

# Rundschau

D 8308 F



Ballschule

Hockey

Inline

Karate

Lacrosse

Leichtathletik

Rehasport

Ski / Volleyball

Tennis

Tischtennis

Turnen/Fitness  
& Gesundheit

**Nr. 2/ Mai 2025**



**Steffen Layer**, Zweigstellenleiter

## Kompetenz in Ihrer Nähe

Mit unserer **Genossenschaftlichen Beratung** finden Steffen Layer und sein Team gemeinsam für Sie in jeder Lebenslage und für jedes Bedürfnis die richtige finanzielle Lösung.

Vereinbaren Sie einen Termin. Telefon: 06221 514-0.



**HEIDELBERGER  
VOLKSBANK**

Zweigstelle Handschuhsheim  
Dossenheimer Landstr. 7



### Das Wichtigste in Kürze

<b>April-Sept. 2025</b>	Clubmeisterschaft (TE)
<b>05./07./26./28.05.2025</b>	Open Practice Damen + Herren (LC)
<b>05.05.-28.09.2025</b>	„Sport im Park“ mit TSG-Beteiligung
<b>08./09.06.2025</b>	Qualifikationstage (LA)
<b>10.-13.06.2025</b>	Pfingstcamp „Sport und Spiel“
<b>25.-27.07.2025</b>	Landeskinderturnfest mit TSG-Beteiligung
<b>27.07.2025</b>	TSG 78-Sommerfest für alle Mitglieder, ab 11 Uhr
<b>04.-08.08.2025</b>	Sommercamp W1 „Sport und Spiel“
<b>01.-05.09.2025</b>	Ferien-Champs
<b>08.-12.09.2025</b>	Sommercamp W6 „Sport und Spiel“
<b>08.-13.09.2025</b>	Hockey-Camp
<b>27.-31.10.2025</b>	Herbstcamp „Sport und Spiel“

#### ***Rundschau online***

Sie wollen der Umwelt etwas Gutes tun und Papier sparen? Sie wollen der TSG 78 helfen Kosten zu sparen? Prima! Dann stellen Sie um auf Rundschau online. So geht es: Sie schreiben der Geschäftsstelle unter [info@tsg78-hd.de](mailto:info@tsg78-hd.de) eine E-Mail mit dem Betreff „Rundschau online“ und schon erhalten Sie die Rundschau künftig nicht mehr per Post zugeschickt, sondern immer pünktlich zum Erscheinungstermin eine Mail mit dem Link zur neuen Rundschau auf unserer Homepage ([www.tsg78-hd.de](http://www.tsg78-hd.de)). Vielen Dank für Ihre Unterstützung!

1. Vorsitzender:

Christoph Rapp, Im Anger 13, 69118 Heidelberg

---

Tiergartenstr. 9, 69120 Heidelberg, Geschäftsstelle  
Telefon 41 28 19, Telefax 45 59 92

<http://www.tsg78-hd.de>, E-mail: [info@tsg78-hd.de](mailto:info@tsg78-hd.de)

Vereinskonto

Sparkasse Heidelberg

BIC SOLADES1HDB

IBAN DE80 6725 0020 0001 0022 28

Öffnungszeiten:

Mittwoch 10.00-13.00 Uhr

Dienstag und Donnerstag 15.00-17.30 Uhr

Spendenkonto

Sparkasse Heidelberg

BIC SOLADES1HDB

IBAN DE38 6725 0020 0001 0003 65

---

Im TSG-Sportpark:

Gaststätte Roseto Tel. 06221-409480

Tennishalle des Turn- und Spielplatzvereins

Telefon 06221-410441

---

# **Ristorante Pizzeria Roseto**

**im TSG 78 – Sportpark**

**Tiergartenstr. 9, 69120 Heidelberg**

**Tel. 0 62 21 / 40 94 80**

**[www.ristorante-roseto.de](http://www.ristorante-roseto.de)**

**Täglich wechselndes MITTAGSMENÜ**

**Dienstag, Donnerstag und Freitag abends**

**MENÜANGEBOT**

## Liebe Mitglieder,

wir blicken auf eine erfolgreiche Mitgliederversammlung zurück, bei der alle offenen Posten besetzt werden konnten! Zudem freuen wir uns über neue Kurse im Seniorensport, über viele fröhliche Kinder in unseren Sportcamps während der Schulferien und vor allem auf ein gemeinsames TSG-Sommerfest. Diese

Highlights sind nur einige der positiven Entwicklungen, die uns als Vorstand sehr erfreuen.

Wir wünschen allen Mitgliedern einen wunderbaren Start in den Sommer und viele schöne Momente in der TSG 78-Gemeinschaft!

*Der Vorstand*

## TSG 78-Mitgliederversammlung

Die ordentliche Mitgliederversammlung der TSG 78 Heidelberg fand am Donnerstag, den 27.3.25 in den Räumen des TSG-Gaststätte Roseto statt. Der 1. Vorsitzende Christoph Rapp begrüßte die anwesenden Mitglieder und gedachte in einer Schweigeminute den verstorbenen Mitgliedern Agnes Haepf, Kurt Knobel, Elisabeth Kocher und Wolf Beiglböck. Ein ausführlicher Bericht über die Aktivitäten im vergangenen Jahr beendete Herr Rapp mit einem großen Dank an alle Ehrenamtlichen und Funktionsträger der TSG 78. Außerdem gab Herr Rapp einen Ausblick auf anstehende Änderungen und Termine in 2025.

Der Kassenbericht 2024 wies leider ein Defizit in Höhe von rund 38.000,- Euro auf, welches hauptsächlich durch die Sanierung des neuen Gymnastikraums

zustande kam. Nach der Verlesung des Kassenprüberberichtes wurde der Vorstand entlastet.

Bei den Neuwahlen wurde Hermann Häfner als 2. Vorsitzender bestätigt. Anja Angeli kandidierte als Referentin für Öffentlichkeitsarbeit und wurde einstimmig gewählt. Mit Daniel Angeli und Christian Kaehler konnten zwei neue Kassenprüfer gefunden und gewählt werden.

Die Abteilungsleiter\*innen berichteten über die Geschehnisse des vergangenen Jahres in ihren Abteilungen. Als Antrag war die Ernennung von Sonja Böhnisch und Michael Schwarz zu Ehrenmitgliedern der TSG 78 eingegangen. Die Versammlung stimmte dafür. Die Ehrungen werden beim TSG-Sommerfest am 27.07.2025 durchgeführt.

### Kummertelefon für Kinder und Jugendliche

**0178-1961527 oder 110@tsg78-hd.de**

Bei Mobbing, aggressivem Verhalten, sexueller Gewalt oder Kummer jeder Art.  
Wendet euch vertrauensvoll an Pia Maier. Anfragen werden streng vertraulich behandelt!

## Der TSG-Vorstand ist wieder komplett!

Wir freuen uns, dass bei der Mitgliederversammlung am 27. März 2025 Anja Angeli einstimmig zur Referentin für Öffentlichkeitsarbeit gewählt wurde. Mit ihrer Wahl ist der TSG-Vorstand nun wieder vollzählig!

Anja hat bereits ihre Arbeit aufgenommen und wird zunächst unseren TSG-Instagram-Account auf Vordermann bringen sowie einen neuen Facebook-Account einrichten.

Der Vorstand freut sich sehr über diese Verstärkung und heißt Anja herzlich willkommen im Team!

Mein Name ist Anja Angeli, ich bin Jahrgang 1964, verheiratet und habe zwei erwachsene Kinder. Als Diplom-Kauffrau mit Schwerpunkt Marketing und nach vielen Ortswechsellern, bin ich seit 2008 in Heidelberg zuhause. Ich engagiere mich ehrenamtlich bei den Lila Damen und Herren Heidelberg, wo ich auch für Social Media zuständig bin. Besonders gerne bin ich auf dem Tennisplatz bei der TSG 78 aktiv, aber auch Schwimmen, Radfahren und Gymnastik zählen zu meinen sportlichen Aktivitäten. Weiterhin fasziniert mich die Jazzmusik und ich versuche mich hier am Klavier. Ich freue mich auf die neue und spannende Aufgabe bei der TSG 78 Heidelberg e.V. und eine gute Zusammenarbeit.



!!! JETZT NEU !!!  
ALLE NEWS, WICHTIGE  
INFOS UND EVENTS AUF  
SOCIAL MEDIA - FOLGE UNS  
UND VERPASSE NICHTS !

Facebook icon and QR code  
Instagram icon and QR code

**TSG 78**  
Heidelberg



## Aktionstag „Älter werden in Handschuhsheim“

Am 22.3.2025 fand im Seniorenzentrum Handschuhsheim ein Aktionstag zum Thema „Älter werden in Handschuhsheim statt“. Chrissy Voth war mit einem Infostand zu den Se-

niorensportangeboten der TSG 78 vor Ort. Unter dem Motto „der bewegte Einkaufszettel“ animierte sie die Besucher\*innen zum Mitmachen, was regen Anklang fand.



Chrissy Voth informierte über die Seniorensportangebote der TSG 78 beim Aktionstag in Handschuhsheim

### Sport im Park 2025 - erneut mit TSG 78 - Beteiligung

Die TSG 78 ist auch dieses Jahr wieder mit Tai Chi und Yoga beim Sport im Park vertreten. Neu dabei ist Nina mit

Outdoor-Fitness 60+. Nähere Infos dazu in dieser Rundschau auf Seite 54.

## Heidelberger Frühjahrsputz am 30.03.2025

**M**itglieder der TSG 78 Heidelberg haben sich beim diesjährigen Heidelberger Frühjahrsputz beteiligt und das Gelände rund um den TSG 78-Sportpark von Unrat und Müll befreit. Jedes Jahr findet in Heidelberg stadtweit eine Putzwoche statt, an der sich immer mehr Schulen, Kindergärten, Vereine und Privatpersonen beteiligen. Dabei sollen öffentliche Plätze, Schulwege, Spielplätze, Grünanlagen, Wald und Wiesen von Abfall befreit werden. Die Arbeitsmaterialien (Handschuhe, Greifzangen, Müllsäcke) wurden von der Stadt Heidelberg gestellt. Rund um den TSG-Sportpark wurde fleißig alles eingesammelt, was nicht dort hingehörte. Das reichte von kleinen Dingen wie

Zigarettenresten und Bonbonpapieren bis hin zu Autofelgen, Matratzen und ein verschrottetes Fahrrad. Alle Kinder und Erwachsene hatten dabei sichtlich Freude, ihre Umwelt von Abfall zu befreien. Am Ende konnte sich die Menge an Gesammelten sehen lassen und alle Beteiligten konnten sich verdient mit Keksen, Obst und Getränken stärken. Diese hatte der Vorstand allen freiwilligen Helfern bereitgestellt. Insgesamt war es eine tolle Aktion, an der die TSG 78 sicherlich auch nächstes Jahr wieder teilnehmen wird.

Der Vorstand bedankt sich sehr herzlich bei allen Beteiligten und der Organisatorin Carla Buchmüller (Abteilungsleiterin Lacrosse) für den Einsatz!



Gemeinsam für eine saubere Umwelt: Unsere kleinen Helfer sammeln mit Handschuhen und Greifzangen Müll rund um den TSG-Sportpark und lernen dabei, wie wichtig es ist, die Natur zu schützen

## „Jetzt fit für später“ - Neues Fitnessprogramm 60+

Das Fitnessprogramm „AFT-PP“ für Personen ab 60 Jahren zielt darauf ab, die körperliche Alltagsfitness zu erhalten, zu steigern und die Teilnehmer insgesamt zu einem gesünderen Lebensstil zu führen.

Im Rahmen eines Kurssystems sind zehn Trainingseinheiten vorgesehen, die folgende Fähigkeiten stärken: Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit, Koordination und kognitive Fitness.

Das Projekt beinhaltet auch eine Fitness-Testung (Alltags-Fitness-Test), welche zum Anfang und zum Ende des Kurses Aussagen über den aktuellen Status und zur individuellen Trainingsentwicklung leisten kann. Zusätzlich werden den Teilnehmern im Rahmen von gemeinschaftlichen Kurseinheiten, theoretisches und praktisches Wissen

vermittelt, um gesundheitliche Risikofaktoren (z.B. Bluthochdruck, Übergewicht, etc.) zu minimieren.

Alle Interessierten der Generation „Baby Boomer“ ohne schwerwiegende Erkrankungen oder Einschränkungen können bei dem neuen Projekt dabei sein und „jetzt fit für später“ werden!

Der erste Kurs startete im März dieses Jahres mit Erfolg. Der 2. Kurs beginnt am 09.05.2025, immer freitags von 12.00-13.00 Uhr. Bei Interesse einfach in der TSG-Geschäftsstelle melden, ob noch Plätze frei sind!

Der Kurs kostet 99€ (Eingangstestung, 10 Trainingseinheiten, Schlusstestung) und findet im Gymnastikraum im TSG 78-Sportpark statt. Weitere Kurse im Herbst sind geplant!



**Jetzt fit für später**

**TSG 78 Heidelberg**

**FITNESSPROGRAMM 60+**

Freitags, ab 9.5.2025  
12.00-13.00 Uhr

- AlltagsFitnessTest zu Beginn und am Ende
- 10-Wochen-Trainingsprogramm zu Kraft, Ausdauer, Beweglichkeit, Koordination und kognitive Fitness
- Theoretisches und praktisches Wissen

**Jetzt noch anmelden**

TSG 78-Sportpark  
Tiergartenstr. 9  
69120 Heidelberg  
06221-412819  
info@tsg78-hd.de  
www.tsg78-hd.de



## TSG 78-Sommerfest am 27.07.2025

Liebe Mitglieder der TSG 78, wir freuen uns, euch herzlich zu unserem abteilungsübergreifenden Sommerfest einzuladen! Wie bereits angekündigt, plant eine engagierte Organisationsgruppe aus verschiedenen Abteilungen ein tolles Fest für alle TSG 78-Mitglieder, deren Familien und Freunde.

**Wann?** Am 27.07.2025 ab 11 Uhr

**Wo?** Im TSG 78-Sportpark, Tiergartenstraße 9

Freut euch auf ein buntes Programm mit Mitmachangeboten, Hüpfburg, spannenden Vorführungen und musikalischer Begleitung von „Little Band Schriesheim“ (ehem. Schriesheimer Stadtorchester), die mit swingendem Jazz für gute Stimmung sorgen wird. Natürlich werden auch kulinarische Köstlichkeiten nicht fehlen! Wir planen auch ein abwechslungsreiches Kuchenbuffet und benötigen hierfür eure Unterstützung anhand von Kuchen Spenden! Backt

einfach euren Lieblingskuchen für ein vielfältiges Buffet und meldet dies vorab in der Geschäftsstelle, damit wir alles etwas koordinieren können. Vielen Dank für eure Mithilfe!

Ein besonderes Highlight wird die Ehrung unserer langjährigen TSG-Mitglieder sowie einiger ehrenamtlich Tätigen und sportliche Erfolge sein, die um 11.30 Uhr im Hockeycenter stattfinden wird. Die zu Ehrenden werden noch persönlich eingeladen.

Der Vorstand und das Orgateam würden sich sehr freuen, viele von euch bei unserem Fest im TSG 78-Sportpark begrüßen zu dürfen! Kommt vorbei, bringt eure Familien und Freunde mit und lasst uns gemeinsam einen unvergesslichen Tag verbringen!

*Herzliche Grüße, Euer Vorstand und Orgateam*





[www.swhd.de](http://www.swhd.de)

*für kleine talente  
für große rekorde  
für dich*



Wir unterstützen Sport-Talente zahlreicher Vereine in Heidelberg und Umgebung.  
Mehr dazu unter [www.swhd.de](http://www.swhd.de)

stadtwerke  
heidelberg

## Neueintritte

Wir begrüßen insgesamt 137 neue Mitglieder ganz herzlich in unserer Vereinsfamilie in folgenden Abteilungen (seit der letzten Rundschau):

Ballschule: 18

Hauptverein: 2

Hockey: 8

Inline: 11

Karate: 12

Leichtathletik: 22

Rehasport: 14

Ski/Volleyball: 2

Tennis: 19

Tischtennis: 2

Turnen / Fitness & Gesundheit: 27

Wir wünschen Ihnen viel Freude am Sport und viel Spaß in der Gemeinschaft Ihrer Abteilung. Wenn Sie Schwierigkeiten,

Fragen oder Wünsche haben, wenden Sie sich bitte an die Geschäftsstelle der TSG 78 oder an Ihre\*n Abteilungsleiter\*in.

### Info der Geschäftsstelle

Der Austritt aus dem Verein ist zum Ende eines jeden Kalenderjahres möglich und muss durch eine schriftliche Erklärung an die Geschäftsstelle erfolgen. Die Kündigung muss spätestens am 15. November eines Jahres eingegangen sein, um zum 31. Dezember des gleichen Jahres wirksam zu werden. Jede Kündigung der Vereinsmitgliedschaft wird durch die TSG 78 schriftlich bestätigt. Der Austritt entbindet nicht von der Verpflichtung zur Beitragszahlung für das laufende Kalenderjahr.



Jetzt Vorteile für TSG Mitglieder sichern

[www.mi-kuechen.de](http://www.mi-kuechen.de)

## Beim Online-shopping Geld für die TSG 78 sammeln

Wer online shoppen geht, kann ganz einfach die TSG 78 dabei unterstützen. Besuchen Sie Ihren gewohnten Online-Shop ganz einfach über die Spendenplattform „gooding.de“. Bei der Plattform ist die TSG 78 als Spendenempfänger registriert und erhält Procente durch Ihren Online-Einkauf. Die gesammelten Gelder werden am Jahresende den Abteilungen für ihre Jugend- und Seniorenarbeit zur Verfügung gestellt oder für die abteilungsübergreifende Jugend- und Seniorenarbeit verwendet. Das Geld kommt also direkt den Kindern, Jugendlichen und Senioren zugute. Wir würden uns freuen, wenn Sie mit Ihren

Online-Einkäufen die Abteilungen der TSG 78 unterstützen.

### So geht's:

1. Homepage von **www.gooding.de** aufsuchen
2. Unter „**Projekte & Vereine**“ die **TSG 78 Heidelberg** auswählen
3. „Einkauf starten“ anklicken
4. Den gewünschten Shop auswählen (Bsp.: ebay, Lidl, booking.com, Tchibo, Decathlon u.v.m.)
5. Wie gewohnt beim Shop anmelden und einkaufen

### So funktioniert die Unterstützung über Gooding



Such dir einen Shop aus,



wähle unseren Verein



und kaufe ein wie immer.



Unser Verein erhält eine Prämie!

### Online-Shop für TSG-Vereinskleidung

Besuchen Sie unseren TSG-Online-Shop mit der Kollektion von „craft“: Hoodys, Jacken, Hosen und Shirts in verschiedenen Ausführungen. Schauen Sie rein im TSG-Teamshop (Link auf der Homepage). Beratung zu den Größen und Muster zur Beschaffenheit der Textilien (kein Kauf von TSG-Kleidung vor Ort) oder Hilfe bei der Bestellung gibt es bei YELLOWGREEN in der Weststadt: <https://yellow-green.de/Sportgeschaeft/>

### 10er Trainingskarte

Schnupperer, die sich nach zweimaligem Probetraining noch nicht für eine Vereinsmitgliedschaft entscheiden können, bieten wir eine 10er Trainingskarte an (ausgenommen Tennis). Die Karte kostet 80,- € und muss bei jedem Training vom verantwortlichen Trainer/Übungsleiter unterschrieben werden. So kann man länger schauen, ob das Training einen anspricht oder nicht. Die Karte ist übertragbar und kann somit auch von Paaren, anderen Familienmitgliedern oder Freunden gemeinsam genutzt werden. Für die Teilnahme an den Kursen des Seniorensports sind ebenfalls 10er Karten notwendig. Für Nichtmitglieder kosten diese 80,- €, für TSG-Mitglieder 50,- €. Interessenten melden sich bitte in der TSG-Geschäftsstelle unter Tel. 06221-412819 oder [info@tsg78-hd.de](mailto:info@tsg78-hd.de)

# Jahresbeiträge in Euro

	<b>Erwachsene</b>	<b>Ehepaare, Familien (inkl. Kinder bis 16 J.)</b>	<b>Ermäßigte (+ Passive) (Kinder bis 16 J., Schüler, Azubis, Studierende – mit Nachweis)</b>
<b>Grundbeitrag</b>	120,00	162,00	66,00
<b>Passivbeitrag</b>	42,00	63,00	24,00
<b>Zzgl. Abteilungsbeitrag:</b>			
<b>Ballschule<sup>1</sup></b>			1. Kind monatl. 22,00 2. Kind monatl. 20,00 ab 3. Kind monatl. 18,00
<b>Hockey</b>	204,00	396,00 <i>(nur mit Erw.)</i>	Kinder/Jgd. bis 18 J. 192,00 Passive 66,00
<b>Inline</b>	96,00 <i>ab 2026 108,00</i>	156,00 <i>ab 2026 162,00</i>	72,00 <i>ab 2026 78,00</i> Passive 12,00 <i>ab 2026 18,00</i>
<b>Karate</b>	156,00	192,00	96,00
<b>Lacrosse</b>	150,00		Kinder bis 16 J. 78,00
<b>Leichtathletik</b>	72,00	120,00	60,00 Kinder bis 13 J. 48,00 Kinder bis 7 J. 30,00 Passive 15,00
<b>Rehasport<sup>1</sup></b>	<b>Mit ärztlicher Verordnung (Muster 56) keine Kosten, freiwillige Mitgliedschaft erwünscht. Ohne Verordnung 240,- € (= Gesamtbetrag), 2x Training pro Woche 360,- € (=Gesamtbetrag)</b>		
<b>Ski/Volleyball</b>	30,00	51,00	21,00
<b>Tischtennis</b>	60,00		48,00
<b>Turnen/ Fitness &amp; Gesundheit</b>	66,00	96,00 <i>(ab 3 Kinder)</i>	54,00 Kinder bis 6 J. 48,00
<b>Tennis</b>	192,00	336,00	Jugendl. bis 17 J. 114,00 Jugendl. bis 17 J. 57,00 <i>(wenn ein Elternteil in Tennis aktiv)</i> Studierende 18-29 J. 156,00 Passive 20,00
<b>Tennis Umlage</b>	16-17 J. 15,00 18-65 J. 30,00	<i>(wird bei 2 Std. Arbeitseinsatz zurückerstattet)</i>	
<b>Tennis Schrank</b>	8,00 groß 16,00		

Die Beiträge (Grundbeitrag und Abteilungsbeitrag) werden per Lastschrift jährlich (1. Februar) oder halbjährlich (1. Februar und 1. August) eingezogen.<sup>1</sup> Die Beiträge für die Abteilung Ballschule und Rehasport werden quartalsweise abgebucht.

Im Jahr des Vereinsbeitritts wird der anteilige Beitrag ab dem Beitrittsmonat erhoben. Es erfolgt keine Beitragsrückerstattung im Jahr der Kündigung. Die Kündigungsfrist ist jeweils am 15. November zum Jahresende. Die Abteilungen Ballschule und Rehasport können jeweils 7 Tage zum Quartalsende gekündigt werden. Die Satzung und Beitragsordnung der TSG 78 Heidelberg sind zu beachten.

Die Höhe Mitgliedsbeiträge stellt eventuell für manche Mitglieder ein Problem dar. Der Vorstand möchte jedoch, dass alle, unabhängig vom Einkommen, die Möglichkeit haben in der TSG-Gemeinschaft Sport zu treiben. Daher weisen wir darauf hin, dass Inhaber\*innen vom Heidelberg-Pass oder Heidelberg-Pass+ Zuschüsse zum Mitgliedsbeitrag beantragen können. Infos dazu bei der Stadt HD unter [www.heidelberg.de/hd/HD/Rathaus/Heidelberg\\_Pass.html](http://www.heidelberg.de/hd/HD/Rathaus/Heidelberg_Pass.html). Satzungsgemäß kann Mitgliedern, die in eine finanzielle Notlage geraten sind, laut §5 (3) der Satzung Beiträge in begründeten Ausnahmefällen ganz oder teilweise erlassen werden. Hierzu reicht ein formloser Antrag mit Begründung an den Vorstand.



Jetzt  
anmelden!

## FERIENPROGRAMME

Motto "Sport und Spiel"

Alter 6-12 Jahre

### Termine:

- Ostercamp 14.-17.04.25
- Pfingstcamp 10.-13.06.25
- Sommercamp W1 04.-08.08.25
- Ferien-Champs 01.-05.09.25
- Sommercamp W6 08.-12.09.25
- Herbstcamp 27.-31.10.25

### Kosten:

- 4 Tage Camp 132,- €
- 5 Tage Camp 165,- €
- Ferien-Champs 180,- €
- Rabatte möglich  
inkl. Verpflegung



### Ort:

TSG 78-Sportpark  
Tiergartenstr. 9  
69120 Heidelberg  
06221-412819  
info@tsg78-hd.de

### Infos und Anmeldung:



## Spaß beim Familienduell

Am 15.03.2025 hatte Robert Willig zum Familienduell in der EI-Halle eingeladen. Es sollten immer zwei Erwachsene und zwei Kinder aus einer Familie oder gemischt aus zwei Familien antreten. 12 Teams hatten gemeldet und mit etwas Verspätung konnte Robert die ersten Spiele über jeweils 13 Minuten in beiden Hallenhälften anpfeifen. Mit großer Begeisterung und großem Einsatz wurde gekämpft und viele Tore bejubelt. Bei den Erwachsenen war der ein oder andere

Einhandspieler zu sehen, die sich das lästige Bücken ersparen wollten. In den Pausen konnte man sich mit allerlei Köstlichkeiten stärken. Nach Ende des Duells wurde auf der Tribüne noch gefachsimpelt und gelungene Aktionen gelobt. Alle hatten riesigen Spaß an der Veranstaltung und bedankten sich mit großem Applaus bei Robert für die Organisation. Der Muskelkater soll bei einigen Eltern noch einige Tage angehalten haben.

## Turniere der Minis und U10

Am 16.03.2025 hatten unsere Minis ihren ersten Einsatz beim „Schneetigerturnier“ des HC Heidelberg. Mit großer Nervosität starteten unsere beiden Mannschaften. Schon die Begrüßung und Verabschiedung der Gegner und der Schiedsrichter war ja etwas völlig Neues. Es wurde gekämpft und gespielt, schöne Tore geschossen und Tore kassiert und nach vier Spielen waren alle doch recht erschöpft. Höhepunkt war dann zum Abschluss die Teilnehmerehrung. Alle Teilnehmer erhielten von der Veranstalterin eine Medaille umgehängt und zeigten sich stolz den Fotografen. Für die TSG spielten: Erik, Nikolai, Julian,

Joris, Max, Jannika, Valentin und Carl. Betreuer war Buschi.

Am selben Tag hatte die U10 ihr letztes Hallenturnier in Bietigheim. Robert war mit den gezeigten Leistungen zufrieden. Ergebnisse: TSG-Bietigheim 3:3, gegen Böblingen 2 ein 4:0 Sieg und gegen Böblingen 3 ein 1:0 Sieg. Mit großem Wehmut mussten wir zwei Spieler verabschieden, da sie leider zu alt sind und wir in der nächst höheren Klasse noch keine Mannschaft stellen können. Jonathan, der so viele Jahre unser Tor so zuverlässig gehütet und zu einem wirklich guten Torhüter gereift

ist und Ebba, unsere Stürmerin mit unbändigem Kampfgeist, immer fröhlich und lustig – wir werden die beiden sehr vermissen!

Am 22.03.2025 waren unsere Minis bei ihrem nächsten Turnier – dem Zwokeltturnier des Mannheimer HC. Wir

hatten diesmal nur eine Mannschaft gemeldet, die von Julia und Robert betreut wurde. Dieselben Spieler wie beim ersten Turnier kämpften wieder um erfolgreich zu sein mit vielen Toren: Erik, Nikolai, Julian, Joris, Max, Jannika, Valentin und Carl.

## Spieltag der U8 weiblich und männlich

**A**m 23.03.2025 spielten erst die Mädchen der U8 beim MHC. Kurzfristig waren wegen Krankheit drei Spielerinnen ausgefallen, aber wir konnten dennoch mit fünf Spielerinnen antreten: Lotta, Carla, Katharina, Charlotte, Emilia. Mit positiven Ergebnissen und ab und zu schönen Pässen und schön herausgespielten Toren. Betreuer: Robin, Trainer: Buschi

### Ergebnisse:

TSG – TSV Mannheim2	3:2
TSG – HC Heidelberg 3	2:6
TSG – HC Mannheim3	1:7
TSG – HC Heidelberg 3	1:4

Nachmittags waren dann die Jungs der U8 dran. Bis auf das erste Spiel war Robert mit den gezeigten Leistungen, mit dem Einsatz und dem langsam wachsenden Spielverständnis zufrieden. Es spielten: Anton, Bruno, Moritz, Friedrich, Tim, Paul, Anton, Ole. Betreuerinnen: Julia und Verena.

### Ergebnisse:

TSG – MHC 1	3:11
TSG – Bruchsal	7:1
TSG – MHC 3	7:2
TSG – TSV Ludwigsburg	9:7

## Hockey-Schnuppertag am 5. April 2025

**E**in voller Erfolg war wieder unser diesjähriger Schnuppertag. Nach gemächlichem Start kamen bei bestem Wetter nach und nach ca. 40 Kinder in Begleitung ihrer Erziehungsberechtigten im Hockeycenter an und besuchten neugierig den Hockeyplatz, wo sie von den Trainern Bela Wollthan und Clemens Flaig begrüßt wurden. Voller Elan wagte man sich, von „Buschi“ Voth und Robert Willig angeleitet, an die ungewohnten Schläger und bewältigte die gestellten Aufgaben.

Währenddessen konnten sich die Erwachsenen bei den anwesenden Hockeyeltern und beim Förderverein der Hockeyabteilung über die TSG 78 und den Hockeysport im Allgemeinen informieren. Auch für das leibliche Wohl war durch Marielle und ihr Team bestens gesorgt. Sie hielten Stärkung in flüssiger sowie kalorienreicher Form bereit. Hier gilt der Dank der Abteilung unseren engagierten Eltern, die für Vorbereitung, dauerhafte Unterstützung und Abbau sowie eine 1A-Verpflegung gesorgt

haben. Die Hockeyabteilung hat ein überragendes Feedback für den Auftritt der Veranstaltung eingeheimst.

Maßgeblich unterstützt wurden wir auch bei der obligatorischen Platzreinigung von vielen Mitgliedern. Die vielfältigen Aufgaben wurden mit Begeisterung von Jung und Alt in Angriff genommen und in Rekordzeit erledigt. Dank auch an die Lacrosse-Abteilung, die ebenfalls Unterstützer gesandt hatte. Bei der Gele-

genheit wurde so nebenbei der komplette Hockeycenter von „Fachkräften“ aus dem Kreise der Eltern grundgereinigt und erstrahlt in neuen Glanz.

So gehen wir nach einem rundum gelungenen Saisonauftakt mit neuer Energie die Aufgaben der Feldsaison an und wünschen allen eine schöne und erfolgreiche Zeit.

*Michael Schwarz, Abteilungsleiter*



**HELFEN SIE MÄDCHEN, SICH ZU ENTFALTEN.**

Mit einer Patenschaft Mädchenrechte stärken.

**Werden Sie Patin!**  
[plan.de](http://plan.de)

**PLAN INTERNATIONAL**  
Gibt Kindern eine Chance

## ULLRICH & NAUMANN

GEWERBLICHER RECHTSSCHUTZ · INTELLECTUAL PROPERTY



### Partnerschaftsgesellschaft mbB

Patent- und Rechtsanwälte  
European Patent,  
Trademark and Design Attorneys

Schneidmühlstraße 21    [www.un-ip.com](http://www.un-ip.com)  
69115 Heidelberg    [office@un-ip.com](mailto:office@un-ip.com)  
Tel.: +49 6221 60430

### Was uns anspricht: Der Schutz Ihrer Ideen!

Wir schützen und verteidigen Ihre Ideen gegen Nachahmer und setzen uns dafür ein, dass Ihre technischen, designerischen und urheberrechtlichen Ideen Ihr Eigentum bleiben. Um Ihre innovativen Leistungen und Entwicklungen nachvollziehen und einordnen zu können, ist ein fundiertes Verständnis des juristischen und technischen Umfelds entscheidend. Wir, die Patent- und Rechtsanwälte der Kanzlei ULLRICH & NAUMANN, haben dieses Fachwissen und decken gemeinsam alle relevanten juristischen, technischen und naturwissenschaftlichen Fachbereiche ab.

### Patentanwälte und Rechtsanwälte arbeiten bei uns Hand in Hand.

So können nicht nur rechtliche, sondern auch patentrechtlich relevante technische Fragen umfassend geklärt werden. Durch unsere interdisziplinäre Zusammenarbeit gewährleisten wir einen regen Austausch zwischen Rechts- und Patentanwälten, wodurch sich Fachfragen direkt klären lassen. So werden neue Impulse gegeben und Arbeitsschritte eingespart. Wir verstehen uns als Team, das interdisziplinär technisches und rechtliches Knowhow vereint und unseren Mandanten dadurch den bestmöglichen Schutz bietet.



## Abteilungsversammlung am 13.03.2025

Auf unserer Abteilungsversammlung am 13.03.2025 haben die langjährigen Verantwortlichen für den Lions-Nachwuchs Christine Previti und Harry Kindermann den "Staffelstab" an Christoph Lenzen weitergegeben. Über viele Jahre, insbesondere in der Corona-Zeit haben die beiden die Jugendarbeit geprägt. Daher an dieser Stelle noch einmal ein großes und herzliches Dankeschön an Christine und Harry!

Zur Wahl standen auch Jan Reize als Kassenwart und Jörg Böhler an Abteilungsleiter. Beide wurden wie auch Christoph Lenzen einstimmig in die Ämter gewählt.

Auf der Versammlung wurde außerdem eine geringfügige Erhöhung des Abteilungsbeitrages ab 2026 beschlossen:

	<b>Erhöhung um</b>	<b>alter Jahresbeitrag</b>	<b>Jahresbeitrag ab 2026</b>
Erwachsene	12 €	96 €	108 €
Familien	6 €	156 €	162 €
Ermäßigte	6 €	72 €	78 €
Passive	6 €	12 €	18 €

Wir freuen uns auf Euren Besuch in der Arena, sei es beim Training, den Heimspielen oder gerne ganz entspannt bei „Heidelberg Families on Skates“, jeden ersten Freitag im Monat von 15:30 bis 16:30 Uhr.

Weitere Infos findet ihr unter:  
<https://www.tsg78-hd.de/abteilungen/inline>  
<https://www.instagram.com/lionsheidelberg/>

*Skate on,  
Eurer Jörg, Abteilungsleitung*

*Berücksichtigen Sie beim Einkauf  
bzw. bei der Auftragsvergabe unsere Inserenten.  
Sie helfen uns bei der Finanzierung dieser Vereinszeitung.*

## Fulminanter Saisonstart der U15

Unsere U15 ist am 29.03.2025 fulminant in die Saison gestartet. Das erste Heimspiel gegen die SG Kirrweiler/Buchen wurden mit 14:4 gewonnen. Unser "Aufsteiger" aus der U12 haben sich sehr gut in die Mannschaft eingefügt. Bester Scorer war wieder einmal Pedro Bratherig mit 10 Toren und 2 Assists. Im Rückspiel am 04.04.2025 in Buchen war es schon deutlich schwieriger. Die

Lions mussten einen 4:1 Rückstand wettmachen. Nach den anfänglichen Schwierigkeiten mit dem ungewohnten Hallenboden und den Begrenzungen sind die Kids immer besser ins Spiel gekommen, so dass das Penaltyschießen die Entscheidung bringen musste. Dank Goalie Jonah Michelsen ist die U15 weiter ungeschlagen.



Fulminanter Sieg beim ersten Heimspiel der U15



Auch nach dem ersten Auswärtsspiel in Buchen ist die U15 weiter ungeschlagen.



## Erfolgreicher Wado-Lehrgang mit Partnerverein AC Weinheim

Unter dem Motto „Prinzipien des Karate – von der Form zur Funktion“ richtete die Karate-Abteilung des AC Weinheim am 16. März 2025 einen besonderen Lehrgang aus – und konnte dafür zwei hochkarätige Referenten gewinnen: Arno Funk (6. DAN) und Franz Bohnert (6. DAN). Beide sind nicht nur ausgewiesene Experten der Wadokai-Stilrichtung, sondern auch erfahrene Prüfer, leidenschaftliche Kumite-Kämpfer und geschätzte Trainerpersönlichkeiten.

Zahlreiche Karateka aller Altersgruppen waren gekommen, um sich neue Impulse für ihr Training zu holen. Von Anfang an stand die praxisnahe Vermittlung effektiver Techniken für den Zweikampf im Fkus. Dabei wurde besonderes Augenmerk auf das Zusammenspiel von Bewegung, Timing und Reaktion gelegt – zentrale Prinzipien des Karate.

Ob Groß oder Klein – alle Teilnehmer\*innen profitierten von methodisch aufgebauten Übungen. Besonders eindrucksvoll: Wie auf spielerische Weise selbst die Jüngsten an komplexe Bewegungsmuster herangeführt wurden. Im Zentrum standen dabei grundlegende Elemente wie Schutzstellungen, blitz-

schnelle Angriffe und kompakte Abwehrtechniken.

Typisch für die Wadokai-Stilrichtung ist das Prinzip des Umlenkens und Ausweichens. Die Energie des Gegners wird aufgenommen, ins Leere geführt und anschließend gezielt durch Kontertechniken wie Hebel, Würfe, Tritte oder Schläge beantwortet. Entsprechend wurden Tai-Sabaki-Übungen, Fußabwehrtechniken sowie der Umgang mit Finten und konterfreudigen Gegnern intensiv trainiert.

Ein besonderes Highlight war die intensive Arbeit an den sogenannten Uchi-Waza-Techniken – Arm-Schlagtechniken, die durch gezielte Anwendung verschiedener Schlagpolster im Nahkampf ihre Wirkung entfalten.

Den Abschluss eines rundum lehrreichen Tages bildete eine praxisnahe Einheit zur Selbstverteidigung gegen kurze, überraschende Angriffe – ein wichtiger Aspekt moderner Kampfkunst, der nicht nur Technik, sondern auch Haltung und Aufmerksamkeit schult.



Arno (rechts) in Action beim Wado-Lehrgang



Technikübung mit Partner

## PowerBoxKonditions-Training erfolgreich gestartet

Das neue Training an Boxsäcken im Gymnastikraum (neben Terrasse Rose-to) kommt so gut an, dass ab 13. Mai 2025 gleich der 2. Kurs startet. Immer dienstags von 20.00-21.30 Uhr, ebenfalls im Gymnastikraum. Anmeldung über [karate@tsg78-hd.de](mailto:karate@tsg78-hd.de) ist erforderlich!

Für Karate-Abteilungsmitglieder ist die Teilnahme kostenfrei, für Externe und TSG-Mitglieder anderer Abteilungen wird eine Gebühr verlangt. Näher Infos auf der Homepage unter [www.tsg78-hd.de/abteilungen/karate](http://www.tsg78-hd.de/abteilungen/karate)



## Freundschaftsspiel der Jugend Mannschaften

**A**m 20.03.2025 trafen sich unsere beiden U16 Mannschaften mit der Lacrosse AG der Integrierten Gesamtschule Mannheim-Herzogenried zu einem besonderen Freundschaftsspiel. Dabei trat ein gemischtes Team aus unserer U16 Jungenmannschaft und der AG gegen die U16 Mädchenmannschaft der TSG an.

In der ersten Halbzeit baute das Mädchenteam die Führung auf 0:4 erfolgreich aus. In der zweiten Halbzeit kam das gemischte Team stärker zurück und erzielte ein 5:4, sodass das Spiel mit einem Endstand von 5:8 für die Mädchen endete.

Besonders erfreulich war, wie sich die Teams im Laufe des Spiels weiterentwickelten, denn das gemeinsame Erlebnis stand im Mittelpunkt. Es war ein sportlich spannendes Spiel, bei dem beide Seiten mit großem Einsatz agierten und als Team zusammenwuchsen.

Auch rund um das Spiel halfen alle zusammen, von den Schiedsrichterinnen aus der Damenmannschaft bis hin zu den Fans, die mit bester Stimmung für eine lebendige Atmosphäre sorgten. Das Event war eine gelungene Vorbereitung auf den kommenden Spieltag in München und endete gemütlich mit Kuchen und Limo für alle.



Die Jugendspieler\*innen hatten viel Spaß beim Freundschaftsspiel

## Teilnahme am Naticocamp

Am Wochenende vom 21.-23. März 2025 fanden erneut Trainingscamps der Sixes- und U21-Nationalmannschaften und des Development Teams (Perspektivkader) in Berlin statt, auch dieses Mal mit Heidelberger Beteiligung. Bei diesem Camp bestand sogar die Möglichkeit, bereits freitags anzureisen, um ein Training mit den Coaches der Nationalmannschaft wahrzunehmen. Beim Development Camp lag samstags der Fokus auf der Disziplin des Feldlacroses. Dabei kamen vor allem Übungen zur Verbesserung der Stickskills zum Einsatz, wie zum Beispiel Chaos-Drills oder lange Pässe. Außerdem kamen am Nachmittag auch spielnahe Übungen mit Unterzahl-Situationen und schnellem Umschalten nicht zu kurz. Nach einem ausgiebigen Cooldown konnten

die, die noch Lust und Energie hatten an einem gemeinsamen Essen aller drei Mannschaften teilnehmen. Die meisten Spielerinnen des Perspektivkaders konnten jedoch kaum erwarten, schnell etwas zu essen und dann direkt in ihr Bett zu fallen, um fit für den nächsten Tag zu sein. Denn auch dieser startete früh, nur mit der Ausnahme, dass die Sixes-Diziplin an diesem Tag auf dem Plan stand. Hauptsächlich wurden dabei zum einen die Spielzüge der Nationalmannschaft wiederholt, sodass auch Wechsel von einem zum anderen Team erleichtert werden, zum anderen wurde zum Abschluss des Tages alles Gelernte bei einem Übungsspiel angewendet. Das nächste Camp wird am Osterwochenende in Hannover stattfinden.

HAUSTECHNIK  
**Neumann** GmbH  
SANITÄR · HEIZUNG · SOLAR

Heinrich-Lanz-Str. 8

68723 Plankstadt

Tel. 06202/70 33 577

### Impressum

Rundschau der Turn- und Sportgemeinde Heidelberg 1878 e.V.,  
Geschäftsstelle Tiergartenstraße 9, 69120 Heidelberg.  
Der Zeitungspreis ist für Mitglieder im Mitgliedsbeitrag enthalten.  
Redaktion: Annette Schneider  
Layout & Satz: ponz.design Heidelberg  
Redaktionsschluss für die nächste Ausgabe: 07.07.2025  
Auflage z.Zt. 1100 Stück

## Lacrosse Damen - Start in die Feld Rückrunde

Die Spielgemeinschaft der Damen ist mit einem eindeutigen Sieg gegen die TSG Tübingen in die Rückrunde gestartet. Mit einem Endstand von 14:9 für uns war der Rückrundenauftritt gelungen.

Eine Woche später stand bereits der zweite Spieltag an, diesmal gegen Mainz in Mainz. Aufgrund von vielen Krank-

heitsfällen waren wir sehr froh über die Spielgemeinschaft mit Frankfurt B, da von den Heidelberger Damen nur drei noch gesund genug waren zum Spielen. Das Spiel gewannen die Mainzerinnen eindeutig mit 16:2. Die Stimmung auf unserer Seite war aber dennoch ungetrübt und wir waren stolz auf unsere Leistung und unser Zusammenspiel.



Das Team der Damen-Spielgemeinschaft

## Lacrosse Herren - Beginn der Feld Rückrunde

Die Rückrunde der Herren ist dieses Jahr kurz und knackig. Begonnen hat sie mit einem Spiel gegen die Spielgemeinschaft Heilbronn/Stuttgart/Ulm. Das Spiel wurde mit 4:5 leider knapp verloren. Die nächste Chance

gegen Frankfurt B/Mainz B stand am 6. April an.

Der einzige Heimspieltag fand dieses Jahr am 27. April auf dem Gelände des VfR Mannheim statt.

## Open Practice für Damen und Herren im Mai

Am 5. / 7. / 26. und 28. Mai, jeweils von 19.30-21.00 Uhr, freuen wir uns über viele neue Gesichter. Zwei Wochen im Mai wollen wir ganz dem Motto #growthegame widmen und bieten insgesamt vier Schnuppertrainings an. Wir freuen uns über jeden, der unseren

Sport ausprobieren möchte. Mitzubringen sind nur Sportklamotten (Schuhe für den Kunstrasenplatz) und was zu trinken. Die Ausrüstung wird von uns gestellt. Wir bieten sowohl Damen als auch Herren Lacrosse an. Wir freuen uns auch euch!

+++ Felix ist Vize-Weltmeister +++ Edelmetall auch bei den Deutschen Meisterschaften  
+++ Masters im Ländle erfolgreich +++ Erfolgreiche Badische mit der Jugend +++ Quali-  
tage am 08. und 09. Juni 2025 +++

## Save the dates

Liebe Mitglieder, bitte haltet euch die Termine für unsere beiden Großveranstaltungen frei und helft alle mit! Am **Sonntag und Montag, 08. und 09.06.2025 = Qualitage** benötigen wir erneut einige Helfer\*innen und Kampfrichter\*innen, da wir bei unseren Heidelberger Qualifikationstagen erneut **zweitägig** aktiv sein werden. Am **Samstag, 25.10.25 = Arbeitseinsatz**

**Finnenbahn** wird die Finnenbahn und ihr Belag auf Vordermann gebracht. Am **Samstag, 15.11.25 = Saisonabschlussfeier** möchten wir gemeinsam unsere hoffentlich erfolgreiche Saison gemeinsam in netter Atmosphäre beschließen. Schon jetzt herzlichen Dank für euer Engagement und eure Zuverlässigkeit!



IRAK: Unsere jordanische Kinderärztin Tanya Haj-Hassan untersucht ein Neugeborenes in Mossul. © Peter Bräutigam

## SPENDEN SIE GEBORGENHEIT FÜR SCHUTZLOSE MENSCHEN

Mit Ihrer Spende rettet **ÄRZTE OHNE GRENZEN** Leben: Mit **50 Euro** ermöglichen Sie z. B. das sterile Material für fünf Geburten. Ohne dieses erleiden Frauen häufig lebensbedrohliche Infektionen.

Private Spender\*innen ermöglichen unsere unabhängige Hilfe – jede Spende macht uns stark!



Spendenkonto:  
Bank für Sozialwirtschaft  
IBAN: DE 72 3702 0500 0009 7097 00  
BIC: BFSWDE33XXX

[www.aerzte-ohne-grenzen.de/spenden](http://www.aerzte-ohne-grenzen.de/spenden)



**MEDICINS SANS FRONTIÈRES**  
**ÄRZTE OHNE GRENZEN e.V.**  
Träger des Friedensnobelpreises

## Aktion „Vereinstaler“ der Sparkasse Heidelberg

PS.- Die Leichtathletik Abteilung hat mit ihrem Projekt Wettkampfkleidung erfolgreich an der Aktion „Vereinstaler“ der Sparkasse Heidelberg teilgenommen. Unser Projekt konnte sich bei der Jury durchsetzen und wurde unter die 15 Finalisten gewählt. In der anschließenden öffentlichen Abstimmungsphase auf

Instagram zählten wir zu den acht Projekten mit den meisten Likes. Dadurch haben wir 3.000 € für unsere neue Wettkampfkleidung erhalten und können die neuen Trikots bestellen. Wir bedanken uns recht herzlich bei der Sparkasse Heidelberg für die „Vereinstaler“ zur neuen Wettkampfkleidung.



Uwe Marek (Sparkasse HD) bei der Spendenübergabe zwischen den TSG78ern Philipp Schell (li.) und Chris Maichle

## Vize-Weltmeister in Florida

CM.- Felix Trogisch (Masters M35) hat wieder einmal „zugeschlagen“. Nach einem Platz 4 im Fünfkampf (60m Hürden, Weitsprung, Kugelstoßen, Hochsprung, 1.000m), einem unglücklichen Platz 6 („Strauchler“ und Sturz an der letzten Hürde) über 60m Hürden sowie einem

4. Platz in der Männer-4x200m-Staffel konnte er mit der deutschen 4x200m-Mixed-Nationalstaffel doch noch seine erhoffte Medaille bei den Hallenweltmeisterschaften in Gainesville/Florida in den USA gewinnen – wir gratulieren zu diesem Riesenerfolg!

# Trainingszeiten der Abteilungen

## Abteilung Ballschule (ballschule@tsg78-hd.de)

Eltern-Kind 1,5-3 J.	MI 10.00-10.45	Athleticon (oben)	Martin Seiler	0176-43209929
Minis 3-4 J./5-6 J.	verschiedene Termine	Athleticon (oben)	Martin Seiler	0176-43209929
ABC 7-8 J.	FR 16.00-17.00	Athleticon (oben)	Martin Seiler	0176-43209929

## Abteilung Hockey (hockey@tsg78-hd.de)

Minis ab 4 J./Anfänger	DI 16.45-17.45	TSG Sportpark	Reinhard Voth	HD-475163
U8 (Jg. 16/17) m/w	DI 17.00-18.30 DO 17.00-18.30	TSG Sportpark	Rainer Wollthan	HD-8901645
U10 (Jg. 14/15) m/w	DI 18.00-19.30 DO 17.00-18.30	TSG Sportpark	Rainer Wollthan	HD-8901645
Damen/Herren (ab 16 J.)	DI 19.30-22.00	TSG Sportpark	Rainer Wollthan	HD-8901645

## Abteilung Inline (inline@tsg78-hd.de)

Inline Laufschule jeden 1. Freitag im Monat Familienlauf	FR 15.30-16.30	TSG Sportpark	Wolfgang Latteyer	HD-6737917
IL-Hockey U11+Funzocker	FR 16.30-18.00	TSG Sportpark	Wolfgang Latteyer	HD-6737917
IL-Hockey U12+U15	DI 17.00-18.30 DO 18.00-19.30	TSG Sportpark	Thomas Manzke Christoph Lenzen	
IL-Hockey U18	MI 18.00-19.30 FR 18.00-19.30	TSG Sportpark	Gianluca Weber Kai Michelsen	0176-63416758 0173-6895177
IL-Hockey Lions II	DI 18.30-20.00 DO 19.30-21.00	TSG Sportpark	Kai Dinger Alex Mausolf	0171-3003282
IL-Hockey Lions I	DI 20.00-21.30 FR 19.30-21.00	TSG Sportpark	Kai Dinger Alex Mausolf	0171-3003282
IL-Hobby-Player Ball/Puck	MI 19.30-22.00	TSG Sportpark	David Gerick	0152-56172243
IL-Anfänger-Kurse	Termine nach Absprache	TSG Sportpark	Harry Kindermann	
Rollkunstlauf Kinder/ Jugend	MO 16.30-18.00	TSG Sportpark	Harry Kindermann ÜL Sara und Lena	
Rollkunstlauf Damen	Termine nach Absprache	TSG Sportpark	Harry Kindermann	

## Abteilung Karate (karate@tsg78-hd.de)

Kinder/Jugendliche (6-12 J.)	MO 18.00-19.00 FR 18.00-19.00	Athleticon (oben)	Teodosiya Funk	
Erwachsene	MO 19.00-20.30 DI 19.30-21.00 MI + FR 19.00-20.30	Athleticon (oben)	Teodosiya Funk	
Jukuren (45+)	DO 19.30-21.00	Athleticon (oben)	Teodosiya Funk	
PowerBoxKonditions- Training	DI 20.00-21.30 DO 19.00-20.30	TSG-Gym.-Raum	Teodosiya Funk	NEU ab 13.5.25

## Abteilung Lacrosse (lacrosse@tsg78-hd.de)

Minis (1.-4. Klasse)	DO 17.30-18.30	TSG Sportpark	annika.jeschke@icloud.com	
Jugend (ab 5. Klasse)	DO 18.30-19.30	TSG Sportpark	teresadallinger@web.de	
Damen (1. BL Süd)	MO 19.00-21.00 MI 19.30-21.30	TSG Sportpark	Carla Buchmüller	
Herren (LL BaWü)	MO 20.00-22.00 MI 19.30-21.30	Mannheim TSG Sportpark	Nils Oberhof	0176-81707893

## Abteilung Leichtathletik (leichtathletik@tsg78-hd.de)

U8 - Jg. 18-19	MI 16.30-17.45	TSG Sportpark	Christoph Vehlow	LA-U8 @ tsg78-hd.de
----------------	----------------	---------------	------------------	------------------------

U10 - Jg. 16-17	MO 16.45-18.00	TSG Sportpark	Wolfgang Latteyer	wolfgang_latteyer@yahoo.com
U12 - Jg. 14-15	DI 16.30-18.00 FR 16.30-18.00	TSG Sportpark	Friderike Limberg	friderike.limberg@gmail.com
U14 - Jg. 12-13	DI 16.30-18.00 MI 16.30-18.00 FR 17.00-18.30	TSG Sportpark Gym.Raum/TSG Sportpark	Christine Holstein	christa.holstein@t-online.de
U16/U18 - Jg. 8-11	MO 18.00-19.45 DI 18.00-19.30 DO 17.00-18.45 FR 17.00-18.30	TSG Sportpark TSG Sportpark/Krafr. Gym.Raum/TSG Sportpark	Christine Holstein	christa.holstein@t-online.de
wU20 + Frauen	MO-DO 18.00-20.00 SA nach Absprache	TSG Sportpark	Marius Binder	marius.binder@tsg78-hd.de
mU20 + Männer	MO-FR 18.00-20.00 SA 11.00-13.00	TSG Sportpark	Sabine Gärtner	0171-7844246 sabinegaertner@t-online.de
Wurftraining	nach Absprache	TSG Sportpark	Sergej Kraft	sergej.kraft@gmx.net
Senioren ab M/W60	DI 20.00-22.00 DO 16.30-17.30	Mönchhofschule TSG Krafraum	Mike Weißenborn	HD-9065105
Mittel- u. Langstrecke	MO 16.30-18.00 DI ab 18.30 MI 20.00-21.30 FR 18.00-19.30 Do/SA/SO n. Absprache	TSG Krafraum TSG Sportpark TSG Krafraum TSG Krafraum Gelände/Feld/Wald	Marcus Imbsweiler Georg Kopf	HD-484811 georg.kopf@gmail.com
Lauftreff	DI ab 18.00 DO 18.30-19.45	TSG Sportpark TSG Krafraum	Sonja Böhnisch	HD-472878
Läufergruppe 70-Plus	DI + DO ab 16.00	TSG Sportpark	Klaus Ewald	HD-409936
Freizeitsport Senioren	DI + DO 18.00-19.00	TSG Gymn.Raum	Peter Frese	HD-373475
Sportabzeichenvorbereitung	SA ab 9.30	TSG Sportpark	Peter Frese	HD-373475
KraFit für Frauen	DI 18.00-19.30 FR 09.00-10.30	TSG Krafraum	Heike Ponz	HD-4332202
<b>Abteilung Rehasport (reha@tsg78-hd.de)</b>				
Neurologie	MO 10.00-11.00 FR 11.00-12.00	Athleticon (oben)	Christiane Hedrich	0157-81288125
Orthopädie	MO 11.00 und 12.00 FR 09.00 und 10.00	Athleticon (oben)	Christiane Hedrich	0157-81288125
<b>Seniorensport (info@tsg78-hd.de)</b>				
Indoor-Fitness 60+	DI 17.00-18.00	TSG-Gym.Raum	TSG-Geschäftsstelle	HD-412819
Walking-Fitness 60+	MI 10.00-11.00	TSG-Sportpark		
Outdoor-Fitness 60+	FR 10.30-11.30.	TSG-Sportpark		
Alltags-Fitness-Test	n. Vereinbarung	TSG-Gym.Raum		
AFT-Praxisprogramm	verschiedene Kurse	TSG-Gym.Raum		
<b>Abteilung Ski/Volleyball (volleyball@tsg78-hd.de)</b>				
VB-Jugend (15-20 J.)	MO 18.00-20.00	Mönchhof (unten)	Charlotte Mnich	jugend@tsg78-hd.de
VB Mixed-Gruppe „System Stockholm“	FR 19.30-21.30	Mönchhof (unten)	Anja Schumacher	01590-2157622
VB Mixed-Mannschaft „Reisegruppe Sonnenschein“ (BL Nordbaden)	DI 20.00-22.00 MI 20.00-22.00	Bunsengymn. (unten) Bunsengymn. (oben)	Lilan Gatti	lilan@gattifamily.net

VB Mixed-Mannschaft „Getümmel“ (A-Klasse Pfalz)	DI 20.00-22.00	Tiefburgschule	Steffi Maier	HD-840852
Beachvolleyball	nach Vereinbarung	TSG Sportpark		
<b>Abteilung Tennis (tennis@tsg78-hd.de)</b>				
Info zur Abteilung/ Gästekarten	Nach Vereinbarung	TSG Sportpark	Michael Kimmelmann	
Kurse/Trainerstunden Jugend und Erwachsene	Nach Vereinbarung	TSG Sportpark	Tennisschule Rainer Becker	0160-96406612
Tennishalle des Turn- und Spielplatzvereins			Christiane Voth tennishalle@tsg78- hd.de	06221-410441

<b>Abteilung Tischtennis (tischtennis@tsg78-hd.de)</b>				
Jugend (ab 6 J.) (Anfänger (Fortg.) (gemischt)	MO 17.15-18.45 MI 18.00-19.30 FR 17.30-19.30	Landhausschule	Tobias Vinke	0176-22511898
Erwachsene	DI + MI 19.30-22.00 FR 19.00-22.00	Landhausschule	Tobias Vinke	0176-22511898

<b>Abteilung Turnen/Fitness &amp; Gesundheit (turnen@/geraettturnen@/fitgesund@tsg78-hd.de)</b>				
Eltern-Kind-Turnen (ab 1 Jahr)	DI 16.00-17.00 DI 17.00-18.00 DO 16.00-17.00 DO 17.00-18.00 FR 17.00-18.00	Mönchhof (unten)		turnen@ tsg78-hd.de
Jungen und Mädchen (ab 3 Jahre)	MO 16.00-17.00 DI 16.00-17.00 DO 16.00-17.00 FR 16.00-17.00	Mönchhof (unten) Mönchhof (oben) Mönchhof (oben) Mönchhof (unten)		turnen@ tsg78-hd.de
Jungen und Mädchen (ab 5 Jahre)	MO 17.00-18.00 DO 17.00-18.00	Mönchhof (unten) Mönchhof (oben)		turnen@ tsg78-hd.de
Kindertanzen (6-12 J.)	MI 16.00-17.00	TSG-Gym.Raum	Sophie + Olivia	geraettturnen@ tsg78-hd.de
Gerätturnen I (Einsteiger ab 7 Jahre)	DI 18.00-20.00	Mönchhof (unten)	Leonie, Rico und Nico	
Gerätturnen I (Einsteiger ab 7 Jahre)	FR 17.00-19.00	Mönchhof (oben)	Paula, Emma u. Victoria	
Gerätturnen II (Fortgeschrittene ab 8 Jahre)	DI 18.00-20.00 DO 18.00-20.00	Mönchhof (oben)	Eva und Anni Chantal	
Functionel Training	MO 20.00-21.00 MI 18.30-19.30	TSG-Sportpark (Cali) oder TSG-Gym.Raum	Ivana Vincent	fitgesund@ tsg78-hd.de
fit & gesund (mobilisie- ren-kräftigen-dehnen)	MI 18.30-19.45	Mönchhof (unten)	Christine	
Ausgleichsgymnastik (50+)	DO 18.00-19.15	Mönchhof (unten)	Sören	
Yoga	MO 17.30-18.45 DO 19.30-20.45	Mönchhof (oben) Mönchhof (unten)	Hadije Benita	
Tai Chi Chuan & Qigong	DO 20.00-21.15	Mönchhof (oben)	Mikiko	

<b>Boule (Platznutzung für alle Mitglieder der TSG 78)</b>				
Freizeitgruppe	DO ab 15.00	TSG Sportpark	n.n.	
<b>Calisthenics-Anlage (Nutzung für alle aktiven Mitglieder der TSG 78)</b>				

**TSG 78 Sportpark**, Tiergartenstraße 9-11, 69120 Heidelberg (Neuenheimer Feld)  
**Athleticon/TSG-Kraftraum** im TSG 78 Sportpark, Tiergartenstraße 11 (hinterer Teil der Tennishalle)  
**TSG-Gym.Raum** im TSG 78 Sportpark, Tiergartenstraße 9 (hinter Terrasse Roseto)  
**Bunsengymnasium**, Humboldtstr. 23, 69120 Heidelberg (Neuenheim)

**Landhausschule**, Landhausstr. 20, 69115 Heidelberg (Weststadt)  
**Mönchhof** (Mönchhof- + Kepler-Schule), Mönchhofstr. 18, 69120 Heidelberg (Neuenheim)  
**Tiefburgschule**, Kriegsstr. 14, 69121 Heidelberg (Handschuhsheim)

## Ein erfolgreicher Einstieg in die Hallensaison

CH.- Das nasskalte Winterwetter bot nicht gerade optimale Trainingsmöglichkeiten und so musste man meist mit kleinen Schulsportstätten Vorlieb nehmen. Trotzdem stellten sich unsere Athleten aus der mU18, (alle noch jüngeren Jahrgangs) am 12.01.25 in Mannheim gleich mehreren Disziplinen. Und wieder überzeugte unser Nachwuchstalent Jonathan Wacke – diesmal mit einem Weitsprung von 5,68m. Hätte er auch noch das Brett genau getroffen, wären es geschätzte 30cm mehr gewesen. Die 60m Hürden lief er in 9,68s und sicherte sich somit die Qualifikation für die BW-Hallenmeisterschaften. Doch nicht genug. Zwischen dem 4. und 5. Weitsprung bewältigte er noch schnell mal die 200m in 25,61s, um sieben hundertstel Sekunden langsamer als Johannes Edinger. Mit 7,85s qualifizierte sich Johannes im Weiteren für den 60m

Finallauf und stieß die 5kg-Kugel trotz wenig Training auf immerhin 10,89m. Unser Laufchampion vom letzten Jahr, Nikolaus Mahnkopp lief die 60m in starken 7,79s. Auch der noch sehr zierliche Luis Cadavid beeindruckte mit einem flüssigen und eleganten Hürdenlauf. Nach gut zwei Jahren Trainingspause kehrte Johannes Mohr (jetzt U20) im September 2024 erneut ins Wettkampfgeschehen zurück und sicherte sich mit 16,40s über 110m Hürden bereits die Qualifikation für die diesjährigen BW-Finals. Erfolgsverwöhnt (in der U16 Badischer Meister im Weitsprung, 2x im Hochsprung, Vizemeister auf 80m Hürden und im Block Sprint/Sprung) war er diesmal mit seinen Leistungen nicht ganz zufrieden. Mit 9,44s hatte Johannes jedoch auch die Norm über 60m Hürden für die BW-Hallenmeisterschaften erfüllt.

## Viele persönliche Bestleistungen beim Hallenmeeting in Karlsruhe

MB.- Beim Karlsruher Hallenmeeting am 29.01.25 gab es viele starke Leistungen der TSG-Athletinnen. Lisa Baumgarten und Anja Benderoth starteten im 60m-Sprint. Lisa startete mit 8,56s direkt mit einer persönlichen Bestleistung in den am Ende für sie sehr erfolgreichen Wettkampfabend. Anja stellte mit 8,87s ihre persönliche Bestleistung aus der letzten Saison ein. Über die 200m Distanz lief Lisa dann in einem starken Rennen ebenfalls persönliche Bestleistung. Anja lief über die 200m 28,66s. In der weiblichen Jugend U20 startete Lya Otto über

die 800m und 200m. Nach einem sehr starken Rennen konnte Lya ihre alte PB um über 7 Sekunden verbessern. Dass sie in sehr guter Form war, bewies sie im nur eineinhalb Stunden später folgendem 200m Sprint: Auch hier neue persönliche Bestleistung mit 28,76s. In der männlichen Jugend U20 startete Johannes Mohr. Er lief im 60m-Vorlauf 7,92s und konnte sich damit für das Finale qualifizieren. Im Endlauf konnte er sich nicht mehr steigern und kam mit 7,97s als 6. ins Ziel. Über die 200m lief Johannes gute 25,50s.

## Serienjunkies

MI.- So erfolgreich wie lange nicht waren die TSG-Langstreckler\*innen bei der Winterlaufserie in Rhein Zabern. Die Läufe in der Südpfalz sind Kult, das merkte man schon im Dezember beim Zehner, den gleich 26 TSGler\*innen absolvierten, darunter einige mit persönlichen Bestzeiten. Hier ist nur Raum, um unsere Serientäter\*innen zu erwähnen, allen voran Lennart Brandenburg, der im neuen Jahr mit Top-Ten-Platzierungen glänzte (33:10min, 49:26min, 1:07:34h). Christoph Stiefel war ihm v. a. beim abschließenden 20er dicht auf den Fersen (33:28min, 50:47min, 1:08:13h). Schnellste Frau war Isabel Onkelbach, die es ebenfalls zwei Mal

unter die Top Ten schaffte (38:06min, 57:25min, 1:18:16h), gefolgt von Verena Duventäster (39:58min, 1:00:06h, 1:22:04h) und Maike Hermle (41:09min, 1:04:30h, 1:26:03h). Lennart und Isabel belegten in der Gesamtwertung Platz 5 bzw. 4 und gewannen jeweils ihre Altersklasse. Letzteres gelang auch Marcus Imbsweiler, der in der M55 unangefochten war (35:59min, 55:08min, 1:18:18h). Und weil drei Personen pro Geschlecht eine Mannschaft ergeben, war die TSG auch in der Teamwertung erfolgreich: Platz 2 für Isabel, Verena und Maike sowie Rang 3 für Lennart, Christoph und Marcus.



Ein großer Teil unserer „Langdapper\*innen“

*Berücksichtigen Sie beim Einkauf  
bzw. bei der Auftragsvergabe unsere Inserenten.  
Sie helfen uns bei der Finanzierung dieser Vereinszeitung.*

## BW-Hallenmeisterschaften in Sindelfingen

MB.- Für die TSG starteten bei den Baden-Württembergischen Hallenmeisterschaften am 25.+26.01.2025 Anja Benderoth, Ellise Meyer, Jana Gröne, Christine Rother und Lya Otto sowie Lutz Bader und Johannes Mohr.

Ellise trat über die 60m an und verpasste im Vorlauf ihre in dieser Saison aufgestellte PB nur knapp um 5/100.

Jana Gröne startete mit dem Weitsprung in den Wettkampf und sprang dort sehr gute 5,26m, was am Ende Platz 8 bedeutete. Über 60m lief Jana 7,99s und erreichte damit ihr selbst gestecktes Ziel, unter 8 Sekunden zu laufen. Am folgenden Tag lief Jana 25,44s über die 200m, was einen guten Einstieg über diese Distanz in die Saison bedeutete. Anja Benderoth trat im Weitsprung an und sprang dort nach Problemen mit

dem Anlauf noch gute 5,10m, die jedoch leider nicht für den Endkampf reichten und am Ende Platz 9 bedeuteten.

Christine Rother bestätigte ihre gute Form in dieser Hallensaison und stieß die 4kg schwere Kugel in einer guten Serie auf 10,53m und belegte am Ende Platz 6.

Lya Otto stellte über die 60m Hürden mit 10,07s eine neue PB auf. Damit verbesserte sie ihre erst in dieser Hallensaison aufgestellte PB nochmals um fast eine halbe Sekunde.

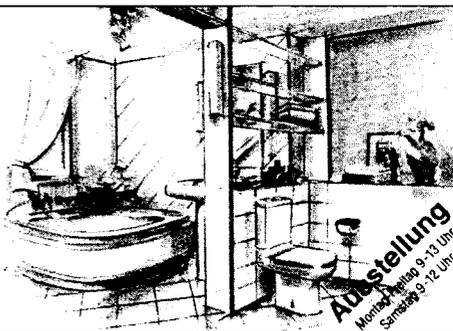
Bei der männlichen Jugend U20 lief Johannes Mohr die 60m Hürden im Vorlauf in 9,52s, was leider nicht für eine Qualifikation für den Endlauf reichte. Lutz Bader lief bei den Männern die 200m in 28,15s.

## Süddeutsche Hallenmeisterschaften der Aktiven

MB.- Am 1.+2.2.2025 fanden die Süddeutschen Meisterschaften der Aktiven in Karlsruhe statt. Jana Gröne startete als einzige TSG-Athletin am Samstag. Über die 200m reichten 25,69s leider knapp nicht für den Endlauf am Sonntag. Am Sonntag war das Team der TSG dann größer: Jana und Mara Schwab starteten über die 60m Hürden und

liefen in den Vorläufen gute 9,28s bzw. 9,38s. Am Ende des Tages stand noch die 4x200m-Staffel an. Für die TSG starteten Jana Gröne, Ellise Meyer, Mara Schwab und Chaya-Shirin Hörner. Nach einer sehr guten Teamleistung kam die Staffel nach 1:47,17min ins Ziel, was am Ende einen guten 7. Platz bedeutete.

**KOPPERT**  
SANITÄR-SCHNELLDIENST  
**Alles für Ihr Bad**  
Badeeinrichtungen • Armaturen • Zubehör  
Verkauf + Beratung + Kundendienst  
69126 HD-Rohrbach-Süd (Industriegebiet)  
Hatschekstr. 16, an der Eternit-Grenze  
Telefon 0 62 21/36 43-0 Fax 36 43 30



## Viele Meistertitel bei den BW Halle Masters

MB.- Am 8.+9.2.2025 fanden in Karlsruhe die Baden-Württembergischen Hallenmeisterschaften der Senioren statt und die TSG war wie immer mit zahlreichen Athleten\*innen vertreten. Lutz Bader startete in der Altersklasse M30 über die 60m und 200m und lief 8,61s und 27,56s. Sergej Kraft stieß in derselben Altersklasse die Kugel auf 11,14m zum Sieg. Sascha Barth lief die 200m bei den M35 in 25,96s und belegte damit Platz 6. Über die 800m siegte er souverän in 2:05,53min. Anna Schultz-Coulon siegte ebenfalls über die 800m der W30 in 2:29,24min. Außerdem siegte Anna über die 1.500m in 5:03,45min. Auch Ellise Meyer konnte sich gleich über zwei Meistertitel freuen: Bei den W30 gewann Ellise über 60m

mit neuer persönlicher Bestleistung von 8,11s und lief die 200m so schnell wie lange nicht: 26,44s bedeuteten den Sieg, Hallen-PB und ihre zweitschnellste jemals gelaufene 200m-Zeit. Christine Rother lief die 60m in 9,11s und die 200m in 30,52s. Die Kugel stieß Christine auf 10,71m, was den Sieg bedeutete. Im Hochsprung war Christine die einzige Teilnehmerin in ihrer Altersklasse. Dort sprang sie allerdings mit 1,40m so hoch wie schon lange nicht mehr. Im Weitsprung belegte Christine am Ende Platz 2 mit 4,53m. José Prados lief die 1.500m in 4:30,11min und belegte damit einen starken 2. Platz in der Altersklasse M45. Marcus Imbsweiler startete in der Altersklasse M55 und belegte mit 4:53,75min ebenfalls Platz 2.

## TSG 78-Athlet dominiert das Kugelstoßen bei den BW Halle Masters in seiner Altersklasse M30

SK.- Sergej Kraft hat bei den BW Halle Masters in Karlsruhe einen beeindruckenden Sieg im Kugelstoßen der Altersklasse M30 errungen. Mit einer herausragenden Leistung und einer persönlichen Bestleistung von 11,14m sicherte sich der 33-jährige Athlet den ersten Platz. Der Wettkampf, der am späten Nachmittag stattfand, war geprägt von hoher Spannung und erstklassigen Leistungen. Seine Serie von Stößen

– 10,08m, 10,72m, 11,14m, 10,99m, 10,77m und 10,30m – zeugte von Konstanz und technischer Finesse. „Ich bin sehr zufrieden mit meiner Leistung“, sagte der strahlende Sieger nach dem Wettkampf. „Die Atmosphäre hier in Karlsruhe war großartig und es hat Spaß gemacht.“ Mit diesem Sieg hat Sergej seine Ambitionen für die kommende Saison deutlich unterstrichen. Seine Leistung lässt auf weitere Erfolge hoffen.

*Berücksichtigen Sie beim Einkauf  
bzw. bei der Auftragsvergabe unsere Inserenten.  
Sie helfen uns bei der Finanzierung dieser Vereinszeitung.*

## DM Masters Halle

MB. - Am 1.+2.3.2025 fanden in Frankfurt-Kalbach die DM Masters statt. Felix Trogisch startete in der Altersklasse M35 und verpasste dort über 60m Hürden mit 8,76s eine Medaille nur knapp und belegte einen starken 4. Platz. Über die 400m-Distanz sollte es für Felix dann mit einer Medaille klappen: Er sprintete mit 52,76s auf Platz 3 und sicherte sich so Bronze. Am Tag darauf startete er auf den 200m und lief mit 24,32s auf Platz 7.

Christine Rother belegte im Kugelstoßen der W35 mit 10,89m einen guten 8. Platz. Im Weitsprung sprang sie 4,65m und belegte den 6. Platz. Im Speerwurf belegte Christine mit 28,22m den 9. Platz. Sascha Barth lief in der Altersklasse M35 die 800m in 2:03,40min und holte sich damit die Bronzemedaille. Marcus Imbsweiler belegte über die 1.500m der M55 mit 4:42,53min ebenfalls einen tollen 3. Platz.

## Badische Hallenmeisterschaften am 22./23.02.25 in Mannheim

Mit 2x Gold, 3x Silber und 3x Bronze ein spannendes und erfolgreiches Wochenende!

### U16/M14

CH. - Nach fast dreimonatigem krankheitsbedingtem Trainingsausfall stürzte sich Luk Werner wieder hochmotiviert ins Wettkampfgeschehen. Er überzeugte auf 60m Hürden (Erstplatziertes in der Badischen Bestenliste 2024) bereits im Vorlauf mit neuer PB von 9,51s. Aber dann geschah es: Im Finale bis zur vorletzten Hürde noch knapp führend stolperte Luk plötzlich und vorbei war der Traum vom fast schon greifbaren Meistertitel. Obwohl man ihm danach die Enttäuschung deutlich ansah und auch ein paar Tränen flossen, blickte Luk schnell wieder nach vorne. Er lief die 60m in neuer PB von 8,15s und sicherte sich Bronze. Doch damit nicht genug! Es folgte noch der „Vizemeistertitel“ im 5-er Sprunglauf mit einer Weite von 16,00m! (Qualifikationsnorm war 14,50m).

Auch Fabio Münscher meisterte diese Disziplin mit einer immer noch sehr guten Weite von 14,62m.

Und zu guter Letzt konnte noch Ole Helbig mit 1,49m seine bisherige Bestleistung im Hochsprung einstellen.



Luk – Vizemeister im 5-er Sprunglauf (Platz 3 über 60m)  
u. Fabio – Platz 5

### U16/W15

CH. - Auch unsere Mädels ließen nichts anbrennen. So steigerte sich Meret Treiber von Sprung zu Sprung und holte sich schließlich mit 5,20m den „Badischen Meistertitel“ im Weitsprung. Vollgetankt

mit Endorphinen (Glückshormonen) lief sie im A-Finale die 60m in starken 8,46s und sicherte sich auch noch einen „Vizemeistertitel“. Mit 9,84s auf 60m Hürden, der zweitschnellsten Zeit im Vorlauf von immerhin 25 Teilnehmerinnen, war fast schon ein weiterer Titel in Sicht. Im Finale konnte Meret dann die Zeit nicht ganz halten und musste sich mit einem immer noch sehr guten vierten Platz zufriedengeben.

Mit einer Weite von 4,84m holte sich Maxi Stieber die Bronzemedaille im Weitsprung und präsentierte gegen Wettkampfende noch ein weiteres Highlight beim Hochsprung. Obwohl das nasskalte Wetter in den letzten Wochen kaum Trainingsmöglichkeiten bot, meisterte das Nachwuchstalents zusammen mit einer weiteren Athletin die Höhe von 1,50m, hatte jedoch einen Fehlversuch mehr und wurde somit „Vizemeisterin“.

### U16/W14

CH.- Luna Hekker überzeugte mit neuer PB von 2:43,18min über 800m.



Meret – Badische Meisterin im Weitsprung, Vizemeisterin über 60m u. Maxi – 3. Platz im Weitsprung, Vizemeisterin im Hochsprung

Für besondere Spannung sorgte gegen Wettkampfende auch noch unser Mixed-Team (Gradiv, Maxi, Luk und Meret) mit einem souveränen 4x100m-Staf-

ellauf und einem weiteren „Badischen Meistertitel“.



Mixed-Staffelteam (vorne: Gradiv und Meret, dahinter: Luk und Maxi) wird Badischer Meister

### U18

CH.- Nach neuer Bestzeit von 9,45s über 60m Hürden, einem Weitsprung von 5,90m – für den Vizemeistertitel fehlten gerade noch 14cm – stellte Jonathan Wacke mit 11,19m seine enorme Sprungkraft auch noch im Dreisprung unter Beweis und sicherte sich den Bronzerang.

Johannes Edinger, nach etwas wenig Training beim Kugelstoßen diesmal nicht gerade in Bestform, erreichte dennoch über die 200m-Distanz eine gute Zeit von 25,31s.



Jonathan – Platz 3 im Dreisprung

## U18

CH.- Nach einem fünfmonatigen Auslandsaufenthalt erst kürzlich wieder in den heimischen Trainingsbetrieb zurückgekehrt blieb Hannah Hensel diesmal noch deutlich unter ihren gewohnten Leistungen vom letzten Jahr (PB im Weitsprung 5,26m, im Dreisprung 10,54m sowie badische Meisterin 2024). Auch Antonia Kölle (beide W16) wagte sich erneut an die sehr anspruchsvolle Disziplin Dreisprung und erreichte eine gute Weite von 9,36m (Platz 7), wenn auch etwas unter ihrer bisherigen Bestleistung von 9,74m.

## Auch bei den Hallenwettkämpfen war unser wettkampfhungrierer Nachwuchs wieder hochmotiviert präsent!

CH.- **Mannheim, 2. Februar 2025**

**MU16** - Bereits kurz nach Jahresbeginn wurden alte Bestleistungen in den Sand gesetzt.

So lief in der M15 Gradiv Ambraz die 60m in starken 8,03s im Vorlauf und sicherte sich im Finale mit 8,06s Platz 2. Maximilian Mnich beeindruckte mit einem Kugelstoß von 11,21m und einer Zeit von 42,62s über 300m. Damit holte er sich nicht nur locker die Qualifikationen für die BLV-Meisterschaften, sondern ließ sich auch noch zweimal Edelmetall in Silber überreichen. Fabio Münscher (M14) sprang erstmals 4,64m weit.



Ein vielversprechender Start von Ole Helbig (ganz rechts)

## U20

CH.-Johannes Mohr konnte zum wiederholten Male seine Laufzeit über 60m Hürden minimieren, diesmal auf starke 9,25s (Platz 4)

Ihre Teilnahme absagen mussten leider Maximilian Mnich sowie Milla Schade aus der U16 (Max hatte die Qualifikation für 300m und Kugelstoßen, Milla für 60m und 5-er Sprunglauf). In der U18 fehlte unser Sprintchampion Nikolaus Mahnkopp.

**WU16** - Maxi Stieber und Meret Treiber (beide W15) qualifizierten sich für den Finallauf über 60m Hürden. Mit 9,92s verfehlte Maxi dann knapp einen Medaillenplatz. Im Weitsprung holte sie sich dann mit einer Weite von 4,71m die Silbermedaille.

**Mannheim, 9. Februar 2025**

**MU16** - Eine Woche später steigerte Gradiv mit 7,92s nochmals seine Bestzeit und läuft auf Sieg! Auch Maximilian konnte sich im 300m Lauf nochmals verbessern und setzte sich mit starken 41,47s auf Platz 2.

**MU14** - Eric Prados (M13) gewann den 800m Lauf mit neuer Bestzeit von 2:34,69min. Der schnellste Heidelberger Sprinter in der gleichen Altersstufe war, wie nicht anders erwartet, Matteo Wesemann. Joel hatte mit 4,17m im Weitsprung die Nase vorne und beide überzeugten mit einem schönen, flüssigen Hürdenlauf.

Auch unsere M12-Athleten zeigten beachtliche Leistungen. So lief Antonius Pieterse die 60m Hürden in 11,01s und sprang 4,19m weit. Artus Zacher beeindruckte besonders über 800m. Er gewinnt den ersten von zwei Läufen mit einer Zeit von 2:52,22min. (Gesamtergebnis Platz 4). Auch Elias Quidenus erreicht eine gute Zeit von 2:56,94min.

**WU16** - Luna Hekker (W14) wagte sich erstmals an den 300m Lauf und meisterte diesen in einer guten Zeit von 49,19s. Davor lief sie noch die 60m Hürden mit neuer PB von 11,33s.

**WU14** - Flott unterwegs auf der 60m Strecke, sowohl mit als auch ohne Hürden, waren unsere beiden jüngsten Teilnehmerinnen in der W12, Ebba Hauck und Romy Otto. Noch nicht ganz herantasten konnten sich die Mädels an ihre Bestleistungen vom letzten Jahr im Weitsprung – Ebba (3,98m) und Romy (3,93m). Aber das Jahr hat ja gerade erst begonnen!

**Einlageläufe MU18** - Mit neuer PB von 7,76s über 60m qualifizierte sich Johannes Edinger (M16) für das A-Finale und siegte in der Altersklasse U18. Über die Distanz von 200m lief er eine neue PB von 25,31s.



Noch bis zum Wettkampfe anwesend waren: Joel, Eric (hintere Reihe), Luna Johannes, Gradiv, Max und Matteo (vordere Reihe)

## **Mannheim, 9. März 2025**

Neu im Boot waren diesmal unsere „Youngster“ aus der U12. Voller Elan und Erwartung stellten sie sich dem 4-Kampf mit den Disziplinen 50m Lauf, Weitsprung, Ballwurf sowie 800m Lauf. Und alle gaben sie ihr Bestes!

**W11** - Bei einer Teilnehmerzahl von 35 war es nicht leicht, eine Medaille zu erhalten, und man sah dem einen oder anderen Mädchen dann doch ein wenig die Enttäuschung an. Aber dennoch wurden herausragende Leistungen geboten. Allen voran wieder Katharina Barfeld. Sie lief die 50m in starken 7,74s und sicherte sich damit den Sieg. Im Weitsprung erreichte sie mit 4,07m Platz 2. Ballwurf und 800m zählten (noch) nicht ganz zu ihren Stärken, was dann das Gesamtergebnis etwas schmälerte. Gioia Nuding überzeugte mit einer guten Zeit über 50m, einem 3,71m weiten Sprung und einem Ballwurf von 23,50m. Unsere beste 800m-Läuferin war auch diesmal wieder Laura Hage.

**M10** - Unser Nachwuchstalents David Quidenus holte sich gleich dreimal den 2. Platz! Er beeindruckte ganz besonders mit seinem 800m Lauf in 2:56,67min, ebenso über 50m mit einer Zeit von 8,19s und einem Weitsprung von 3,66m. Die U14 durften bereits zum zweiten Mal in die Hallensaison einsteigen und wieder gab es neue Bestleistungen zu bewundern.

**M13** - Eric Prados konnte sich nochmals über 800m steigern und mit souveränen 2:28,78min holte er sich nicht nur den Tagessieg, sondern auch die Eintrittskarte für das Talentsportfest (erste Kadernsichtigung).

**M12** - Verletzungsbedingt musste leider kurzfristig Antonius Pieters absagen, so waren nur noch Artus Zacher und Elias Quidenus am Start. Mit 2:53,11min über 800m sicherte sich Artus die Bronzemedaille und Elias konnte sich im Weitsprung auf 3,95m steigern.



Eric (links) und Artus (rechts) präsentieren glücklich ihre Medaillen

**W12** - Ebba Hauck, diesmal unsere einzige Teilnehmerin, präsentierte sich in Topform und stellte sich allen angebotenen Disziplinen. Und es hat sich wahrlich

gelohnt! Sie lief die 60m in neuer PB von 9,49s und präsentierte eine starke Hürdenzeit in 11,19s. Damit holte sie sich gleich zweimal die Bronzemedaille. Diese verfehlte sie nur knapp über 800m – nicht gerade ihrer Lieblingsdisziplin – und mit 3,89m qualifizierte sie sich für das Weitsprungfinale. Aber das war noch nicht alles. Im Training gerade erst einmal ausprobiert stieß sie die Kugel auf 5,42m und nahm somit auch noch eine Silbermedaille mit nach Hause.



Mit voller Power erhebt sich Ebba über die Weitsprunggrube

## Freude am Laufen - Auch wenn man sich dabei etwas quälen muss

CH. - Am 6.4.2025 fanden für alle Altersstufen in Hockenheim die RNK-Langstreckenmeisterschaften 2025 statt. Begleitet von kalten Windböen, besonders am Morgen, stellte sich unser lauffreudiger Nachwuchs, Luna Hekker (W14), Alessio Bongiovanni, David Gutschalk und Eric Prados (alle Drei aus der Altersklasse M13) und Fabio Münscher (M14) dieser Herausforderung; Luna, Alessio, David und Eric auf 2000m und Fabio auf 3000m. - Und die Ergebnisse sprachen für sich:



Ein glückliches Lächeln von Luna, unserer frisch gekrönten Kreismeisterin.



3 Medaillenplätze für die TSG 78 Heidelberg! - Alessio wurde Vizemeister, David holte sich Bronze und Eric mit einer genialen Zeit von 7:00,27min auf 2000m den „Titel“.



Edelmetall in Silber und somit ein weiterer Vizemeistertitel ging an Fabio

MI. - Da wollten die „Großen“ nicht zurückstehen und sicherten sich über die 5000m weitere vier Kreismeister- sowie einen Vizemeistertitel. Allen voran unser amerikanischer Allrounder Bill Martin, der sich nach Hälfte des Rennens von seinen beiden Begleitern absetzte und in 15:24 min. eine Fabelzeit ablieferte. Fast hätte es sogar einen Doppelsieg für die TSG 78 gegeben, denn im Frauenrennen belegte Julia Bongiovanni Platz 2 in 19:28min. Neben den beiden unterboten auch unsere restlichen Starter die Quali-zeit für die DM in Hamburg Anfang Mai: José Prados (16:43), Thomas Longeric (17:36) und Marcus Imbsweiler (17:53). Dazu gab es die Kreismeistertitel in der W40 (Julia), M35 (Bill), M45 (José) und M55 (Marcus) sowie Platz 2 in der M50 (Thomas).

## Sportabzeichen-Termine der TSG 78

### Leichtathletik:

Samstag, 10.05. um 9:30 Uhr  
 Samstag, 21.06. um 9:30 Uhr  
 Samstag, 20.07. um 9:30 Uhr  
 Samstag, 13.09. um 9:30 Uhr  
 Samstag, 11.10. um 9:30 Uhr

### Walking:

Samstag, 11.10. um 10:30 Uhr

**Schwimmen –geplant, jedoch noch nicht bestätigt – im Hallenbad Hasenleiser:**

Samstag, 10.05. um 13:00 Uhr  
 Samstag, 20.07. um 13:00 Uhr  
 Samstag, 11.10. um 13:00 Uhr.

### Hinweis zum Schwimmen:

Den Nachweis der Schwimmfertigkeit (<https://deutsches-sportabzeichen.de/service/materialien/#ak-3779>) kann jede\*r Sportabzeichenabsolvierer\*in eigenständig in einem Schwimmbad ablegen und vom Bademeister unterschreiben lassen.

**Aktuelles von und aus der weiten Welt der TSG 78-Leichtathletik finden Sie/ findest du auch auf unserer Internetseite [www.tsg78-hd.de/leichtathletik](http://www.tsg78-hd.de/leichtathletik)**

## Vor die Muskeln haben die Götter den Schweiß gesetzt

Etwas über zwei Jahre nach dem Start des Rehasports bei der TSG 78 sind wir nun zufrieden mit den Teilnehmerzahlen. Unsere Gruppen sind inzwischen gut gefüllt zur Hälfte sogar komplett belegt. Bei den orthopädisch ausgerichteten Stunden sind es inzwischen vier Zeiten mit jeweils 15 Teilnehmer\*innen, in denen die Damen und Herren ihr Bewegungssystem unter der Leitung von Christiane Hedrich trainieren.

**Muskelaufbau – ohne Fleiß kein Preis!**  
Im Mittelpunkt stehen dabei der Mus-

kelaufbau und die Muskelkraft, die mit intensiven Übungen verbessert oder zumindest erhalten werden. Ja, es darf geschwitzt und geschnauft werden, es muss sogar, denn vor die Muskeln „haben die Götter den Schweiß gesetzt“. Hierbei verfolgt die Sportwissenschaftlerin ein grundlegendes Trainingsprinzip, das für Gesundheitssportler gleichermaßen gilt wie für den Olympiateilnehmer. Das Prinzip des „trainingswirksamen Reizes“. Nur wenn unsere Strukturen einer bestimmten, individuell abhängigen Anforderung ausgesetzt sind, verändern



Exemplarisch für eine oft durchgeführte Übung – die Überkopfstemme mit einer Kurzhantel.

Ziele: Kräftigung der Muskeln, die den Arm seitlich anheben (Fachbegriff: Abduktion) UND Steigerung der Beweglichkeit des Armes im Schultergelenk in dieser Bewegungsrichtung

Der Arm wird direkt nach oben geführt, bestmöglich bis in die komplette Ellenbogen-Streckung, bis die Hand über dem Schultergelenk ist. Bei Bewegungseinschränkungen wird das individuell mögliche Bewegungsausmaß durchgeführt.

sie ihren Zustand. Im Falle von Muskel-  
laufbau – bzw. Kraft-Übungen reagiert  
der Körper auf diese mit der Bildung  
von mehr Muskelzellen, die letztendlich  
zu einem Kraftzuwachs führen.

**Beweglichkeit – Brustwirbelsäule,  
Schulter- und Hüftgelenk.** Auch die  
Beweglichkeit wird mit intensiven Mobi-  
lisationsübungen hartnäckig bearbeitet.  
Vor allem die Brustwirbelsäule – im  
Alltag hauptsächlich im typischen Rund-  
drücken – gehalten, steht immer wieder  
im Mittelpunkt der Trainingsinhalte.  
Ebenso das Schultergelenk, das im Alltag  
bei allen Armbewegungen die entschei-  
dende Rolle spielt, v.a. bei denen auf  
oder über Kopfhöhe, wird immer wieder  
herausgefordert. Auch den Bewegungs-

einschränkungen des Hüftgelenkes, das  
v.a. durch unsere ständige Sitzerei oft in  
einer Beugstellung gefangen ist, wird  
mit verschiedenen Übungen aus seiner  
Erstarrung herausgebracht.

**Zwei Fliegen mit einer Klappe.** Der  
oben geschilderte Kraftaspekt unserer  
Muskeln hat allerdings nicht nur einen  
Einfluss auf unser Bewegungsverhalten,  
z.B., dass wir besser aus dem Sessel  
aufstehen oder treppauf Gehen können,  
sondern ebenso auf unsere eben be-  
schriebene Beweglichkeit. Ein Gelenk,  
das von starken Muskeln geführt wird,  
wird immer ein bewegliches Gelenk sein.  
Also, liebe Leser, trainieren Sie Ihre  
Muskulatur. Gerne bei uns im Rehasport.

Im neurologisch ausgerichteten Rehasport bieten wir aktuell zwei Gruppen an.  
Hier ein paar Eindrücke davon:



In den Neurologie-Stunden stehen koordinative Fähig-  
keiten im Vordergrund, wie das sichere Überwinden von  
Hindernissen (rechts im Bild), das ausbalancierte Gehen  
über kleine Flächen (links im Bild) oder die Erfüllung  
rhythmischer Bewegungs-Vorgaben, wie das Durchlaufen  
einer Koordinationsleiter (Bildmitte) in unterschiedlichen  
Taktmustern oder Schrittfolgen.



An dieser Station müssen unterschiedliche, unebene,  
wacklige Flächen direkt nacheinander bewältigt werden,  
sodass man nicht nur vor der Herausforderung der Be-  
wältigung der Unebenheit bzw. Instabilität steht, sondern  
sich zudem schnell auf die unterschiedlichen Flächen  
einstellen muss.



### **Aufräumaktion zum Start der Outdoor-Saison**

**A**nfang April startete die Abteilung eine groß angelegte Aufräumaktion. Nicht nur die Beachfelder wurden spielbar gemacht, sondern auch - längst überfällig – der Schuppen endlich einmal ausgemistet! Dabei kamen viele alte

Sachen zum Vorschein, die schon seit Jahrzehnten nicht mehr gebraucht werden oder defekt sind. Endlich ist Platz im Schuppen und wird hoffentlich nicht so schnell wieder „zugemüllt“! Allen Helfer\*innen ein großes Dankeschön!

### **Ganz schön viel Getümmel**

**E**ine weitere Saison in der A-Klasse der Pfalz-Liga liegt hinter uns, die wir zufrieden mit dem 6. Tabellenplatz abschließen und uns damit das Ticket für die nächste Saison in der höchsten Mixed-Klasse sichern. Insgesamt haben wir fünf Siege eingefahren und dreimal unentschieden gespielt. Einmal davon sogar gegen den Vize-Meister „Big Blocker“. Jetzt freuen wir uns darauf, unser Training auf den Beachplatz verlegen zu können, sobald die Temperaturen abends mild genug sind.

Aber noch kurz ein Blick zurück auf die vergangene Hallensaison: Nachdem es jahrelang an Männern für unsere Spieltags-Mannschaft gemangelt hat, sind wir seit Herbst durch einige Zugänge gut versorgt: Steffen, Soheil, Sinan und Marcel erweitern unseren Kader und bereichern unser Team nicht nur spielerisch, sondern auch menschlich. Zu schön wäre es gewesen, wenn es auch bei den Frauen weiter konstant geblieben

wäre. Leider sind wir hier durch Abgänge und Verletzungen geschwächt. Ein Lichtblick für uns sind Betül und Jette, die uns schon bei den letzten Spieltagen ausgeholfen haben und hoffentlich weiterhin dabei sein werden. Insgesamt umfasst unsere Trainingsgruppe gerade 19 Spieler\*innen, von denen allerdings nicht alle am Ligabetrieb teilnehmen. So sind wir in jedem Training normalerweise mit mindestens 12 Spieler\*innen besetzt. Neue Spieler\*innen können derzeit nicht aufgenommen werden, da unsere Trainingshalle nicht mehr Raum bietet. Ausnahme: Frauen, die auf der Zuspielposition verstärken können. Eingespielt haben sich mittlerweile auch unsere Trainingsabläufe: Wir starten mit Konditionsübungen durch Sprünge und Läufe, gefolgt von einem Kraftzirkel. Unser Spielertrainer Hundo stellt jede Woche ein abwechslungsreiches Paket an Technik-, Taktik- und Spielübungen zusammen. Momentan geht es hier be-

sonders um Verbesserung der Annahme, Stellungsspiel bei der Feldabwehr und die ideale Verwertung der „Dankebälle“. Vielen Dank an Hundo für die professionelle Anleitung und Motivation! Jochen

hat inzwischen den Posten des Team-DJs übernommen und erfreut uns jede Woche mit einer ausgewählten Playlist- vielen Dank auch dafür!  
*Henrika Singer*

	Mannschaft	Spiele	Siege	Sätze	Punkte
1	Jäger des verlorenen Satzes Landau	16	13	42:11	27.5
2	VTV Schluckapfechtbande	16	11	37:18	23.9
3	CVJM Birkenheide-Maxdorf	16	11	35:19	23.9
4	Big Blocker Heiligenstein	16	10	34:18	22:10
5	Hinters Netz Landau	16	5	29:31	15:17
6	TSG 78 Heidelberg	16	5	26:32	13:19
7	VBC Haßloch Touche Deluxe	16	4	18:35	10:22
8	VSG Mixed 1	16	2	16:40	7:25
9	The TSG Avengers Germersheim	16	1	10:43	4:26



Siegesjubiläum beim Getümmel – der Klassenerhalt ist geschafft! (v.l.) Sebastian Mattes, Jaafar Al-Hasani, Soheil Khooyooz, Sinan Cakmak, Henrika Singer, Jette Wilke, Sara Rezaeikhoshbahkt, Johannes Heberer, Steffen Schmidt



## Wechsel an der Spitze der Tennisabteilung

Nach vielen Jahren engagierter Arbeit gibt die bisherige Abteilungsleitung der Tennisabteilung ihr Amt ab. Der Abteilungsleiter Hermann Häfner, die stellvertretende Abteilungsleiterin Susanne Wildermuth, Sportwart Gunther Tausch, Jugendwart Robert Bollen und Schriftführer Jörg Bruch erklärten in der Jahreshauptversammlung am 12.2.25, nicht für eine Neuwahl zur Verfügung zu stehen. Die Mitglieder verabschiedeten das langjährige Führungsteam mit großem Applaus und Anerkennung für ihr Engagement. Besonders Hermann Häfner, der die Abteilung über fünfzehn Jahre mit Herzblut leitete, wurde für seine herausragende Arbeit gewürdigt. Sein Einsatz hat maßgeblich zur positiven Entwicklung der Tennisabteilung beigetragen.

Besonders hervorzuheben ist ihre Leistung im vergangenen Jahr, als sie die umfangreiche Terrassensanierung geplant, organisiert und erfolgreich abgeschlossen haben. Dieses Projekt war ein großer Meilenstein für die Abteilung und wird noch lange von den Mitgliedern geschätzt werden.

Für Kontinuität sorgt Volker Breuninger, der sich erneut für das Amt des Kassenswarts zur Verfügung stellt. An seiner Seite übernimmt nun eine neue Abteilungsleitung die Verantwortung

für die Zukunft der Tennisabteilung:

- 1. Abteilungsleiter: Michael Kimmelmann
- 2. Abteilungsleiter: Johannes Maurer
- Sportwartin: Yue Chang
- Jugendwart: Frank Kischkel
- Kassenswart: Volker Breuninger
- Schriftführerin: Maria Frankhauser

Im Zuge ihrer persönlichen Vorstellung erläuterte die neue Abteilungsleitung ihre Ziele:

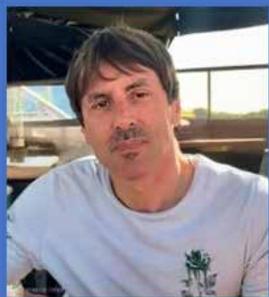
- Den Zusammenhalt innerhalb der Abteilung weiter stärken
- Eine transparente und offene Führungskultur etablieren
- Die Modernisierung der Vereinsanlage vorantreiben
- Trendsportarten gezielt fördern

Ein erster Erfolg konnte bereits gefeiert werden: Die neue Markise wurde bestellt und wird erheblich zur Verbesserung der Außenanlagen beitragen. Darüber hinaus zeigte sich bereits beim Arbeitsinsatz am letzten Märzwochenende, dass der frische Wind in der Abteilung spürbar ist – die Motivation und der Zusammenhalt der Mitglieder waren unfassbar groß.

Mit diesem motivierten Team stehen der Abteilung spannende Entwicklungen bevor. Wir wünschen der neuen

Abteilungsleitung viel Erfolg bei der Umsetzung ihrer Vorhaben und freuen uns auf die tatkräftige Unterstützung

aller Mitglieder. Gemeinsam können wir die Zukunft der Abteilung aktiv gestalten und weiter voranbringen!



Michael Kimmelman  
1. Abteilungsleiter



Johannes Maurer  
2. Abteilungsleiter



Yue Chang  
Sportwartin



Volker Breuninger  
Kassenwart



Frank Kischkel  
Jugendwart



Maria Frankhauser  
Schriftführerin

Die neue Abteilungsleitung der Tennisabteilung - wir haben viel vor und freuen uns über Eure Unterstützung!



EISENWAREN  
**SCHAD**

69115 Heidelberg  
Bergheimer Str. 101  
Tel. 06221/22341

## Gemeinsam für unseren Verein: Erfolgreicher Arbeitseinsatz

Ende März zeigten 34 engagierte Vereinsmitglieder, was mit Teamgeist, Tatkraft und einer großen Portion guter Laune möglich ist. Von den Jüngsten bis zu den erfahrensten Mitgliedern – alle packten mit an, um die Tennisplätze und das Clubhaus für die kommende Saison auf Vordermann zu bringen. Was anfangs nach einem heillosen Chaos aussah, wurde dank guter Organisation schnell zu einem gut eingespielten Team-Einsatz.

Die Aufgaben waren vielseitig: Es wurde geputzt, geschaufelt, gestrichen und repariert. Besen, Schaufeln und Schubkarren waren im Dauereinsatz, um das Gelände in neuem Glanz erstrahlen zu lassen. Dabei blieben auch die kuriosesten Fundstücke aus vergangenen Jahren nicht unentdeckt und sorgten für so

manches Schmunzeln unter den Helfern. Natürlich durfte auch die Stärkung nicht fehlen. In der wohlverdienten Pause gab es frisch gebrühten Kaffee und leckeres „Banana Bread“ – genau das Richtige, um neue Energie zu tanken. Nach getaner Arbeit wurde der erfolgreiche Tag mit einem gemütlichen Grillen abgerundet. Während die Würstchen brutzelten, wurden Salate und Snacks geteilt und in geselliger Runde über den ereignisreichen Tag geplaudert.

Ein herzliches Dankeschön an alle, die ihre Zeit und Energie investiert haben! Dank eures Einsatzes sind unsere Tennisplätze bestens vorbereitet, und wir freuen uns auf eine spannende Saison voller schöner Begegnungen und Turniere!



## Revival der Tennis-Clubmeisterschaft

Nach der erfolgreichen Premiere kehrt die Clubmeisterschaft der Tennisabteilung im April 2025 zurück und die Vorfreude ist riesig! Die zweite Auflage verspricht ein echtes Highlight im Vereinskalendar zu werden, denn es sind 170 Meldungen in 28 verschiedenen Konkurrenzgruppen eingegangen. Ein beeindruckender Beweis für die Begeisterung und den starken Zusammenhalt innerhalb der Abteilung.

Über 100 Mitglieder haben sich für das Turnier angemeldet, darunter 20 Jugendliche, die mit großem Einsatz und Spielfreude antreten werden. Die Mischung aus erfahrenen Spielerinnen und Spielern sowie ambitionierten Nachwuchstalenten verspricht spannende Matches und so manche Überraschung auf dem Platz.

Dank einer erstklassigen Organisation und dem engagierten Einsatz vieler freiwilliger Helferinnen und Helfer bietet die Veranstaltung beste Voraussetzungen für faire und mitreißende Wettkämpfe. Ein riesiges Dankeschön geht an die Organisatorinnen Yue Chang und Birgit Lewitzki, die mit ihrem unermüdlichen Einsatz dieses Event überhaupt erst möglich machen!

Den krönenden Abschluss bildet die feierliche Siegerehrung, bei der die besten Spielerinnen und Spieler gebührend geehrt werden. Die erfolgreiche Wiederbelebung dieses traditionsreichen Turniers unterstreicht einmal mehr die lebendige und aktive Vereinsgemeinschaft des TSG 78. Mit großer Spannung fiebern alle Beteiligten dem Turnierstart im April entgegen.

Gestaltung und Produktion von Drucksachen aller Art.  
Geschäftsausstattung, Grußkarten, Broschüren u.v.m.



**ponz.design**

print und internet

Ladenburger Str. 51 · 69120 Heidelberg · 06221 37 31 87 · info@ponz.de



## Ausflug zum Damen-Bundesligaspiel in Weinheim

Zahlreiche Mitglieder folgten der freundlichen Einladung des TTC 1946 Weinheim zum Spitzenspiel gegen den SV DJK Kolbermoor am 23. Februar 2025 und konnten aus nächster Nähe die

hochklassigen Begegnungen verfolgen. Ein weiterer Ausflug am 1. Juni 2025 zum Halbfinale der Damen-Bundesliga in Weinheim ist bereits geplant und die Vorfreude schon groß.



TSG-Mitglieder beim Besuch zum Spitzenspiel beim TTC 1946 Weinheim

**HELFE SIE  
MÄDCHEN, SICH  
ZU ENTFALTEN.**

Mit einer Patenschaft  
eine Chance geben.



Werden Sie Patin!  
[plan.de](https://www.plan.de)



Gibt Kindern eine Chance

## Neue Trikots zum Rückrunden-Start

Zum Jahreswechsel haben wir, mit freundlicher Unterstützung von js-soft, unsere Mannschaften mit neuer Spielkleidung ausstatten können. Wir

bedanken uns sehr herzlich beim Ausrüster und freuen uns auf die Spieltage im neuen Outfit.



Nun in blau - unsere 1. Herrenmannschaft im neuen Outfit

**IT-Systeme und -Betreuung für:**

- ▶ **Gewerbe**
  - Kleinunternehmen
  - Mittelstand
- ▶ **Bildung**
  - Schulen
  - Kindergärten
- ▶ **NGO**
  - gemeinnützige Vereine
  - Sportvereine
  - Stiftungen
- ▶ **Gesundheitswesen**
  - medizinische Praxen
  - Therapeutische Praxen

**koinegg**  
IT-Systemhaus

Eltern-Kind-Turnen, Kinderturnen (bis 6 J.):  
Martin Seiler, turnen@tsg78-hd.de, 0176-43209929

Gerätturnen, Sport für Kinder/Jgdl. (ab 7 J.):  
Eva-Maria Wolf, geraeturnen@tsg78-hd.de

Fitness & Gesundheit (Erwachsene):  
Christiane Hedrich, fitgesund@tsg78-hd.de, 0157 - 81288125

## Jahreshauptversammlung am 20.03.2025

Leider kamen wieder nur Funktionsträgerinnen zur Jahreshauptversammlung Turnen / Fitness & Gesundheit. Beim Rückblick wurden alle Veranstaltungen und Aktionen in 2024 genannt. Die Kasse musste mit einem Defizit in Höhe von 1.363,28 Euro abschließen.

Frau Schneider erläuterte dann die Situation in der Abteilung, seit der Amtsniederlegung von der ehemaligen Abteilungsleiterin Elke Bleiler im Jahre 2013: Die drei Sparten Kinderturnen, Gerätturnen und Fitness & Gesundheit werden von bezahlten Mitarbeiter\*innen des Hauptvereins geleitet. Auch die ehrenamtlichen Kassenprüferinnen legen ihr Amt nun nieder. Dadurch würde nur noch das Amt der Schriftführerin ehrenamtlich besetzt sein. Aus diesem

Grund möchte der Verein die Abteilung Turnen / Fitness & Gesundheit nun vollständig in den Hauptverein integrieren. Dadurch könnten dann auch Zeit und Kosten (z.B. Kontoführung) eingespart werden. Der Antrag wird einstimmig angenommen.

Die TSG 78 Heidelberg entstand 1919 durch den Zusammenschluss von drei Vereinen. Die Turnabteilung wurde unter dem Namen Turnverein Neuenheim im Jahr 1878 gegründet und ist damit die älteste Abteilung der TSG 78 Heidelberg! Auch wenn nun keine ehrenamtlichen Mitglieder die Geschicke der Abteilung mehr lenken, existiert sie weiterhin. Für die Abteilungsmitglieder wird sich nichts spürbar ändern, alle Sportangebote finden weiterhin in gewohnter Weise statt!



Den letzten drei ehrenamtlichen Funktionsträgerinnen der Abteilung (v.l.) Frau Link (Schriftführerin), Frau Baer (Kassenprüferin) und Frau Bleiler (Kassenprüferin) wurde mit einem kleinen Präsent gedankt

## Schwungvoll unterwegs - Gerätturnen & Kindertanzen begeistern

Nach unserem erfolgreichen Gerätturncamp begann das neue Jahr für die Sparte Gerätturnen mit viel Schwung und Begeisterung. Ein besonderes Highlight war unsere Neujahrsfeier im Januar, bei der unsere vier Gerätturngruppen sowie die Kindertanzgruppe ihr Können eindrucksvoll unter Beweis stellten. In einer festlichen Atmosphäre präsentierten die jungen Sportlerinnen und Sportler mit viel Freude und Energie ihre einstudierten Choreografien und Turnübungen. Das begeisterte Publikum belohnte die tollen Leistungen mit kräftigem Applaus und sorgte für eine großartige Stimmung.

Kurz darauf standen die Bestenkämpfe 2025 in Wieblingen auf dem Programm. Mit drei Mannschaften gingen wir an den Start und erzielten beeindruckende Ergebnisse. Eine unserer Mannschaften

erkämpfte sich einen starken 5. Platz, während eine weitere Mannschaft sich in einem spannenden Wettkampf nur knapp geschlagen geben musste und den 2. Platz belegte. Unsere dritte Mannschaft zeigte eine herausragende Leistung und sicherte sich souverän den 1. Platz. Diese Erfolge sind ein Beweis für den Trainingsfleiß und die tolle Teamarbeit unserer Turnerinnen.

Doch damit ist die Wettkampfsaison noch lange nicht vorbei! Ende Juli steht das Landeskinderturnfest an, bei dem 16 unserer Turnerinnen antreten werden. Dieses große Sportereignis bietet nicht nur spannende Wettkämpfe, sondern auch ein unvergessliches Gemeinschaftserlebnis. Wir freuen uns auf diese Herausforderung und drücken allen Teilnehmerinnen fest die Daumen!

*Eva-Maria Wolf*



Performance der Gerätturngruppen an der Neujahrsfeier



Die Einsteigergruppen in ihrem Element



Rhythmus und Freude – Die Kindertanzgruppe zeigt stolz ihre Choreografie



Einfügen: TU  
Cali-Gruppe  
April 25

Kämpfergeist und Teamspirit – Unsere Turnerinnen nach dem Wettkampf



Starke Turnerinnen & ihr Glücksbringer

## Functional Training an der Calisthenics-Anlage

Der Frühling ist da und damit wurde die Freiluft-Saison auch bei unseren Functional-Fitness-Sportler\*innen eröffnet. Die Mittwochs-Gruppe (18.30-19.30 Uhr) bei Vincent trainiert bereits mit viel Elan wieder an unserer Calisthenics-An-

lage neben den Beachvolleyball-Feldern. Neue Teilnehmer\*innen sind jederzeit herzlich willkommen! Dies gilt natürlich ebenso für die Montags-Gruppe (20.00-21.00 Uhr) bei Ivana.



## Sport im Park 2025 - erneut mit TSG 78 - Beteiligung

Das städtische Projekt „Sport im Park“ geht in die nächste Runde. Unter dem Motto „Mach mit - bleib fit!“ kann die Heidelberger Bevölkerung kostenlos und unverbindlich auf öffentlichen Grünflächen an der frischen Luft etwas Gutes für den eigenen Körper tun. Die Auftaktveranstaltung findet am 4. Mai 2025 auf der „alla hopp!“-Anlage in Kirchheim statt. Ab 5. Mai starten dann die verschiedenen Gesundheits- und Fitness-Kurse sowohl für Untrainierte wie für Sportliche aller Altersgruppen. Die TSG 78 bietet folgende Sportkurse an:

### Outdoor-Fitness 60+

dienstags von 11.30-12.30 Uhr auf dem Werderplatz in Neuenheim mit Nina

### Tai Chi genießen

dienstags von 18.00-19.00 Uhr im Providenzgarten in der Altstadt mit Cecilia

### cYoga

dienstags von 19.00-20.00 Uhr (6.5.-2.8.25) und 18.30-19.30 Uhr (2.-23.9.25) in der Grünanlage am Römerbad (Ecke Jahnstr./Berliner Str.) mit Benita

### Tai Chi genießen

mittwochs von 18.00-19.00 Uhr auf dem Werderplatz in Neuenheim mit Cecilia

Interessierte sind jederzeit willkommen!



**Mitmachen. Miterleben. Mitverdienen.**



Werden Sie Mitglied und somit Teilhaber Ihrer Bank. Dadurch profitieren Sie von zahlreichen Vorteilen. Sprechen Sie uns an. Wir informieren Sie gern.



**Locker am Ball bleiben.**

## **In einer starken Einheit.**

Sport schafft Barrieren ab. Sport fördert das Gefühl von Verbundenheit. Und das führt zu mehr Gemeinwohl. Um dieses auch in der Region weiter wachsen zu lassen, unterstützen wir Vereine. Mehr Informationen zu unserem Engagement finden Sie unter [sparkasse-heidelberg.de](https://sparkasse-heidelberg.de)



Sparkasse  
Heidelberg