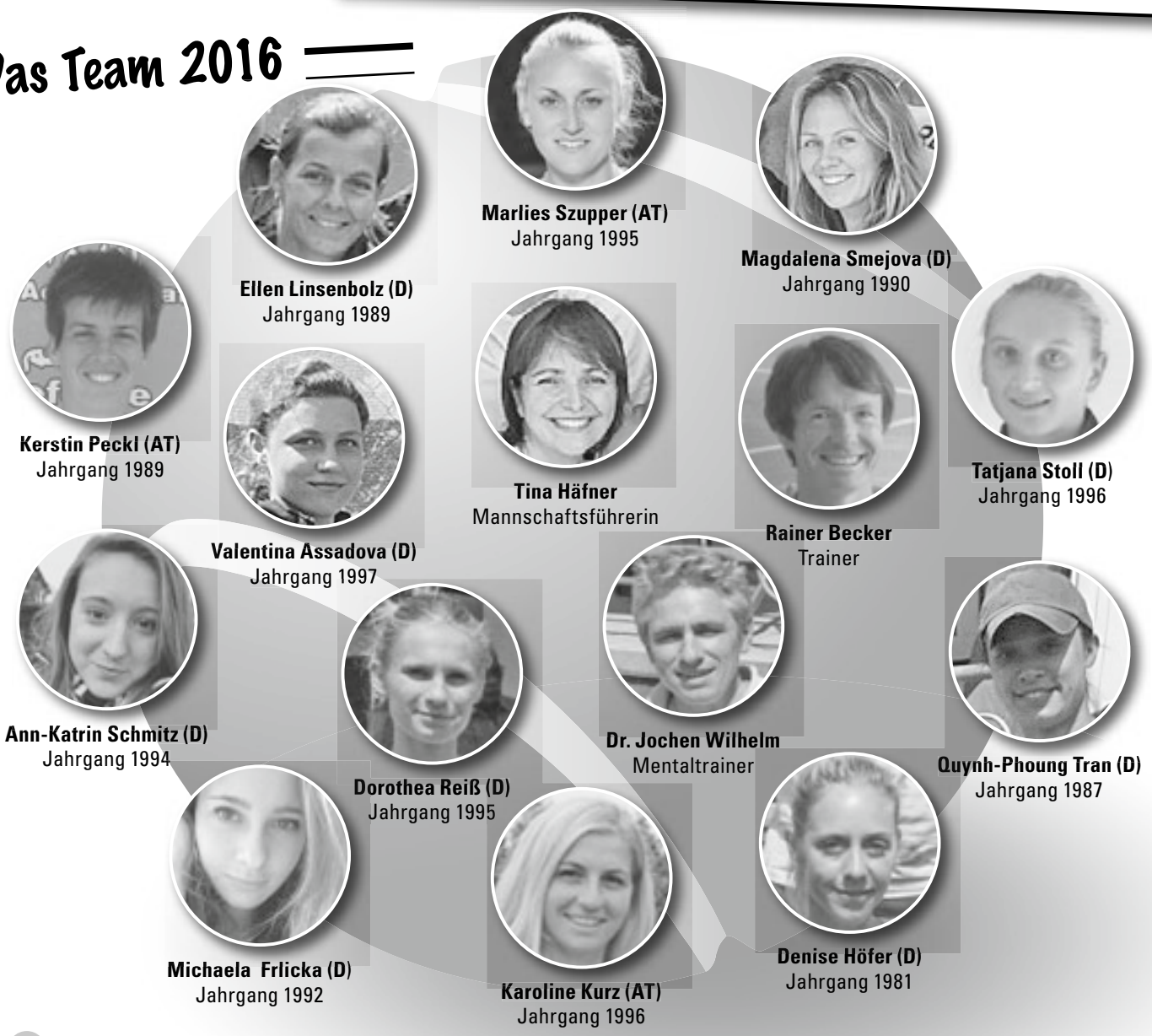
Spielplan 2016 – Regionalliga Süd-West

Do	**05.05.**	**11 Uhr**	**TC Bad Vibel - TSG 78 Heidelberg**
So	**08.05.**	**11 Uhr**	**TC BW Villingen - TSG 78 Heidelberg**
So	05.06.	11 Uhr	TSG 78 Heidelberg - SC SaFo Frankfurt
So	**12.06.**	**11 Uhr**	**TSC Mainz - TSG 78 Heidelberg**
So	**19.06.**	**11 Uhr**	**TSG 78 Heidelberg - TC Wolfsberg Pforzheim**
Sa	25.06.	11 Uhr	TSG 78 Heidelberg - TC BW Vaihingen-Rohr
So	10.07.	11 Uhr	TSG 78 Heidelberg - TC Lauffen

Wir freuen uns
auf Ihre Unterstützung!

TSG 78 Heidelberg

Das Team 2016



Mannschaften
Übersicht der Teams 2016

Mannschaft	Spielklasse	Mannschaftsführer/in
Damen 1	**Regionalliga Süd-West**	**Tina Häfner**
Damen 2	**2. Bezirksliga**	**Merit Bittermann**
Damen 3	**1. Kreisliga**	**Christine Nitschke**
Damen 30/1	**1. Bezirksliga**	**Susanne Wildermuth**
Damen 30/2	**1. Bezirksklasse**	**Juliane Bonney**
Damen 40/1	**1. Bezirksklasse**	**Gabi Hölzl-Wenig**
Damen 40/2	**2. Bezirksklasse**	**Maria Frankenhauser**
Damen 50	**1. Bezirksklasse**	**Sonja Schneyinck**
Herren 1	**2. Bezirksliga**	**Jonas Rusnak**
Herren 2	**2. Bezirksklasse**	**Moritz Frister**
Herren 30/1	**2. Bezirksliga**	**Roland Albrecht**
Herren 30 /2	**1.Bezirksklasse**	**RobertGrajcarek**
Herren 40	**1. Bezirksklasse**	**David Büngers**
Herren 50	**1. Bezirksklasse**	**Norbert Wenig**
Herren 65	**2. Bezirksliga**	**Hermann Häfner**
Ladies MC	**Ladies-Morning-Cup**	**Louise Pelte**

Damen II

„Die Damen 2 in Teneriffa!" V.l.n.r. Sabrina Schmitt, Meike Fischer, Ruth Mahn, Leonie Hartmann, Elena Schnabel, Vanessa König und Merit Bittermann (leider nicht auf dem Bild: Frauke Leitner, Ilaria Bertocchi, Mona Baie, Mona Bidier und Valentina Assadova)"

Mit fünf Siegen an den fünf Spieltagen schlossen wir die vergangene Saison mit dem 3. Aufstieg in Folge ab, sodass wir kommende Saison in der 2. Bezirksliga aufschlagen werden.

Diesen tollen Sommer verlängerten wir dann im Herbst mit einer Woche in Teneriffa, der Heimat unserer Mannschaftsführerin Merit! Neben einem Freundschaftsspiel gegen ihren früheren Tennisclub, zeigte uns Merit ihre Heimat und wir genossen das kanarische Leben.

Jetzt können wir es kaum erwarten, dass der Winter vergeht, die Plätze wieder eröffnet werden und die neue Saison beginnt!

Damen III

Die dritten Damen rocken die dritte Saison beim TSG

V.l.n.r. : Juliane Graßl, Christine Nitschke, Elena Kratz, Anna Tschinalieva, Anna Krauhausen, Vanessa König.
Es fehlen: Friederike Scheu, Hannah Arndt, Sophia Sturies, Agnes Korcsak-Gorzo, Sopia Hörmann, Änne Homann, Daniela Emmerich, Emilia Blume.

Wir, die Damen 3, werden diesen Sommer schon unsere dritte Saison beim TSG 78 spielen. Wir haben diese Mannschaft zum Sommer 2013 gegründet, da wir – vor allem Studentinnen – in Heidelberg auch gerne wieder an den Punktspielen im Sommer teilnehmen wollten.

In der ersten Saison konnten wir direkt aufsteigen, im letzten Jahr haben wir den nochmaligen Aufstieg leider knapp verpasst. Deshalb ist es unser Ziel für diesen Sommer am Ende der Saison wieder einen Aufstieg feiern zu können! Wir freuen uns dabei natürlich über Unterstützung von euch allen bei unseren Heimspielen! =)

Mittlerweile haben ein paar unserer Mannschaftsmitglieder Heidelberg nach dem Abitur bzw. nach Ende des Studiums schon wieder verlassen, dafür haben wir aber auch neue Spielerinnen dazu bekommen … ein aktuelleres Foto werden wir für euch in dieser Saison aufnehmen!

Wir freuen uns auf eine tollen Sommer und eine erfolgreiche & spaßige Saison, Eure 3. Damen

Mannschaften

Herren I

Hintere Reihe v.l.n.r.: Jan Koch, Yannick Chatard, Robert Lui, Moritz Frister; Jonas Rusnak, Romeo Charles. Vordere Reihe v.l. n.r.: Philip Schumacher, Daniel Quintana, Shervin Aghamoradi, Lorenz Tausch. Es fehlen (leider): Lukas Schöndorf, Johannes von Tiling, Wissem Ben Rejeb und Alexandre Schuck.

Letzte Saison konnten wir den positiven Trend der letzten Jahre bestätigen und durch den zweiten Aufstieg in den letzten drei Jahren krönen. Damit schlagen wir in der Sommersaison 2016 in der 2. Bezirksliga auf. Auch mit der Mixedmannschaft (ein Dank gebührt an dieser Stelle natürlich unserer besseren Hälfte: den geliebten Mädels der zweiten Damenmannschaft!) konnten wir diesen positiven Trend untermauern und in die 1. Bezirksliga, der höchsten Spielklasse im Mixed, aufsteigen. Anlass genug die aktuelle Herrenmannschaft (humorvoll) vorzustellen:

Alexandre „Alexcito" Schuck (LK 6): Nach einem Jahr beim Wiesbadener THC kehrt Alex in seine zweite Heimat, der TSG 78 Heidelberg, zurück. Er ist ein unverzichtbarer Bestandteil unserer Mannschaft, und das nicht nur, weil er auf dem Platz (manchmal in Unterhose) eine hervorragende Figur macht, sondern zudem eine sichere Bank bei abendlichen Festivitäten und stets um das Wohl des weiblichen Geschlechts bemüht ist.

Jan „The Great" Koch (LK 6): Jan kam vor der letzten Saison aus Aachen zu uns und überzeugte auf Anhieb durch krachende Aufschläge, harte Grundlinien-, insbesondere Rückhandschläge und seiner professionellen Einstellung. Mit einer makellosen Einzelbilanz trug er uns in seiner Premierensaison zum Aufstieg. Umso glücklicher sind wir, ihn auch in diesem Jahr in unseren Reihen zu wissen.

Yannick „Yannouz" Chatard (LK 9): Auch Yannick hat es nicht länger als ein Jahr ohne uns ausgehalten. Er braucht das Team und das Team braucht ihn, denn er ist der Taktiker und Kopf der Mannschaft, der nahezu jeden Gegner von klein auf kennt. Zudem gibt er als Coach an der Bank immer Vollgas und ist nicht selten der Initiator für abendliche Aktivitäten wie Kneipentouren oder lustige KiBa- und Teepartys.

Daniel „Quintus" Quintana (LK 10): Trotz maximal 30 Minuten Training im Winter wird unser chilenischer Medizinstudent von den Gegnern ehrfurchtsvoll die „chilenische Ballwand" genannt. Dass dies an den zahlreichen Bananen liegt, de er vor und während eines jeden Spiels isst, konnte (noch) nicht einwandfrei bewiesen werden, liegt aber nicht außerhalb des Unmöglichen.

Shervin „Shervinator" Aghamoradi (LK 11): Shervinator ist, wie der Name vermuten lässt, die Bank in unserer Mannschaft und überzeugt mit unglaublichen Kunstschlägen und mentaler Stärke. Zudem kutschiert er uns in seinem – zum Mannschaftswagen umfunktionierten – Auto sicher zu den Auswärtsspielen. Sicherlich mit einer der Gründe für die Auswärtsstärke unserer Mannschaft.

Lukas „Lucky Luke" Schöndorf (LK 12): Mit Lukas, der in Heidelberg Medizin studiert, konnten wir dieses Jahr einen unfassbar soliden Grundlinienspieler für uns gewinnen, der mehr als nur eine sportliche Verstärkung ist. Immer motiviert für einen Skiausflug, sei es an den Feldberg oder nach Tignes/Val d'Isère, fügt er sich zudem optimal in die Skifahrertruppe der Mannschaft ein.

Jonas „Joni" Rusnak (LK 12): Ist **der** Captain und die gute Seele des Teams. Keiner hat sich das blinde Vertrauen der Mannschaft (und des Co-Autors) mehr verdient als er. Als ausgezeichnete Begleitung für abendliche Aktivitäten ist er das Herz der Mannschaft und passt zu uns wie die Faust auf das Auge. Umso wichtiger ist es, dass er uns nun endgültig erhalten bleibt und ab diesem Jahr fest in Mannheim an der Uniklinik arbeitet.

Lorenz „Lorenzo" Tausch (LK 13): Das Küken des Teams macht momentan sein Ab-

Mannschaften

itur in Heidelberg. Umso erstaunlicher, dass er über den Winter an Muskelmasse zugelegt hat. Nächstes Ziel ist hoffentlich die Beinmuskulatur, um den positiven Trend der letzten Jahre fortzusetzen.

Robert „Sexmachine" Lui (LK 14): Ist der Mann mit den brasilianischen Hüften. Ob 90er, HipHop oder Dance – kein Beat auf den Robert nicht gekonnt seine Hüften kreisen lassen kann. Zwar dreht bei der Vorhand dann ab und zu die Hüfte mit, doch das lässt sich bei so viel Rhythmus im Blut wohl kaum vermeiden.

Moritz „Mo" Frister (LK 15): Nach einigen Skiurlauben können wir mit Fug und Recht behaupten, einen zweiten Marcel Hirscher in unseren Reihen zu haben. Bleibt zu hoffen, dass seine Vorhand diese Saison ebenso rasant wie seine Abfahrt im gegnerischen Feld einschlägt. Das letzte Saison- und zugleich Aufstiegsspiel gegen Lauda lässt jedenfalls träumen.

Philip „Fipsi" Schumacher (LK 16): Unser ehemaliger Lefti und Jurastudent überzeugt nicht nur auf der Piste mit spektakulären Stürzen und offenen Skischuhen (Videos auf Nachfrage). Auch bei alltäglichen Fragen hat unser Fipsi stets Tipps und Tricks parat und kann somit in jeder Lebenslage behilflich sein – ob das am guten Draht zu den griechischen Göttern der Freeletics-Reihe liegt?

Johannes „Johanni" von Tiling (LK 16): Unser Senior der Truppe überzeugt auf dem Platz mit stoischer Ruhe und gekonnt gesetzten Topspin-Schlägen, die bereits den einen oder anderen Gegner verzweifeln ließen. Als studierter Psychologe hat er zudem stets ein Auge auf das nervliche Kostüm besonders labiler Spieler und leistet somit einen wesentlichen Beitrag zur neugefundenen Tiebreakstärke.

Wissem „Wizzard" Ben Rejeb: Aus Tunesien verstärkt uns dieses Jahr Wissem, der nicht nur auf dem internationalen Parket der Debattier-Clubs eine ausgezeichnete Figur macht, sondern bereits jetzt ein wichtiger Bestandteil unserer Mannschaft ist.

An dieser Stelle wollen wir uns ganz herzlich bei allen Spielern bedanken, die für uns zu ausgezeichneten Freunden geworden sind und diese geniale Mannschaft zu etwas gxanz Besonderem machen. Bedanken wollen wir uns zudem bei unserem Sportwart Gunther Tausch, der nicht nur jedes Jahr einen hervorragenden Job bei der Mannschaftsmeldung macht, sondern uns, gemeinsam mit seiner Frau Regina, auch stets bei den Spielen unterstützt. Wir hoffen, es euch auch dieses Jahr erfolgreich zu danken.

Jonas Rusnak & Yannick Chatard

Herren 65

Nachdem wir im ersten Jahr in der Altersklasse Herren 65 als Viertplatzierter die Saison abschlossen, sind wir in 2015 auf den zweiten Tabellenplatz geklettert. Dabei war es ein wirklich kurioser Saisonverlauf: Einem 6:3-/8:1- und 9:0-Sieg folgte am letzten Spieltag eine 1:8-Niederlage, aber mit Tabellenplatz 2 starten wir positiv in die nächste Saison.

V.l.n.r.: Mannschaftsführer Hermann Häfner, Dr. Rainer Herrmann, Gerhard Eckert, Jürgen Stähle, Gert Zimmermann, Christian Thieme, Dr. Thomas Paeffgen, Günter Huse, Dr. Arndt Overlack, Günter Büchler, Hans Überle, Wolf Beigelböck.
Es fehlen: Dr. Dietar Bürkmann, Otto Mehls.
Wir trauern um unsere Mannschaftskameraden Peter Möhwald.

la testa
friseursalon

Öffnungszeiten:
Dienstag bis Donnerstag:
9.00 - 18.30 Uhr
Freitag:
9.00 - 20.00 Uhr
Samstag:
9.00 - 14.00 Uhr

06221.401449
Rottmannstr. 19
69121 Heidelberg
www.latesta.de

Gemüse, Obst und Hausgemachtes

GEMÜSEBAU SCHLICKSUPP

Je nach Saison finden sie bei uns frisches Obst und Gemüse aus eigenem Anbau!

Außerdem Blumen, Südfrüchte, Äpfel, Eier, Nudeln, Dosenwurst, Hausgemachtes aus Obst und Gemüse, usw…

Hofladen

Öffnungszeiten: Mo-Fr 8 – 19 Uhr, Sa 8 – 13Uhr
und auf dem Handschuhsheimer Wochenmarkt

Wiesenweg 35 – HD-Handschuhsheim – Tel: 06221/419781

Mannschaften

Damen 30 / 1 =

Wir können nicht nur Tennis spielen, sondern auch den Klassenerhalt feiern und die Vereinsgemeinschaft fördern. Wir freuen uns schon auf eine spannende Medenrunde 2016 und gemeinsame Freizeitaktivitäten!

Es spielen: Ela Bollen, Heike Stadtmüller, Heidrun Lang, Karin Diez, Ollo Dosch, Eva Renker, Raina Chandler, Tina Coners und Susanne Wildermuth

Ladies Morning Cup =

Irene Staehle, Irene Floeth-Oster, Waltraut Keller, Monika Altgeld, Louise Pelte, Ursula Zimmermann, Heide Siebke, Angelika Huse.
Es fehlt: Anke Hennemann

Ladies Morning Cup ist eine Hobbyrunde, bei der 4 Doppel über 2 Sätze, bei Satzausgleich ein Tiebreak (bis 10) gespielt werden.

Spielberechtigt sind alle Spielerinnen, die im Spieljahr das 30. Lebensjahr vollenden, sofern sie unserem Verein angehören und im gleichen Jahr nicht in den offiziellen Mannschaftswettbewerben des Verbandes gemeldet sind.

Regelkunde

Die Tennisabteilung freut sich über die Ausbildung unseres Mitglieds Christoph von Basum zum C-Oberschiedsrichter. Christoph, seine Frau Ulrike und die Söhne Julius und Raphael sind schon seit einigen Jahren Mitglieder der TSG 78. Mit dem folgenden Beitrag wird Christoph auf humorvolle Weise unser Wissen in Sachen Regelkunde erweitern:

Kennen Sie das? Man erwischt einen vom Gegner unverschämt gut platzierten Ball noch so eben, es reicht zu einem turmhohen Lob, der absehbar leider ins Aus segeln wird, aber dann: Ein Storch (der dabei unverletzt bleibt) streift den Ball und verändert dessen Flugbahn derart, dass der Ball im Feld des Gegners landet! Der Opponent ist so verdattert, dass er den Ball verschlägt. Punkt! Punkt?
Sobald einem Tina, Rainer, Michael, Hermann oder ein anderes Mitglied der „Becker-Trainergilde" die Eigenheiten von Vorhand, Rückhand, Aufschlag beigebracht hat, möchte und sollte man diese Fertigkeiten im Wettspiel ausprobieren. Und im Tennis wird nicht nur merkwürdig gezählt, im Laufe der Jahre hat sich ein ausgefeiltes Regelwerk etabliert. Startpunkt sind die von der International Tennis Federation (ITR) aufgestellten Regeln (www.itftennis.com/officiating). Diese Regeln werden ergänzt um die Wettspielordnung (WSpO) des Badischen Tennisverbandes sowie um die Turnierordnung des Deutschen Tennisbundes.
Im Folgenden seien lose einige Themen vorgestellt, die immer wieder gerne ignoriert werden oder bei denen sich in diesem Jahr Änderungen ergeben haben.

Aus oder nicht aus? – Die Kunst der Verdrängung ist gerade im Tennis eine unabdingbare psychische Eigenschaft, ohne die man sich sonst ob der selbst produzierten Fehler grün und schwarz ärgern würde. Aber wer erinnert sich nicht an die (eigene?) Diskussionsfreudigkeit bei strittigen Bällen: „Der Ball war klar aus", „Hanoi, des isch dä falsche Appdrugg, ä bissele weidä vonn, do isches!", „OK, zwei neue!?", „Alla, zwo naije!" Dieser stark gekürzte nordsüddeutsche Dialog ist immer wieder zu hören – und sollte nach Lektüre dieses Artikels verschwunden sein. Man hat einen Ballabdruck solange zu untersuchen, bis die Entscheidung „gut" oder „aus" getroffen werden kann. Und falls es wirklich richtig knapp ist, lautet die Empfehlung: Im Zweifel ist der Ball gut. Bitte keine Wiederholungen mehr! Oder hat jemand schon mal bei den Profis erlebt, dass ein Ballwechsel wegen der nicht zu treffenden Entscheidung Aus/Nicht-Aus wiederholt worden ist? Bemerkenswert ist im Übrigen, wie klaglos die Profis das „Urteil" des Hawk Eyes akzeptieren, das im Tennis immer noch eine Toleranz von 3 Millimetern aufweist.

Wählen gehen! – Erste Amtshandlung bei einem bevorstehenden Tennisgefecht ist die Wahl. Da heißt es Wappen oder Zahl, oben oder unten, und dann gibt es einen Wahlsieger, der zwischen Aufschlag, Rückschlag, Seite oder der Wahl durch den Gegner entscheiden darf. Diese Wahl ist vor dem Einspielen durchzuführen, so dass sich beide Spieler bsp. auf die Lichtverhältnisse einstellen können.

Wettspiele – Wett- oder auch Punktspiele verlangen zwingend einen Oberschiedsrichter. Wenn man ein bisschen um die Amtsfülle des Oberschiedsrichters weiß, sollte man ab jetzt dafür sorgen, dass bei Heimspielen stets ein eigener, kompetenter Oberschiedsrichter bei Regelauslegungen entscheiden kann. Der Oberschiedsrichter entscheidet beispielsweise über einen Spielabbruch wegen schlechter Witterung. Wenn die Heimmannschaft keinen Oberschiedsrichter stellt, übernimmt dieses Amt automatisch der Mannschaftsführer der Gastmannschaft. Da sollte man bei Auswärtsspielen gleich zu Beginn nach dem Oberschiedsrichter fragen. Und wenn dann keiner auftaucht, ist man um ein Amt reicher. Der Oberschiedsrichter, der selbstredend nicht Mitglied der gastgebenden Mannschaft sein darf, muss beispielsweise die Korrektheit der Meldungen für das Doppel überprüfen. Und schon hat man als von der Gästemannschaft gestellter Oberschiedsrichter einen klitzekleinen Informationsvorsprung bei der Zusammensetzung der Doppel. Wer eher gewinnorientiert auf Gästeplätzen spielen will und wem ein gemütlich-gedeihliches Miteinander nicht ganz so wichtig ist, der findet im Regelwerk Hinweise für ein geschmeidiges 9:0 nach nur einer halben Stunde: Wo sind die Netzstützen für das Einzel? Hat der Platz ein Mittelzeichen? (Das ist diese kleine, 5 mal 10 Zentimeter große Minilinie die von der Mitte der Grundlinie ins Feld ragt. Sie ist zwingend vorgeschrieben.) Man könnte auch die Auslaufzonen ausmessen. Und wenn man entsprechend moniert, hat der gastgebende Verein 30 Minuten Zeit, um den Mangel zu beheben. Um diplomatischen und weiter reichenden Verwicklungen vorzubeugen, genügt aber vielleicht ein Wink an den gastgebenden Verein und ein kleiner Hinweis auf dem Spielberichtsbogen. Ein bisschen Piesacken darf hier schon sein.

Turniere – Kaum ist die Wettspielsaison abgeschlossen, versucht der ambitionierte Tennisspieler seinen Platz in der Weltrangliste durch Teilnahme an Turnieren, etwa in Sandhausen, Plankstadt oder Leutershausen, aufzupolieren. Ab diesem Jahr gilt, dass man zwei Mal unentschuldigt nicht antreten kann, ohne dass es Maluspunkte kostet. Ab dem dritten Mal wird man mit 150 Punkten gestraft. Atteste o. ä. haben keine Bedeutung mehr. Logistikexperten unter den Turnierspielern dürfen sogar an 2 (oder mehr!) Turnieren gleichzeitig teilnehmen, also beispielsweise einem Heimspiel im Mixed und einem Turnier am anderen Ende der Stadt.

Fehlerbehebung – „Au weia, wir hätten längst die Seiten wechseln müssen!" Im Eifer des Gefechts wird schon mal die Anwendung elementarer Regeln vergessen. Hier gibt es viele Feinheiten, aber grundsätzlich und prinzipiell gilt: Gemachte Punkte zählen. Ein Seitenwechsel ist im Übrigen dann sofort zu vollziehen!

Pause! – Was wäre das Tennisspiel ohne die Pausen? So eine Pause bedeutet Erholung pur! Aber wie lange darf eine Pause eigentlich dauern? Hier ein vereinfachter Überblick:

Auslöser	gilt für	Dauer (maximal)
Punkt beendet	alle	20 Sek.
Seitenwechsel	alle	90 Sek.
Satzende	alle	120 Sek.
Verletzung (außer Krampf)	alle	3 Min. pro Verletzung
Krämpfe	alle	90 Sek./2 Min.
Toilettenpause	alle	5 Min.*
Kleiderwechsel	Frauen	5 Min.*
Ruhepause	Jugend U10	5 Min. nach 1. Satz
Ruhepause	Jugend U10	10 Min. nach 2. Satz
Ruhepause	Senioren, Seniorinnen	10 Min …

* Richtwert: erlaubt ist, was „nötig" ist.

Turnierspieler müssen mitunter mehrere Spiele an einem Tag absolvieren. Dabei haben sie Anspruch auf 30 Minuten Pause, wenn das vorhergehende Spiel weniger als eine Stunde Spielzeit gedauert hat, entsprechend 60 Minuten bei bis zu 90 Minuten Spielzeit und bei mehr als 90 Minuten Spielzeit 90 Minuten Ruhezeit.

Storch bringt Glück! – Und damit zurück zum Storch. Selbiger gehört nicht zu den ständigen Einrichtungen eines Tennisplatzes. Stört also ein Storch die Flugbahn eines Balles, so gilt, ähnlich wie bei einem vom Nebenplatz herüber rollenden Ball, dass der Ballwechsel wiederholt wird. Im eingangs geschilderten Fall hat der Storch also Glück gebracht.

Dr. Christoph von Basum

Mitglieder im Blickpunkt

Jubilarfeier am 25. Oktober 2015

Der Vorstand der TSG 78 Heidelberg-Hauptverein, ehrt jedes Jahr seine langjährige Mitglieder, herausragende sportliche Leistungen und besonders ehrenamtlich engagierte Personen.

Für das Jahr 2015 wurden von der Tennisabteilung folgende Ehrungen durchgeführt:

25 Jahre Mitgliedschaft: Dominique Chatard, Leander Flöth, Joachim Götz

40 Jahre Mitgliedschaft: Ingeborg Schlottmann

50 Jahre Mitgliedschaft: Angelika Huse

Ehrung wegen besonderer sportlicher Leistung: Damen 1 vertreten durch Tina Häfner, Ellen Linsenbolz, Tatjana Stoll, Denise Höfer, Dorothea Reiß, Valentina Assadora, Rainer Becker. (red.)

Immer eine Blüte voraus...

REINHARD
Gärtnerei

Gerhard Reinhard • Gärtnermeister
Gewann Schloßäcker 2
69121 Heidelberg
Telefon: (0 62 21) 6 54 30 30
E-Mail: GerhardReinhardt@freenet.de

REINHARD
Blumen

Karin Hensel • Floristmeisterin
Dallgarten 8
69121 Heidelberg
Telefon: (0 62 21) 40 10 64
Telefax: (0 62 21) 47 54 99

Mitglieder im Blickpunkt

Neumitglieder: Familie Teber berichtet, wie sie zu uns gekommen ist.

Man kann doch nicht ständig eine Pizza holen, ohne sich auch ab und zu mal zu bewegen. Das schlechte Gewissen nahm langsam überhand bei dem Anblick der zahlreichen Tennisspieler, die sich das Abendessen zu mindestens durch Bewegung verdient hatten. Auf die Frage, wie man den hier auch Tennis spielen könnte, antwortete Domenico in aller Ausführlichkeit mit den Worten: „Rainer Becker!“. Daraus wurde die klassische Trias aus Google, E-Mail und Telefon.

Das Probetraining war so motivierend, dass daraus Gruppen und Einzeltraining folgten. Diese Begeisterung griff dann sehr schnell auf die ganze Familie über. Mittlerweile spielen fast alle Familienmitglieder von U 12 bis „Damen Ü 40“ in der Mannschaft.

Die gesamte Vereinsatmosphäre war von so viel Freundlichkeit und Professionalität gekennzeichnet, dass wir uns auch trauten, als Anfänger am Tenniscamp über Ostern auf Mallorca teilzunehmen. Diese waren wie Familienausflüge und mittlerweile ist es das dritte Camp in Folge geworden. Man kann wirklich nicht besser in eine Sommersaison starten als an diesem Ort, wo Sonne, Meer und Tennisplatz zusammenkommen. Ob Anfänger oder Halbprofi, hier lernt man vom Trainieren, Zugucken und Fachsimpeln alles über Tennis.

Zusammenfassend lässt sich sagen dass wir im TSG nicht nur Tennis spielen lernen sondern auch viele Freunde gewinnen konnten. Was will man mehr!

Das Foto zeigt Ege Teber.

www.swhd.de

für dich

und deinen verein hängen wir uns ganz schön rein

Wir engagieren uns für den Sport
und das soziale Leben in der Region.
Weil es auch unsere Region ist.

stadtwerke heidelberg

Mitglieder im Blickpunkt
Interview mit Ellen Linsenbolz

Spielerin der 1. Damen und seit 5 Jahren Mitglied der TSG … von Tina Häfner

Liebe Ellen, seit der Saison 2012 schlägst du für die TSG 78 Heidelberg auf. Damit feiern wir 2016 ein kleines 5-jähriges-Jubiläum. Hast du einem anderen Verein auch schon so lange die Treue gehalten?
Ellen: Bei fünf Jahren am Stück bin ich mir nicht sicher ;). Ich habe davor in Ettlingen und Freiburg im Verein gespielt, aber hab da auch zwischenzeitlich mal hin und her geswitched. Vielleicht in meinem Heimatverein Bietigheim, aber das war in den Anfängen.

Welcher Moment wird/welche Momente werden Dir immer in Erinnerung bleiben?
Ellen: Da gibt es zum einen eher unschönen Moment. Der Tag an dem wir abgestiegen sind aus der Regionalliga in die Badenliga. Da war ich schon sehr enttäuscht, weil ich das Gefühl hatte, dass das nicht hätte passieren müssen.Auf der anderen Seite werde ich natürlich den Tag des Aufstiegs 2015 nicht vergessen. Das Aufstiegsspiel war zwar nicht so spannend, aber die Spannung hatten wir davor in dem ein oder anderen Spiel. Deshalb denke ich, dass die Mannschaft die ganze Saison auf den einen Tag hingearbeitet hat und ich finde wir haben es verdient :)

Nachgerechnet hast du ca. 29 Spiele in der Medenrunde bestritten und eine Positive Bilanz mit 19 Siegen. Wie bereitest du Dich auf die Saison vor?
Ellen: Mir persönlich ist es immer wichtig körperlich fit zu sein. Da ich ein Sport-Junkie bin schau ich immer, dass ich unterschiedliche Sportarten machen. Ich gehe joggen, trainiere im Fitnessstudio, mache Treppenläufe oder Sprints. Und natürlich schau ich dass ich regelmäßig am Ball bleibe. Ich werde wie jedes Jahr vor der Saison wieder ein oder zwei Turniere spielen, um schnell im Sandplatztennis drin zu sein. Und ich muss sagen auf so ein kurzes, intensives Trainingslager im Süden hätte ich auch mal wieder Lust!

Aus zahlreichen Berichten in unserer Rundschau und im Badentennis liest man von einem Turniererfolg nach dem anderen. Selten tritts du an und musst Dich vor dem Finale geschlagen geben. Bist du „der Schrecken" aller Gegner (beide lachen) oder was macht Dich so stark und zwingt den Gegner in die Knie?
Ellen: So würde ich mich nicht bezeichnen. Und ich gehe immer mit der Einstellung in ein Turnier, dass jedes Match zuerst gespielt werden muss. Vor allem in der Halle... Auf Sand ist das wieder was anderes ;) Ich würde sagen, dass meine Stärken in der Schnelligkeit und der Spielübersicht liegen. Außerdem glaube ich, dass ich recht wenig unerzwungene Fehler mache, was vielen Probleme bereitet.

In wieweit hat Deine Familie auf den Erfolg Einfluss?
Ellen: Ich bin froh, dass meine Eltern vor allem in der Jugend so viel zeit investiert haben und mich zum Training oder auf Turniere gefahren haben. Dafür bin ich ihnen wirklich dankbar. Sie haben nie zu viel von mir verlangt, mich unter Druck gesetzt oder zum Training genötigt. Ich glaube genau das ist auch der Grund warum ich noch „dabei" bin und mir nicht irgendwann die Lust vergangen ist. Und auch heute freue ich mich, wenn sie mal wieder am Feldrand sitzen und mich unterstützen.

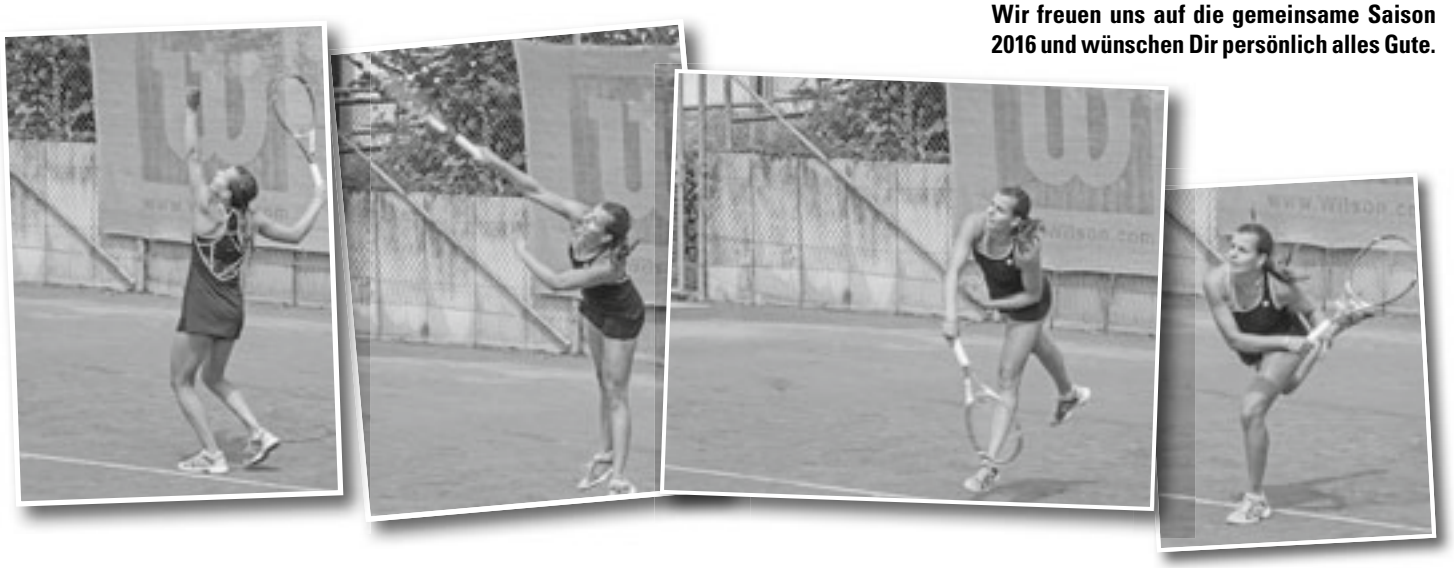
Hattest du eigentlich in Deiner Tennislaufbahn auch mal größere Verletzungen, die Deinen Sport in Frage stellten?
Ellen: Das Schlimmste was ich bisher hatte war ein Achillessehnenanriss. Das war schmerzhaft. Aber wie ich eben bin, fiel es mir schwer zu pausieren und somit hat sich das ganze über ein halbes Jahr in die Länge gezogen. Mein Arzt hat damals nur gesagt: Ich garantiere nicht, dass sie nicht reißen wird. Ich hatte Glück und habe es wieder in den Griff bekommen.

Welche Erwartungen hat du für die Mannschaftssaison 2016 in der Regionalliga?
Ellen: Ich würde den Klassenerhalt als Saisonziel erklären. Ich hoffe, dass alle Spielerinnen fit sind und wir uns gut präsentieren. Der Rest kommt von alleine.

Kommen wir zur Deiner Zukunft. Ein Blick in die Glaskugel ist immer schwer und natürlich unverbindlich. Aber kannst du sagen, wie du Deine Tenniskarriere weiterführen wirst bzw. welche Ziele du Dir gestzt hast?
Ellen: Mein Ziel in die Top 50 der deutsche Rangliste zu kommen, habe ich jetzt schon erreicht :) Die Top 30 zu knacken fände ich ein bisschen unrealistisch. Ich möchte einfach weiterhin Spaß an dem Sport haben und ein bisschen Preisgeld nebenher verdienen. Vielleicht klappt es in diesem Jahr mit der Teilnahme bei der DM. Da wäre ich gerne noch einmal dabei und nicht im Urlaub.

Möchtest du noch irgendetwas sagen?
Ellen: Ich freue mich auf die Saison.

Liebe Ellen, vielen Dank für das Gespräch. Wir freuen uns auf die gemeinsame Saison 2016 und wünschen Dir persönlich alles Gute.



Externer Beitrag

Wie wird aus einem Team von Gewinnern ein Gewinner-Team?

Simona Maltese, 18. November 2015

Wird das Vertrauen des Kapitäns in seine Mannschaft von dieser als hoch wahrgenommen, kann sich das positiv auf die Mannschaftsleistung auswirken.

Als die deutsche Fußball-Nationalmannschaft die WM 2014 gewann, wurde sie von Jogi Löw enthusiastisch gelobt und gefeiert. Als sie hingegen bei der EM 2012 ausschied, reagierte der Trainer eher enttäuscht und verärgert und die Ursachen wurden sehr genau analysiert. Aber welche Konsequenzen haben diese unterschiedlichen Reaktionen des Trainers auf die Leistung der Mannschaft?

Um dieser Frage nachzugehen, untersuchten Katrien Fransen und ihre Kollegen, ob die sportliche Leistung einer Mannschaft eine Frage des Vertrauens ist. Sie interessierten sich dafür, wie ein Kapitän sein Vertrauen in die Mannschaft auf die SpielerInnen übertragen kann und ob dies direkte Auswirkungen auf die Mannschaftsleistung hat.

In einer Studie wurden junge Basketballspieler in Vierer-Teams eingeteilt, die einander nicht kannten. Die Teams glaubten, dass sie an einem nationalen Freiwurf-Wettbewerb teilnehmen würden, wobei die Summe der Punkte des Teams entscheidend sei. Jedem Team wurde ein Kapitän zugeteilt, der von den Forschenden genau instruiert war, entweder hohes oder niedriges Vertrauen in die Fähigkeiten seiner Mannschaft zu zeigen.

Entsprechend äußerte der Kapitän bei der Hälfte der Teams hohes Vertrauen in die Mannschaft, in dem er die Spieler ermutigte und sein Vertrauen, die Gegner zu besiegen kommunizierte. Bei der anderen Hälfte brachte er hingegen sein geringes Vertrauen zum Ausdruck. Alle Teams durchliefen eine Aufwärm- und eine Testphase, und die Sportler wurden jeweils danach gebeten, das Vertrauen ihres Kapitäns in die Mannschaft, das eigene Vertrauen in die Fähigkeiten der Mannschaft, ihre Identifikation mit der Mannschaft und ihre Erfolgserwartungen, den Wettbewerb zu gewinnen, einzuschätzen. Außerdem wurde die Leistung jedes Teams in beiden Spielphasen erfasst.

Die Ergebnisse zeigen, dass die Spieler mehr Vertrauen in die Fähigkeiten des Teams hatten, vom Erfolg im Wettbewerb überzeugter waren und sich mehr mit der Mannschaft identifizierten, wenn das Vertrauen des Ka-

3x IN IHRER NÄHE

Reifen & KFZ Technik
KNIPPSCHILD
KFZ-Meisterbetrieb

INSPEKTIONEN + REPARATUREN ALLER FABRIKATE
TÜV + AU · UNFALLINSTANDSETZUNG + LACKIERARBEITEN · REIFEN + FELGEN
REIFENWECHSEL + EINLAGERUNG · CHIPTUNING · ACHSVERMESSUNG INKLUSIVE EINSTELLARBEITEN
INNEN- + AUSSENREINIGUNG / AUFBEREITUNG
SCHEIBENAUSTAUSCH + -REPARATUR
KLIMASERVICE + DESINFEKTION

MORGENS GEBRACHT - BIS ABENDS GEMACHT!

www.knippschild-kfz.de · info@knippschild-kfz.de

Knippschild GmbH
Kfz-Meisterbetrieb
Mönchhofstraße 66
69120 Heidelberg - Neuenheim
Telefon 06221 - 41 23 78
Fax 06221 - 65 51 12

B. Knippschild
all-in-1 Service-Center
Handelsstraße 6
69214 Eppelheim
Telefon 06221 - 75 21 33
Fax 06221 - 75 21 34

Knippschild GmbH
Kfz-Meisterbetrieb
Dossenheimer Landstraße 108
69121 Heidelberg - Handschuhsheim
Telefon 06221 - 47 06 88
Fax 06221 - 47 58 76

pitäns in die Mannschaft als hoch wahrgenommen wurde, als wenn es niedrig eingeschätzt wurde.

Außerdem hing auch die tatsächliche Leistung der Spieler davon ab, wie sie das Vertrauen des Kapitäns in die Mannschaft wahrnahmen. Wurde das Vertrauen von den Teammitgliedern hoch eingeschätzt, verbesserte sich die Mannschaftsleistung von der Aufwärm- zur Testphase, wurde das Vertrauen hingegen niedrig eingeschätzt verschlechterte sie sich.

Die Ergebnisse beleuchten einen möglichen ablaufenden Prozess, wenn Teamleiter ihr Vertrauen in das Team ausdrücken und dadurch ihre Teammitglieder inspirieren. Das wahrgenommene Vertrauen stärkt die Identifikation mit dem Team sowie das Vertrauen des Teams in die eigenen Fähigkeiten und steigert dadurch die Erfolgserwartungen, was schließlich tatsächlich zu einer besseren Leistung führt. Umgekehrt kann sich der Vertrauensverlust des Teamleiters negativ auf die Prozesse im Team und dessen Leistungen auswirken.

Für den Erfolg eines Teams scheint es also wichtig zu sein, dass die Leitung ihr Vertrauen in dieses ausdrückt und somit aus einem Team von Gewinnern ein Gewinner-Team macht.

Fransen, K., Haslam, S. A., Steffens, N. K., Vanbeselaere, N., De Cuyper, B., & Boen, F. (2015). Believing in "us": Exploring leaders' capacity to enhance team confidence and performance by building a sense of shared social identity. Journal of Experimental Psychology: Applied, 21(1), 89-100. doi: 10.1037/xap0000033

Redaktion und AnsprechpartnerIn: Christiane Schöl*, Anna Bruk*

www.forschung-erleben.de ist ein Projekt der Universität Mannheim und berichtet über aktuelle Forschungsbefunde aus der Sozialpsychologie. Für jedermann. Alltagsnah. Spannend. Kurz und bündig. Jeden Mittwoch eine neue Studie auf www.forschung-erleben.de. Lassen Sie sich von uns für Forschung begeistern.

HERMES LOTTO
Der Presse Treff
PRESSE TABAK

In der Ladenzeile des Rewe-Markt, Handschuhsheim
Tel.: 06221/6531475 Öffnungszeiten: Mo.-Sa.: 7.00 - 20.00 Uhr

Vielfalt in Zeitschriften-
Tabakwaren-Grußkarten

Linda Apotheken

ROSEN-
APOTHEKE

Öffnungszeiten:
Mo-Fr: 8:30 - 13:00 & 14:00 - 18:30
Sa: 8:00 - 13:00
sammeln Sie samstags 3-fach Paybackpunkte!

Inhaber: Apotheker Stefan Keidel e. K.
An der Tiefburg
69121 Heidelberg
Telefon: +49 (0)6221 – 480 800
Telefax: +49 (0)6221 – 410 051
www.rosenapotheke-heidelberg.de
info@rosenapotheke-heidelberg.de

Externer Beitrag

Gemeinsam sind wir stark – auch wenn wir dabei alleine sind!

Jana Villioth, 22.07.2015

Allein das Gefühl, mit anderen Personen zusammenzuarbeiten, kann bei der Bewältigung einer Aufgabe zu mehr Motivation, Ausdauer und Freude an der Arbeit führen.

Die Zusammenarbeit mit unseren Mitmenschen spielt eine zentrale Rolle in unserer Gesellschaft – ob beim Sandburgenbauen in der Kindheit, einem Fußballspiel im Team oder der gemeinsamen Gründung eines Unternehmens. Vieles wäre allein gar nicht denkbar. Gemeinsam kann man einfach mehr erreichen! Das Forschungsteam Priyanka Carr und Gregory Walton nahm deshalb an, dass schon ein Gefühl der Zusammenarbeit motivierend sein kann – selbst wenn man allein arbeitet. Laut den Forschenden sollte es zentral sein, ob Menschen dabei wirklich (gefühlt) zusammen an einer Aufgabe arbeiten, oder nur parallel zueinander die gleiche Aufgabe bewältigen.

Diese Idee wird im folgenden Experiment deutlich. Die Teilnehmenden dieser Studie trafen sich zunächst und stellten sich kurz untereinander vor, bevor sie für die Bearbeitung (allein) auf einzelne Räume aufgeteilt wurden. Eine Hälfte der Teilnehmenden wurde nun über den Studienzweck „Wie Menschen zusammen Rätsel lösen" informiert und erhielt während der Bearbeitung einen Tipp, der angeblich von einer anderen teilnehmenden Person kam. Der anderen Hälfte der Teilnehmenden wurde lediglich mitgeteilt, dass es darum ginge, „wie Menschen Rätsel lösen". Auch sie erhielten einen Tipp zur Bearbeitung, allerdings von der Versuchsleitung. Der Ablauf und das Kennenlernen der anderen Personen waren also für alle gleich. Während einige Teilnehmende aber einfach parallel zueinander an der Aufgabe arbeiteten, sollte bei den anderen durch einfache Hinweise ein Gefühl der Zusammenarbeit geweckt werden. Würden sie, entsprechend der Annahmen der Forschenden, tatsächlich motivierter sein? Da das Rätsel eigentlich unlösbar war, sollte die Ausdauer der Teilnehmenden hierüber Aufschluss geben. Es war ihnen nämlich freigestellt, jederzeit abzubrechen und mit einer anderen Aufgabe fortzufahren.

Teilnehmende, denen das Gefühl vermittelt wurde, mit anderen zusammenzuarbeiten, versuchten im Vergleich zu den anderen ProbandInnen in der Tat deutlich länger das Rätsel zu lösen. In einer anschließenden Befragung gaben diese Personen zudem eher an, aus eigenem Interesse heraus an dem Rätsel gearbeitet zu haben, als jene, die diese Aufgabe nur parallel zueinander bearbeitet hatten. Sie zeigten demnach eine höhere innere Motivation für die Aufgabe, während äußere Anreize (wie der Druck, mit anderen mitzuhalten) scheinbar weniger bedeutend für ihre Ausdauer waren. Dass Hinweise gemeinsamen Arbeitens insbesondere die innere Motivation erhöhen, wurde in weiteren Experimenten belegt. So waren Teilnehmende involvierter beim Bearbeiten anstrengender Aufgaben und zeigten durchschnittlich bessere Leistungen, aber auch weniger Erschöpfung nach der Bearbeitung, wenn ihnen vermittelt wurde, dass sie mit weiteren Personen zusammenarbeiten. Konkurrenzdenken oder Gefühle der Verpflichtung anderen gegenüber wurden hierdurch hingegen nicht erhöht.

Die Studien zeigen uns also, dass allein das Gefühl der Zusammenarbeit dazu führen kann, dass wir motivierter sind, mehr Spaß an Aufgaben haben und somit bessere Leistungen erzielen können. Inwiefern dies auf den Arbeitsalltag übertragbar ist, wäre eine Fragestellung für zukünftige Forschung. Das vorläufige Fazit lautet aber: Gemeinsam sind wir stark – auch wenn wir dabei alleine sind!

Carr, P. B., & Walton, G. M. (2014) Cues of working together fuel intrinsic motivation. Journal of Experimental Social Psychology, 53, 169–184. doi:10.1016/j.jesp.2014.03.015

Redaktion und AnsprechpartnerIn*:
Janin Rössel*, Julia Engel

www.forschung-erleben.de ist ein Projekt der Universität Mannheim und berichtet über aktuelle Forschungsbefunde aus der Sozialpsychologie. Für jedermann. Alltagsnah. Spannend. Kurz und bündig. Jeden Mittwoch eine neue Studie auf www.forschung-erleben.de. Lassen Sie sich von uns für Forschung begeistern.

sven
ausgewählte
weine

Sven Trautmann · Dipl.-Ing. (FH)
Mühltalstraße 2 · 69121 Heidelberg
Telefon & Fax 0 62 21 - 43 61 36 · svens_weinladen@web.de

Öffnungszeiten
Mo – Fr 10 – 13 und 15 – 18.30 Uhr · Sa 9.30 – 14 Uhr

You'll like our service!

Business English and more from I.V. Solutions Ltd

Unsere Serviceangebot:

- **Englischunterricht**, z.B. Business English (Einzel- und Gruppenunterricht)
- **technischer Dokumentation im Bereich IT** Handbücher, Online-Help, kontextsensitive Hilfe
- **Schulungen und Workshops zum Thema technisches Englisch:** *Making international business even easier!*

Kontaktinformationen:

- **Tel:** +49(6221) 6522885
- **E-Mail:** enquiries@ivsolutions.co.uk

I.V.Solutions Ltd

www.ivsolutions.co.uk

BESTATTUNGSUNTERNEHMEN

Seppich GmbH

TRADITIONSREICH IM FAMILIENBESITZ

Überführungen im In- und Ausland

Aufbahrung und Abschiedsbegleitung im eigenen Hausanwesen in Heidelberg

Hausanschrift:
69121 Heidelberg
Dossenheimer Landstr. 79

Zentralruf: 0 62 21/40 10 14

Fax: 0 62 21/41 12 14

Dank an unsere Sponsoren

Wir bedanken uns bei folgenden Firmen und Privatpersonen für die Unterstützung:

APR Reiseservice GmbH
Arndt Overlack
Autoservice Neckarhelle
Baier Digitaldruck GmbH
Bestattungsunternehmen Seppich GmbH
Bikers Paradise
Bodystreet Heidelberg
Der Presse Treff im Rewe/ Handschuhsheim
Dr. Rainer Herrmann
Eheleute Plass
Elektro Wernz
Erles Umweltservice GmbH
Familie Häfner
Fahrschule Busse
Friseursalon La Testa
Gemüsebau Schlicksupp
Gerhard Zimmermann
Glas und Gebäudereinigung Allekotte
Gudrun Brox
Haushaltsauflösungen Hagedorn
Harry Lohmüller
Heidelberg College
Heidelberger Volksbank e.G.
Installation Brox
International-Tennis-Academy Rainer Becker
Kosmetik Becker
Kraus Immobilien GmbH
Krugmann, Inhaber Zeis
Optiker Nolze
Poranzl GmbH
Praxis Lothar Teuber
Prof. Harald Bendl
Reinigung WUP
Reinhard Gärtnerei und Blumen
Ristorante Roseto
Rosenapotheke Dr. Keidel
Solutions Shaw
Shell-Tankstelle Knippschild
Sparkasse Heidelberg
Sportwelt Niebel
Stadtwerke Heidelberg GmbH
Stefanie Weinstein
Sven Trautmann – Weine
Tennis Baig
that´s gelato
Tischlein deck Dich
Uhrmachermeister und Juwelier Bowe

Die Anzeigen im Heft unterstützen den Verein und ermöglichen uns, dass wir unser „Tennisjournal" veröffentlichen können. Wir, die Mitglieder, danken es den Firmen, indem wir sie bei unseren Einkäufen berücksichtigen.

HAUSHALTS- UND FIRMEN- AUFLÖSUNGEN

WIR SIND FÜR SIE DA-
HAUSHALTS- UND FIRMENAUFLÖSUNG,
ENTRÜMPELUNG, ENTSORGUNG UND TRANSPORTE

06221/ 434 82 53
0172/ 74 14 666
FAX 06221/ 59 91 91

F. HAGEDORN HAUSHALTS- UND FIRMENAUFLÖSUNGEN
NECKARSTADEN 10A · 69117 HEIDELBERG
WWW.HAUSHALTSAUFLOESUNG-HAGEDORN.DE

Fehlerteufel:

Wenn Sie einen Druckfehler finden, bedenken Sie bitte, dass dieser beabsichtigt war und der Fehlerteufel bei uns im Verein Mitglied ist.

Impressum:

Auflage:
1.000 Stück

Erscheinungsdatum:
Mai 2016

Herausgeber:
Förderverein Tennis e.V.

Anzeigen:
Rainer Becker, Hermann, Petra und Tina Häfner

Layout & Druck:
Baier Digitaldruck GmbH

Gestaltung & Redaktion (red.):
Tina Häfner · tinahaefner@gmx.de

Ristorante Pizzeria Roseto

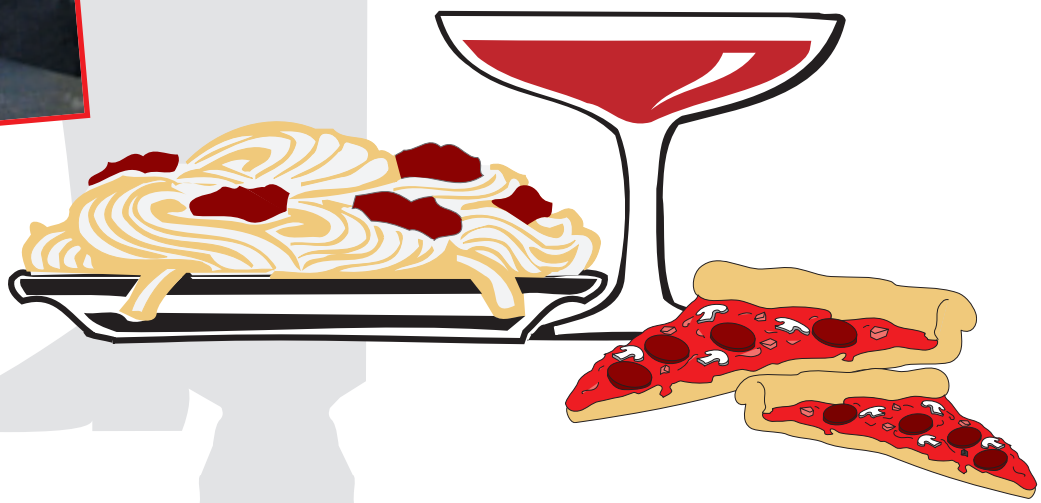
S. Domenico Ruggiero

Öffnungszeiten

Montag
17:00 Uhr - 24:00 Uhr

Dienstag - Samstag
11:30 Uhr -14:00 Uhr
17:30 Uhr - 23:00 Uhr

Sonntag und Feiertag
11:30 Uhr - 21:00 Uhr



Tiergartenstraße 9 • 69120 Heidelberg • Tel. 06221- 409480

Ein **eingespieltes** Team!

***Verantwortung** übernehmen • **Werte** schaffen • **Zukunft** sichern!*

Wir setzen auf eine **ehrliche** und **nachhaltige Beziehung** im Bankgeschäft. Nur so entsteht aus langjähriger Zusammenarbeit **Erfolg**, wird aus Erfahrung **Vertrauen** und aus Partnern ein **eingespieltes Team**. Dadurch gelingt der sichere Doppelpass zwischen unseren Kunden und Mitarbeitern.

HEIDELBERGER VOLKSBANK

Ihre Bank