



Outdoorsport – Voll im Trend

SPORT AN DER FRISCHEN LUFT



LISA UND CLAUDIA
NEU IN DER GESCHÄFTSSTELLE

Entspannter Service bei Ihnen Zuhause *Reparaturen in den eigenen vier Wänden*

Bequem zu Hause bleiben

- ✓ Unser Techniker kommt direkt zu Ihnen nach Hause.
- ✓ Sparen Sie Zeit und Mühe für den Transport Ihrer IT-Ausstattung

Persönlicher Ansprechpartner

- ✓ Sie sind „live“ dabei. So bleibt viel Zeit zur Beantwortung Ihrer Fragen.

Gute Planbarkeit

- ✓ Termine werden mit einem Zeitfenster von 1 Stunde angekündigt (z.B. „der Techniker trifft zwischen 15.00 und 16.00 Uhr ein“).



Krisen und ein Hauch Normalität

Liebe Leserinnen und Leser,

wer gedacht hatte, nach Corona wird alles besser, wird jetzt leider eines Besseren belehrt. Wir schlittern übergangslos von einer in die nächste Krise.

Inflation und Preissteigerungen ohne Ende

Die Auswirkungen des Krieges in der Ukraine mit dem dramatischen Anstieg der Energiekosten verstärkte die bereits seit letzten Sommer einsetzende Inflation massiv. Die erneute Flüchtlingskrise belastet zusätzlich die Haushalte von Bund, Ländern und Gemeinden. Öffentliche und private Gelder werden knapper, alles wird z. T. erheblich teurer. Diesen sich zunehmend negativ entwickelnden Rahmenbedingungen müssen sich v.a. auch die Sportvereine stellen, die über vereinseigene Sportanlagen verfügen. Wir haben zwar im letzten Jahr vorausschauend neue Energielieferverträge ausgehandelt und in ein neues BHKW und eine PV-Anlage investiert. Dies mildert für uns den Anstieg der Energiekosten. Dennoch treffen uns die Kostensteigerungen auf ganzer Breite. Zudem haben wir unseren Mitarbeitern nach zugemuteter Kurzarbeit nun einen Inflationsausgleich gewährt. So kommen wir um eine Abstimmung über eine Beitragsanpassung in der ordentlichen Delegiertenversammlung am 29. Juni nicht umhin. Nach sechs Jahren Beitragsstabilität ist dies in der aktuellen Entwicklung nun auch mehr als überfällig.

Fast wieder Normalität im Trainings- und Wettkampfbetrieb

Unabhängig davon ist der TV 1848 gut ins neue Jahr gestartet. Neue Mitglieder treten wieder ein, Outdoor-Sport im TV48 FitnessPark am Kosbacher Weg etabliert sich und das Trainings- und Wettkampfgeschehen unserer Abteilungen fühlt sich an wie vor Corona. Endlich können wieder Wettkämpfe, wie z. B. die Judo-Bundesliga in der Jahnhalle, oder unser Erlanger Triathlon stattfinden. Unserer ersten Mannschaft der Fußballabteilung gratulieren wir an dieser Stelle zum Klassenerhalt in der Bezirksliga.

Bitte bleiben Sie sportlich und gesund.

Ihr Jörg Bergner



Ansprechpartner

Vorstand

1. Vorsitzender
Stellv. Vorsitzender
Stellv. Vorsitzender

Jörg Bergner
Johannes Baßfeld
Ralph Schmid

✉ j.bergner@tv48-erlangen.de
✉ j.bassfeld@tv48-erlangen.de
✉ r.schmid@tv48-erlangen.de

Aufsichtsrat

Reinhold Preißler (Aufsichtsratsvorsitzender), Andreas Bammes, Eberhard Lampert, Reiner Lennemann, Dr. Birgit Marenbach, Kim Sittl, Ruth Wangemann

Kassenprüfer:

Klaus Lohrer, Michael Volk

Ehrenrat:

Fritz Löhr, Sepp Kittler

Beiräte:

Helmut Arnold, Fritz Löhr

Jugendleitung:

Uschi Mehl

Geschäftsstelle

Kosbacher Weg 75, 91056 Erlangen, ☎ 09131/ 42911
Öffnungszeiten: Montag - Freitag 9:00-11:30 Uhr und 16:00-18:00 Uhr
✉ info@tv48-erlangen.de 🌐 www.tv48-erlangen.de

Sportlicher Leiter

Günther Beierlorzer ✉ g.beierlorzer@tv48-erlangen.de

Leitung Rechnungswesen

Doro Bischof ✉ rechnungswesen@tv48-erlangen.de ☎ 09131 / 9338059

Mitgliederverwaltung

Gerlinde Hörner ✉ info@tv48-erlangen.de ☎ 09131 / 42911

Kursprogramm

Petra Scholz ✉ kurse@tv48-erlangen.de ☎ 09131 / 9338058

TV-Vital

Fitness- & Gesundheitsstudio
Studioteiler Klaus Leutsch

Dompropststr. 2 b, 91056 Erlangen-Büchenbach, ☎ 09131 / 480817
✉ tv-vital@tv48-erlangen.de

KiSS - Kindersportschule

Leitung Stefan Keppner

🌐 www.tv48-kiss.de ☎ 09131 / 941845
✉ kiss@tv48-erlangen.de

Ballschule Erlangen

Leitung Franziska Beck

🌐 www.ballschule-erlangen.de ☎ 09131 / 9289909
✉ ballschule@tv48-erlangen.de

Vision Vital

Leitung Manuela Appold
Vertretung: Lisa Süß

Kinder- und Jugendtanzstudio 🌐 www.tv48-vision-vital.de ☎ 09131 / 9289908
✉ vision-vital@tv48-erlangen.de
✉ l.suess@tv48-erlangen.de

Bankkonten

Allgemeines Konto:

Sparkasse Erlangen IBAN DE13 7635 0000 0000 0023 83

Allgemeines Spendenkonto:

Sparkasse Erlangen IBAN DE62 7635 0000 0004 0033 33

Stiftung TV 1848:

Sparkasse Erlangen IBAN DE08 7635 0000 0060 0116 20

Abteilungsleiterinnen und Abteilungsleiter

AIKIDO	Helmut Schweinzer	✉ aikido@tv48-erlangen.de	☎ 09131 / 816933
BADMINTON	Ralf Steg	✉ badminton@tv48-erlangen.de	☎ 09131 / 480322
BEACHVOLLEYBALL	Matthias Seidl	✉ beach48@tv48-erlangen.de	☎ 0160 / 8845380
BOXEN	Max Lutze	✉ boxen@tv48-erlangen.de	☎ 0151 / 11834444
FUSSBALL	Max Bittner	✉ fußball@tv48-erlangen.de	☎ 09131 / 440973
FUSSBALL-JUGEND	Markus Bauer	✉ jugend-fußball@tv48-erlangen.de	☎ 0171 / 8360918
GEWICHTHEBEN	Peter Jahrstorfer	✉ gewichtheben@tv48-erlangen.de	☎ 09134 / 909258
GYMNASTIKFORUM	Günther Beierlorzer	✉ info@tv48-erlangen.de	☎ 09131 / 42911
HERZSPORT	Susanne Bergner	✉ herzsport@tv48-erlangen.de	☎ 09131 / 42911
JUDO	Heiko Koch	✉ judo@tv48-erlangen.de	☎ 0171 / 3053666
JUJITSU	Oliver Langner	✉ jujitsu@tv48-erlangen.de	☎ 09131 / 5302978
KARATE	Reinhard Dönnel	✉ karate@tv48-erlangen.de	☎ 09131 / 52298
KEGELN	André Widmann	✉ kegeln@tv48-erlangen.de	☎ 0176 / 20700572
LAUFEN + WALKING	Rüdiger Wurster	✉ laufen@tv48-erlangen.de	
LEICHTATHLETIK	Bjorn Day	✉ leichtathletik@tv48-erlangen.de	☎ 0176 / 20389822
LUNGERER	Richard Strampfer	✉ lungerer@tv48-erlangen.de	☎ 09135 / 3027
RINGEN	Max Strampfer	✉ ringen@tv48-erlangen.de	☎ 09135 / 3027
SCHACH	Thorsten Albrecht	✉ schach@tv48-erlangen.de	☎ 0179 / 1006323
TENNIS	Evelyne Gursch-Pieldner	✉ tennis@tv48-erlangen.de	☎ 0176 / 46668750
TISCHTENNIS	Peter Berger	✉ tischtennis@tv48-erlangen.de	☎ 09131 / 9325054
TRAMPOLIN	Petra Riazanova	✉ trampolin@tv48-erlangen.de	☎ 0176 / 21690495
TRIATHLON	Joachim Morbach	✉ triathlon@tv48-erlangen.de	
TURNEN	Stefan Keppner	✉ turnen@tv48-erlangen.de	☎ 09131 / 941845
ALLG. KINDERTURNEN	Uschi H.-Mehl	✉ u.mehl@tv48-erlangen.de	☎ 09131 / 42911
VOLLEYBALL	Andreas Parthum	✉ volleyball@tv48-erlangen.de	☎ 09131 / 24824
WANDERN + WINTERSPORT	Heinz Müssenberger	✉ wandern@tv48-erlangen.de	☎ 09131 / 36168

Titelbild:

Sport im Freien liegt voll im Trend. Stefan und Vroni machen es vor. Im Turnverein gibt es mittlerweile eine Vielzahl an Outdoor-Angeboten. U. a. seit 2016 den Vital-Park direkt neben dem TV-Vital und seit diesem Sommer den TV48 FitnessPark. Mehr dazu lesen Sie im Titelthema dieser Ausgabe ab Seite 6.

Anmeldung der Printversion:

www.tv48-erlangen.de/vereinszeitung
oder direkt den QR-Code mit dem
Smartphone fotografieren.



Alternativ schreiben Sie uns eine
E-Mail an info@tv48-erlangen.de
oder rufen Sie uns an unter **09131/42911**.

Hier finden Sie den TV 1848 Erlangen

@tv1848

+49 1575 9631848

@tv48vital

@tv48-erlangenDE

@tv1848erlangen

Achtung Schüler Studenten Auszubildende

Alle Schüler/Studenten und Azubis über 18 Jahren, die den vergünstigten Beitrag für 2022 nutzen möchten, bitte die aktuelle Schul- bzw. Immatrikulationsbescheinigung oder die erste Seite des Ausbildungsvertrags in der Geschäftsstelle abgeben oder per E-Mail an g.hoerner@tv48-erlangen.de senden.

EDITORIAL: Krisen und ein Hauch Normalität 3

UNSERE ANSPRECHPARTNER 4

AUS DER VEREINSFÜHRUNG

Outdoor-Saison im Turnverein 6

AUS DEM HAUPTVEREIN

Keyfacts 8

Sommerlicher Jahresempfang 9

MyTeamShop 10

AUS DEN FACHBEREICHEN

Rollstuhlgruppe zur Gast in Coburg 11

TV-Vital – Auswirkungen der Corona-Pandemie 12

TV 48 FitnessPark – Neues Outdoor Sportangebot für
Mitglieder 15

Trainieren der ischiocruralen Muskulatur 16

Kohlenhydrate – der schnelle Energieversorger 17

Gründung der TV 48 Fußball Akademie 18

AUS DEN ABTEILUNGEN

Unsere Herzsportler unterwegs 20

Judo: Ukrainische Kinder trainieren Judo; Bayer. EM der MU15;
Zweite Bundesliga der Frauen; Bundesliga: Erlangen gegen
JC Leipzig 21

Leichtathletik: Saisoneroöffnung in Zirndorf 25

Sport im Fokus: Rugby 26

Trampolinturnen für ukrainische Kinder 28

Ironman Langdistanz Weltmeisterschaften 29

Anmeldung für den 31. M-net Erlangen Triathlon 31

INFORMATIONEN, SERVICE & PARTNER

Konditionstraining am Montag 32

Ukrainische Familie zu Gast bei Familie Große 33

Neue Mitarbeiterinnen in der Verwaltung 34

Gutes Hören ist Lebensqualität –
Hörakustiker Ferdinand Friebe 35

Partnerstory:

Sparkasse Erlangen Höchststadt Herzogenaurach 36

Handballer-Treffen nach 50 Jahren 38

Beiträge und Informationen zur Mitgliedschaft 39



„Das Kind muss an die frische Luft!“

OUTDOOR-SAISON IM TURNVEREIN

Text: Johannes Baßfeld

Foto: TV 1848

Der Rasen erstrahlt in saftigem Grün, die Tennisplätze werden für den Start der neuen Saison vorbereitet und der Sand auf den Beachvolleyballfeldern wird von den Hausmeistern von den Hinterlassenschaften des Herbsts und Winters gereinigt. Es kehrt langsam wieder vermehrt Leben ein auf den Sportanlagen des Turnvereins.

Die Corona-Pandemie und die vielen Monate im Lockdown haben dafür gesorgt, dass viele Menschen die Bewegung und den Sport im Freien wieder mehr zu schätzen wissen. Und egal ob Corona oder nicht – wenn wir ehrlich zu uns sind, dann verbringen wir zu viel Zeit in geschlossenen Räumen.

Also dann, Sporttasche gepackt und raus in die Natur! Das Angebot des Turnvereins ist vielfältig und jeder kommt dabei auf seine Kosten. Und positive Nebeneffekte hat das Ganze auch noch.

Positive Nebeneffekte:

- Stärkung des körpereigenen Immunsystems
- Man tankt Sonnenlicht und Vitamin D
- Verbesserte Konzentrationsfähigkeit
- Höhere körperliche Leistungsfähigkeit
- Fördert die Entwicklung von Kindern
- Sport im Freien verursacht (fast) keine Heiz- und Energiekosten
- Entlastung von bestehenden Hallenkapazitäten

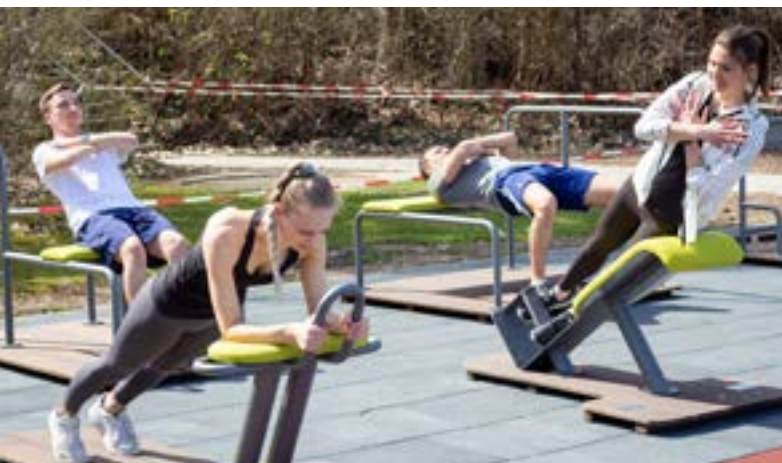
FAZIT: Sport draußen ist einfach schöner!

Wie wichtig Sportmöglichkeiten im Freien sind, hat uns die Corona-Pandemie noch einmal besonders deutlich gemacht. Entweder war Sport in Innenräumen komplett verboten oder nur unter massiven Auflagen möglich. Die Vereinsführung hat bereits vor Corona viel in die Außenanlagen investiert und hochwertige Sporträume geschaffen.

So gibt es beim Turnverein **seit 2012** eine der schönsten **Beachvolleyball**-Anlagen in ganz Bayern – Meinung des Autors – auf dem Sportgelände FC West. Im Jahr 2016 wurde Erlangens erster Mehrgenerationen-Sportpark, der **Vital-Park**, neben dem TV-Vital gebaut. Dann, im Jahr 2018, wurden die **hinteren Plätze** am Sportgelände am Europakanal aufwendig und hochwertig saniert. Neben einem Allwetter-Platz entstand auch ein neuer Kleinfeld-Kunstrasenplatz. Die „alte“ **Terrasse** der ehemaligen Gaststätte am Kosbacher Weg wurde 2021 zu einer Outdoor-Sportfläche umgenutzt. Und bereits seit 2017 gibt es die **Bodyweight-Station** direkt neben dem A-Platz für alle Fans der **Calisthenics** Übungen.

Neues Outdoor-Highlight im Turnverein

Seit Mai dieses Jahres gibt es nun den **TV48 FitnessPark** auf dem Sportgelände des TV 1848 Erlangen am Kosbacher Weg. Er besteht aus einer Fitnessfläche mit über 15 Allwetter Outdoor Fitnessgeräten sowie einer mit einem Sonnensegel überdachten Gymnastikfläche. Gerade letztere kommt auch dem Schulsport und den Wettkampfabteilungen zugute, sind ja die Schattenflächen nach der angeordneten Baumfällung am Kanal rar geworden.



Wie anspruchsvoll die Umsetzung dieser neuen Sportfläche war, zeigen die Vorgaben des Planers, des Herstellers und letztlich auch die Vorgaben des Bauamtes. Kaum war das Sonnensegel installiert, bekam es direkt die „Naturgewalten“ zu spüren. Die massiven Fundamente und Stahlstützen hielten Wind und Wetter stand, für das Segeltuch allerdings war der Regen zu viel und es musste noch einmal abmontiert werden. Eine Lösung ist bereits gefunden und so wird das Segel bald schon wieder den Sportlern Schatten spenden.

Weitere Informationen zum TV48 FitnessPark im Bericht auf Seite 15 oder unter www.tv48-fitnesspark.de

Outdoor-Sportarten im Turnverein

Outdoor-Training findet natürlich vor allem in den klassischen Ausdauersportarten statt: **Joggen, Radfahren, Nordic Walking** oder **Inline-Skaten** sind wohl die beliebtesten Beispiele. Alles Angebote, die es auch im Sport- und Kursangebot des Vereins bzw. in den jeweiligen Abteilungen gibt. Hinzu kommen Wettkampf- und Freizeitsportangebote wie **Tennis, Fußball, Beachvolleyball, Leichtathletik** und **Rugby**.

Aber auch die Mitglieder im Fitness- und Gymnastikbereich kommen beim Turnverein auf ihre Kosten und können ihren Sport ganz oder teilweise an der frischen Luft ausüben. So finden Angebote wie **Fitnessgymnastik, Pilates, Yoga** oder **Intervall Power** genauso im Freien statt wie die Stunden der **Wirbelsäulengymnastik** oder der **Herzsportgruppe**.

„Es gibt kein schlechtes Wetter, es gibt nur falsche Kleidung“ und wenn es dann doch einmal zu ungemütlich wird, dann gibt es ja immer noch die Möglichkeit, die Sportstunde wieder in die Halle zu verlegen. Übrigens, damit man auch im Hochsommer angenehm im Innenbereich trainieren kann, wurde 2019 im TV-Vital eine Kühlung installiert.

Sollten Sie jetzt beim Blick aus dem Fenster Lust bekommen, sportlich aktiv zu werden, dann fühlen Sie sich eingeladen, die vielfältigen Outdoor-Sportangebote des TV 1848 auszuprobieren.





36

Fachbereiche,
Abteilungen und
Sportgruppen

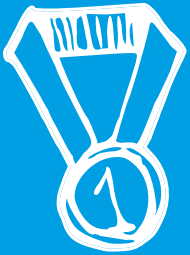
472

Sportstunden
pro Woche



312

Übungsleiter:innen



190x

Sportstunden für
Kinder und Jugendliche



148x

Ballsport

33x

Ausdauersport

13x

Athletik



57x

Kampfsport



89x

Gymnastik



25

Sportstätten



32x

Kraftsport



250

Kurse pro Jahr

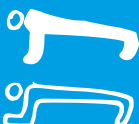


2250

Kursteilnehmer

16x

Tanz



13x

Reha- und Prävention



54x

Turnen





Sommerlicher Jahresempfang

ERFRISCHEND ANDERS

Text: Johannes Baßfeld
Foto: TV 1848

Ungewohnt anders war der diesjährige Jahresempfang des Turnvereins. Sowohl von der Zeit wie auch vom Ort her. Denn anstatt in die Jahn-halle lud der Vorstand seine Partner und Freunde pünktlich zum kalen-darischen Sommeranfang und noch rechtzeitig vor dem Erlanger Berg, zum „sommerlichen Jahresempfang“ an den Kosbacher Weg ein.

Nach zweieinhalb Jahren Corona-Krise war es an der Zeit, sich endlich wieder persönlich zu treffen und den Austausch mit den Partner:innen aus Wirtschaft, Politik und Vereinswelt zu suchen. In Anlehnung an das Mo-to der Einladung „Hinter uns liegen schwierige Zeiten und vor uns liegen große Herausforderungen“ gingen Matthias Thurek als 1. Vorsitzender des Erlanger Sportverbands und Dieter Bunsen, Bezirksvorsitzender des BLSV Mittelfranken, in ihren Grußworten auf die aktuell schwierige Situation der Vereine ein. Für den Turnverein begrüßte der 1. Vorsitzende Jörg Bergner die Anwesenden, gab Einblicke in die Belastungen des Vereins durch Corona in den letzten beiden Jahren und schilderte die bevorstehenden Herausforderungen für den Verein. Insbesondere die ge-stiegenen Energiekosten zwingen den Turnverein zum Handeln.

Matthias Thurek als Vorsitzender des Sportverbands und Präsi-dent des Turnerbunds richtete seinen Dank auch an die Stadt Erlangen und den BLSV, welche den Vereinen in diesen schwie-rigen Zeiten schnell und unbürokratisch geholfen haben. Er verwies auf das vermutlich für Deutschland einzigartige Förder-



programm der Stadt, welches es den Vereinen ermöglicht, sich „fit“ für die nächsten 20 bis 30 Jahre zu machen.

Für den BLSV überbrachte Dieter Bunsen die freudige Botschaft, dass die Vereinspauschale erneut verdoppelt werden soll und somit den durch Corona-Krise und Inflation gebeutelten Vereinen geholfen wird. Das Ministerium von Minister Herrmann setze sich dafür im Kabinett ein. Ziel muss es sein, den Sport vor Ort zu stärken. Dabei gilt es, Herausforderungen, wie sie unter anderem der künftige Anspruch auf Ganztagsbetreuung in den Schulen mit sich bringt, zu meistern. Er stellte fest: **„Sport im Verein ist der beste Sport“** und dem gab es nichts mehr hin-zuzufügen.

MyTeamShop

DIE VEREINS-KOLLEKTION FÜR ALLE TVLER

Text: Johannes Baßfeld

Foto: TV 1848

Dank der Kooperation mit MyTeamShop können Mitglieder und Freunde des Vereins nun „Farbe bekennen“ und offizielle Fan-Artikel im Online-Shop erwerben. Neben T-Shirts, Polohemden, Hoodies und Jacken für SIE und IHN findet man im Shop auch Artikel für Kinder sowie diverse Accessoires.

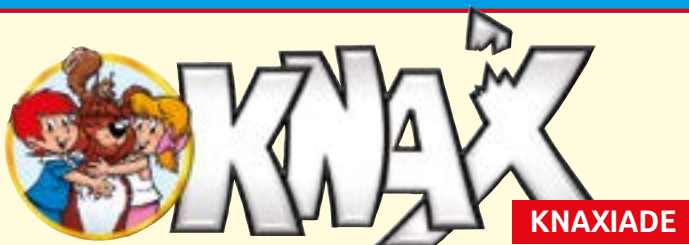
Seit Anfang Mai ist der Online-Shop des Turnvereins online und auch Abteilungen können dort eine eigene Kollektion an den Start bringen. Neben verschiedenen Designs können die Abteilungen auch eigene Ideen einbringen.

Neben den Merch- und Fanartikeln kann man über MyTeamShop auch Teamwear – also Mannschaftskleidung – beziehen. Hier haben die Abteilungen und Mannschaften die Auswahl aus den aktuellen Teamsport-Kollektionen vieler Marken (Jako, Hummel, Puma, Nike, Adidas, Erima, Derbystar, Joma). MyTeamShop bietet hochwertige Qualität, attraktive Sonderkonditionen und individuell gestaltbare Artikel. Den Onlineshop findet man unter: tv48-erlangen.myteamshop.de

Interessierte Abteilungen und Mannschaften können sich an die Geschäftsstelle wenden für mehr Informationen.



Das Spielfest
für die ganze Familie!



Einladung zur **35. KNAXIAD**

Sonntag, 3. Juli 2022
von 15:00 bis 18:00 Uhr

Turnverein 1848 Erlangen
Kosbacher Weg 75 | Sportanlage am Europakanal



Stadt- und
Kreissparkasse
Erlangen
Höchstadt
Herzogenaurach



Verlosung
und ein tolles
Rahmenprogramm
zum Mitmachen.

www.sparkasse-erlangen.de/knax

Können Rollstuhlfahrer klettern? Aber ja!

ROLLSTUHLGRUPPE ZU GAST IN COBURG

Text: Petra Wöhner (DAV Coburg), Romy Pawellek (TV 1848)

Foto: TV 1848

Die Rollstuhlsportgruppe für Erwachsene wird nun seit drei Jahren wieder von Romy Pawellek geleitet. Vor knapp 20 Jahren, als im Rahmen einer Diplomarbeit die Rollstuhlsportgruppe gegründet und dem TV 1848 Erlangen angeschlossen wurde, lag die Idee zugrunde, Rollstuhlfahrer*innen ein Breitensportangebot mit verschiedenen Sportmöglichkeiten anzubieten. In Anlehnung daran entwickelte sich in den letzten Monaten die Idee, „Klettern mit Rollstuhlfahrer*innen“ anzubieten.

In unserer Region gibt es noch kein Angebot, obgleich es in Erlangen und Nürnberg mehrere Kletterhallen gibt. Wir fanden das Team vom DAV Coburg, das schon seit 2014 Kletteraktionen für Menschen mit Behinderung veranstaltet und eine überaus engagierte, ausgebildete DAV Klettertrainerin für Menschen mit Behinderung hat, Petra Wöhner.

Am Samstag, den 22.01.2022, fuhren sechs Rollstuhlfahrer*innen der Kinder- sowie Erwachsenen-Rollstuhlsportgruppe des TV 1848 Erlangen nach Coburg in die absolut nicht rollstuhlgeeignete DAV Kletterhalle. Insgesamt waren sieben Rollstuhlfahrer*innen und zehn Trainer*innen und DAV Kletter*innen am Start. Alle waren gespannt und fürchterlich aufgeregt. Aber bald stellte sich heraus, dass die sechs Stufen in die Halle herunter die größte Herausforderung sein sollten und dass der Rest ziemlich viel Spaß machte. Da im Kletterzentrum bereits häufiger ähnliche Aktionen stattgefunden hatten, ging es ziemlich schnell mit Hilfe des erprobten Teams vom DAV Coburg zur Sache: Bald waren die passenden Gurte und Schuhe gefunden und etwas überrascht beäugt von den anderen Sportlern rollten die angehenden Kletterer zu den Einstiegen. Mit Hilfe von ein paar Tricks und Kniffen konnten alle ziemlich schnell erste Kletterversuche starten.

Besonders gut kamen Julius und Marvin zurecht, die teilweise bereits in der Schule Klettererfahrungen machen konnten. Komplett neu war das Klettern für den 8-jährigen Ferdinand, der zunächst Angst vor der Höhe hatte. Anfangs war der Blick aus 3 m Höhe für ihn das Maximum und noch dazu eine völlig neue Perspektive. Aber auch er war nach kürzester Zeit



schwer begeistert und kletterte, unterstützt vom Trainerteam, zügig höher und höher, bis er schließlich ganz oben ankam, in 11 m Höhe. Michael dagegen, der seine Beine nicht aktiv ansteuern kann, fand das Klettern herausfordernd, genoss aber die Chance mal wieder, gestützt durch das von oben kommende Seil, auf den eigenen Beinen zu stehen.

Beeindruckend war auch Philipps Freude am Klettern, der ebenfalls begleitet vom Team des DAV Coburg bis an die Decke kletterte. Nach drei Stunden waren alle Beteiligten fertig, aber sehr glücklich – egal ob Betreuende oder Kletternde. Noch Tage später kamen begeisterte Nachrichten, so dass wir uns einig waren, dass es eine Fortsetzung geben muss. Vielleicht kommen die Coburger diesmal nach Mittelfranken und schauen sich zusammen mit uns vom TV 1848 Erlangen die DAV Halle in Erlangen an.

Vier Wochen nach der Aktion in Coburg haben wir die Erlanger Kletterhalle auf Rollstuhltauglichkeit getestet und für gut befunden und würden uns freuen, wenn wir dort regelmäßig Klettertraining anbieten könnten. Denn das Wunderschöne am Klettersport ist, dass er für fast jede*n eine Möglichkeit bietet, sich auszutoben, einen Perspektivwechsel zu erleben, an Grenzen heranzutasten und an der eigenen Leistungsgrenze zu arbeiten.

Dazu braucht es möglicherweise ein paar Hilfestellungen, aber der DAV ermöglicht es seit 2016, dass Interessierte

einen Trainer C-Schein für das Klettern für Menschen mit Behinderung machen können. In dieser extrem lohnenswerten Ausbildung lernt man sämtliche Tricks und Kniffe, um Menschen trotz körperlicher Einschränkungen zum Klettern zu bringen. Der Lohn ist die unglaubliche Begeisterung, die in den Kletternden bei der ersten Berührung mit diesem Sport entsteht.





TV-Vital Gesundheitsstudio

AUSWIRKUNGEN DER CORONA-PANDEMIE

Text: Klaus Leutsch
Foto: TV-Vital

Wie viele andere Bereiche wurde der Sport, insbesondere auch die Fitness- und Gesundheitsbranche, besonders von den Auswirkungen und Einschränkungen der Corona-Pandemie getroffen. Für den TV 1848 mit seinem TV-Vital Gesundheitsstudio eine durchaus herausfordernde Situation. Wagen wir einen Rückblick auf die vergangenen zwei Jahre.

Lockdown

Mitte März 2020 trat der erste vollständige Lockdown in Kraft. Es folgte die Wiedereröffnung im Juni, ehe die erneute vollständige Schließung im November 2020 für Ernüchterung sorgte. Dass dieser zweite Lockdown noch wesentlich länger als der erste andauern würde, war zunächst nicht absehbar. Sieben Monate dauerte es, bis es im Juni 2021 unter erheblichen Auflagen wieder weiter gehen konnte. Erfreulicherweise zeigten sich viele Mitglieder solidarisch und ließen ihre Beitragszahlungen während der Lockdown-Phasen einfach weiterlaufen. Um Schadensbegrenzung zu betreiben, wurde erstmals das Thema „Online-Angebote“ aufgegriffen. Insgesamt hat allein das TV-Vital über 100 Kurs-Videos gedreht und über YouTube gestreamt. Hierfür gab es enorm viel positive Resonanz, sogar über unsere Erlanger Grenzen hinaus. Bis aus Österreich erreichten uns E-Mails mit Lob und Dank für die Bereitstellung der kostenlosen Onlinekurse. Auch die Entscheidung der Vereinsführung, keine Zusatzbeiträge während der

gesamten Schließungsphasen einzuziehen, hat größere Kündigungswellen abgeflacht. Dennoch sorgte bereits die erste, relativ kurze Schließung für einen deutlichen Mitgliederschwund, während die zweite ihr Übriges tat. So musste der TV 1848 einen Mitgliederverlust im TV-Vital von knapp 20 % hinnehmen, was einen Rückschritt von rund 10 Jahren bedeutete. Neben dem Mitgliederverlust sorgte die ungewisse Situation zusätzlich für den Verlust von mehreren, zum Teil langjährig bei uns tätigen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern.

Juni 2021 – es geht wieder los! Oder doch nicht?

Die zweite Wiedereröffnung brachte ständig sich ändernde Vorgaben mit sich, die es zu beachten galt. Es wurde alles dafür getan, den Mitgliedern ein sicheres Training zu ermöglichen. Zeitweise schien es so, als ob sich die Lage langsam entspannen würde.

Leider entspannte sich die Lage nicht: Im Herbst/Winter 2021 schwappte die nächste Corona-Welle über das Land. Darauf folgten neue gesetzliche Vorgaben, die zwar keine weiteren Schließungen der Fitnessstudios vorsahen, jedoch sorgten sie durch die kurzfristig eingeführte 2G+ Regelung für erschwerten Zugang zum Sport. Nachdem ohnehin ein Training nur mit Impfnachweis möglich war, mussten nun auch Geimpfte zusätzlich einen Coronatest vorlegen, bzw. durchführen.

Innerhalb eines Vormittags wurde der Eingangsbereich im TV-Vital in eine „Teststation“ umgewandelt und die Hauptaufgabe der Mitarbeiter bestand in der Durchführung und Kontrolle von Corona-Schnelltests.

Testen, testen, testen ...

In den ersten zwei Wochen wurden bis zu 150 dieser Tests pro Tag durchgeführt, welche die TV-Vital-Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter „nebenher“ beaufsichtigen mussten. Teilweise sorgte die 2G+ Regelung dafür, dass Sportlerinnen und Sportler kein Verständnis für die Vorgaben hatten. Unser Personal nahm den Unmut mancher auf sich, motivierte die Mitglieder dennoch zum weiteren Sporttreiben.

Damit die Mitglieder des TV-Vital weiterhin ohne großen Aufwand und vor allem unbesorgt in Bewegung bleiben konnten, spendete die Erlanger Schreiber Stiftung 2000 Corona Test-Kits. Der Erlanger Bundestagsabgeordnete Stefan Müller (CSU) und Ellen Schreiber (Schreiber Stiftung) waren gemeinsam im TV-Vital, um diese besondere Weihnachtsaktion aktiv mitzugestalten. Ein herzliches Dankeschön an Ellen, die uns als langjähriges TV 48 und TV-Vital Mitglied dieses Angebot ermöglichte.

Sport als Schutzfaktor

Vieles erforderte kurzfristige, schnelle Entscheidungen, rasches Handeln und



ein hohes Maß an Flexibilität. Die Entscheidungen waren stets an die behördlichen Auflagen geknüpft. Oberstes Ziel war es, der Fürsorgepflicht und Verantwortung gegenüber allen Mitgliedern, Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern gerecht zu werden und dennoch ein Trai-

ning zu ermöglichen. Die meisten Mitglieder hielten sich vor Ort vorbildlich an die Hygiene-Regeln. Die Konzepte und Einschränkungen wurden gut angenommen und das Feedback war weitestgehend positiv.

Dennoch hat die Pandemie gezeigt, dass der Sport im Allgemeinen bei den politischen Entscheidungsträgern und in der Öffentlichkeit teilweise nicht den Stellenwert genießt, den er verdient.

Wissenschaftliche Studien belegen, dass eine **gute körperliche Fitness eine wichtige Basis für eine erfolgreiche Krankheitsbewältigung** ist und als Schutzfaktor vor schwerwiegenden Verläufen bei Infektionserkrankungen wie COVID-19 dient. Regelmäßiges körperliches Training führt zu einer verbesserten Funktionalität des Immunsystems und ist, gepaart mit einer guten körperlichen Leistungsfähigkeit, für eine angemessene Immunreaktion des Körpers von wichtiger Bedeutung.

Laut Einschätzung des Deutschen Sportstudioverbands (DSSV), der Prüfungs- und Beratungsgesellschaft Deloitte und der Deutschen Hochschule für Prävention und Gesundheitsmanagement (DHfPG) sowie vieler Expertinnen und Experten bleibt die Fitnesswirtschaft weiterhin die Schlüsselbranche für Prävention, Fitness und Gesundheit. **Fitnessstudios sind zu einem elementaren Bestandteil der Gesundheitsversorgung geworden**, tragen zur Gesunderhaltung der Bevölkerung bei und helfen, Zivilisationskrankheiten vorzubeugen.

Vielleicht findet dies bei künftigen politischen Entscheidungen höhere Anerkennung – wir würden es uns wünschen.

Seit April dieses Jahres ist ein Training im TV-Vital wieder ohne besondere Einschränkungen möglich. Langsam kehrt die frühere Normalität zurück und wir blicken zuversichtlich nach vorne. Immerhin hat die Corona-Pandemie auch das Bewusstsein für den hohen Wert von Gesundheit geschärft.

Wer also das TV-Vital noch nicht kennt, sollte dies schnell nachholen! Unser Team freut sich auf dich!

IHR STEUERBERATER

RALPH SCHMID
STEUERBERATUNG

RALPH SCHMID
STEUERBERATUNG
RATHENAUSTRASSE 17
91052 ERLANGEN

TEL 09131.53 250 - 0
FAX 09131.53 250 - 28
INFO@STEUER-ERLANGEN.DE
WWW.STEUER-ERLANGEN.DE



Fitness- und Gesundheitsstudio



Qualität
seit über

★ **20** ★
Jahren

AKTIONSWOCHEN **TV-VITAL** **SOMMERANGEBOT**

JETZT TRAINING STARTEN UND
ERST AB SEPTEMBER ZAHLEN!
KEINE ANMELDEGEBÜHR +
JULI & AUGUST BEITRAGSFREI +
TV48 FITNESSPARK INKL.

*Gültig ab 1. Juli bis 31. August

TVE
1848

WILLKOMMEN IM TV-VITAL – MIT SICHERHEIT GUT TRAINIEREN
Ihr Fitness- und Gesundheitsstudio mit einzigartiger Lage und Atmosphäre in Erlangen!

TV-Vital | Dompropststr. 2 B | 91056 Erlangen | www.tv48-vital.de | 09131 - 480817

Das Training an der frischen Luft bekam durch Corona einen immer höheren Stellenwert, weshalb am 30.04.2022 der **TV48 FitnessPark** auf dem Gelände des TV 1848 Erlangen eröffnet wurde. Mitglieder des TV 1848 Erlangen können – Outdoor-Fitness-Pass vorausgesetzt – 15 Outdoor-Fitnessgeräte sowie verschiedene Fitnessangebote unter einer überdachten Gymnastikfläche zum individuellen und betreuten Training nutzen. Der **TV48 FitnessPark** umfasst verschiedene Stationen, so dass ein Training sowohl für Einsteiger als auch für Fortgeschrittene möglich ist. Zum einen gibt es die Calisthenics Station, an der mit dem eigenen Körpergewicht trainiert werden kann. Weiterhin die Geräte des Dr. Wolff Outdoor Campus, die zur Intensivierung der Rumpfstabilisation dienen und ideal für Einsteiger sind. Für Fortgeschrittene sind die Street Barbell Geräte mit individuell verstellbaren Gewichten optimal.

Der **TV48 FitnessPark** kann an allen Wochentagen von 8:00 bis 21:00 Uhr mit dem Outdoor-Fitness-Pass genutzt werden. Mitglieder des TV 1848 Erlangen können den Pass mit einem jährlichen Zusatzbeitrag von 40,00 € erwerben. Mitglieder des TV-Vital, des Kraftraum Jahnstraße und des Gymnastikforums erhalten den Fitnesspass auf Antrag ohne Zusatzbeitrag. Mit dem Erwerb des Outdoor-Fitness-Passes sind Sie zum Trainieren mit und ohne Anleitung während des gesamten Kalenderjahres berechtigt. Bevor Sie individuell an den Geräten des **TV 48 FitnessPark** trainieren, können Sie sich die richtige Handhabung während der betreuten Trainingseinheiten zeigen lassen. Ebenso können Sie das Kursangebot auf der Gymnastikfläche, die mit einem Sonnensegel überspannt ist, wahrnehmen.

Weitere Informationen unter: www.tv48-fitnesspark.de



Vision-Vital Kursplan

gültig ab 04.04.2022



Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag		
			14.00 - 14.45 Uhr Raum II Tänzerische Früherziehung ab 4 Jahre Brigita			
		14.40 - 15.25 Uhr Raum II Kindertanz I ab 3 Jahre Manuela	14.40 - 15.25 Uhr Raum I Kindertanz I ab 3 Jahre Manuela	14.55 - 15.55 Uhr Raum II Ballett 1 ab 6 Jahre Brigita	15.00 - 15.50 Uhr Raum I Latin Hip Hop ab 8 Jahre Ysmael	14.30 - 15.15 Uhr Raum II Tänzerische Früherziehung ab 4 Jahre Brigita
15.45 - 16.45 Uhr Raum II Latin Hip Hop ab 6 Jahre Ysmael	15.35 - 16.35 Uhr Raum II Kindertanz III ab 8 Jahre Manuela	15.35 - 16.35 Uhr Raum I Kindertanz II ab 6 Jahre Manuela	16.00 - 17.00 Uhr Raum II Ballett 2 ab 8 Jahre Brigita	16.00 - 16.50 Uhr Raum I Latin Hip Hop ab 10 Jahre Ysmael	15.30 - 16.30 Uhr Raum II Ballett 3 ab 11 Jahre Brigita	
17.00 - 18.00 Uhr Raum II Tanzakrobatik ab 8 Jahre Lisa	16.45 - 17.45 Uhr Raum II Dance Mix ab 10 Jahre Manuela			17.00 - 18.00 Uhr Raum I Video Clip Dance ab 12 Jahre Ysmael		
18.10 - 19.10 Uhr Raum II Tanzakrobatik ab 8 Jahre Lisa	17.45 - 19.10 Uhr Raum II Hip Hop ab 13 Jahre Gzim					

Aus den Fachbereichen 15

Warum ist das Trainieren der ischiocruralen Muskulatur wichtig?

INFORMATIONEN UND ÜBUNGEN FÜR EINE STARKE BEINRÜCKSEITE

Text: Lisa Süß
Foto: TV-Vital

Die ischiocrurale Muskulatur

Die ischiocrurale Muskulatur setzt sich aus dem M. biceps femoris (Beinbeuger), dem M. semitendinosus (Halbsehnenmuskel) und dem M. semimembranosus (halbmembranöser Muskel) zusammen und befindet sich auf der Rückseite der Oberschenkel. Diese Muskulatur ist für die Beugung des Kniegelenks, die Streckung des Hüftgelenks sowie für die Stabilisierung beider Gelenke und das am Kniegelenk gelegene vordere Kreuzband verantwortlich.



Wie kann die ischiocrurale Muskulatur trainiert werden?

Die ischiocrurale Muskulatur wird aktiviert, wenn das Kniegelenk gebeugt oder die Hüfte gestreckt wird. Diese Muskulatur kann im TV-Vital durch gerätestütztes Training sowie mit verschiedensten Hilfsmitteln auf vielfältige Weise trainiert werden. Im Folgenden werden drei Beispiele gezeigt:

Beinbeugung am Gerät

Durch eine Beinbeugung am Gerät „Leg Curl“ kann die ischiocrurale Muskulatur optimal isoliert aktiviert und durch Zusatzgewicht gestärkt werden. Das Training an unseren computergestützten Trainingsmaschinen mit Display ist technisch am einfachsten und lässt sich individuell auf den Sportler einstellen.



Beinbeugung mit dem Pezziball

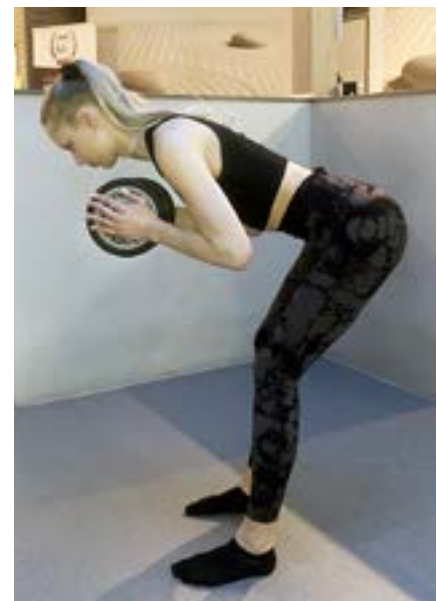
Mit Hilfe eines Pezziballs kann der Beinbeuger im Gegensatz zu dem Training am Gerät mit dem eigenen Körpergewicht durch eine Beinbeugung in Rückenlage gezielt beansprucht werden. Die Beinbeugung mit dem Pezziball ist technisch anspruchsvoller als die Beinbeugung an einer geführten Maschine, da hierbei vor allem die Rumpfmuskulatur zusätzlich für eine stabile Ausführung mitarbeiten muss. Außerdem erzeugt die Instabilität des Balles eine höhere Aktivierung der Muskelfasern und erhöht langfristig die Stabilität im Kniegelenk.



Hüftstreckung mit Good Mornings

Um die ischiocrurale Muskulatur durch eine Hüftstreckung zu aktivieren, kann eine Oberkörperaufrichtung mit Zusatzgewicht durchgeführt werden. Hierbei wird die Hüfte mit geradem Rücken und leicht gebeugten Beinen gebeugt und nach hinten geschoben. Die Aktivierung der ischiocruralen Muskulatur erfolgt durch das Strecken der Hüfte und das gleichzeitige Aufrichten des Oberkörpers. Diese Übung ist technisch am schwers-

ten von den gezeigten Beispielen. Good Mornings sollten unter fachkundiger Anleitung geübt werden, um die richtige Muskulatur zu aktivieren und die Ausführung technisch sauber zu erlernen.



Vorteile einer starken ischiocruralen Muskulatur

Im Training sollte die ischiocrurale Muskulatur nicht vernachlässigt werden, da sie für die Prävention von Verletzungen und muskulärer Dysbalancen sowie für mehr Leistung im Training verantwortlich ist. Verletzungen der Oberschenkelrückseite treten vor allem auf, wenn der Muskel überbelastet ist oder der Belastung nicht gewachsen ist. Regelmäßiges Trainieren dieser Muskulatur kann somit die Gefahr für Verletzungen minimieren und die Balance zwischen der Oberschenkelvorderseite und -rückseite optimieren. Zusätzlich kann eine ischiocrurale Muskulatur im Krafttraining mehr Leistung generieren, da diese Muskeln bei vielen Grundübungen wie z. B. Kniebeugen, Kreuzheben oder Ausfallschritten mitwirken. Aber auch jeder Sportler profitiert von einer starken Oberschenkelrückseite zum Beispiel Sprints, Sprüngen oder beim Antritt am Fahrrad. Deshalb macht es Sinn, diese Muskelgruppe ins regelmäßige Training mitaufzunehmen.

Kohlenhydrate – der schnelle Energieversorger

KEINE ANGST VOR DEM GRUNDNÄHRSTOFF

Text: Claudia Nüßlein

Foto: AdobeStock/evgenia sh

Definition Kohlenhydrate

Kohlenhydrate machen den größten Bestandteil der Ernährung aus und sind mit einem Brennwert von 4,1 Kilokalorien pro Gramm wichtige Energielieferanten sowie Treibstoff für die Muskulatur und das Gehirn. Zusammen mit Proteinen und Fetten gehören sie zu den drei Grund- bzw. Makronährstoffen.

Was sind Kohlenhydrate?

Kohlenhydrate sind „Zuckerketten“ und setzen sich aus einzelnen Zuckermolekülen zusammen, die in unterschiedlicher Anzahl und Art miteinander verbunden sind. Unterschieden wird dabei in Einfach-, Zweifach- und Mehrfach-, bzw. Vielfachzucker. Kurzkettige Zucker wie Einfachzucker (Glukose) und Zweifachzucker (Fruktose) können vom Körper schnell verwertet werden, sodass die enthaltene Energie direkt zur Verfügung steht. Da hierdurch der Blutzuckerspiegel sprunghaft ansteigt und schnell wieder abfällt, entsteht nur ein kurzes Sättigungsgefühl, welches Heißhunger auslösen kann. Im Gegensatz dazu müssen Mehrfach- und Vielfachzucker, die sogenannten komplexen Kohlenhydrate, zunächst in kleinere Teile zerlegt und dann einzeln verwertet werden, was ein langanhaltendes Sättigungsgefühl und einen ausgeglichenen Blutzuckerspiegel bewirkt.

Wieviel und welche Kohlenhydrate benötigt man pro Tag?

Die Aufnahme der drei Grundnährstoffe sollte im Rahmen einer gesunden Ernährung in einem ausgewogenen Verhältnis zueinander stehen. Dabei hängt der Tagesbedarf an Kohlenhydraten von dem individuellen Energiebedarf der Person ab, der durch Faktoren wie Alter, Körpergewicht und körperliche Aktivität beeinflusst wird. Von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung wird eine tägliche Mindestmenge von 140-180 g empfohlen.

Besonders langkettige, komplexe Kohlenhydrate, wie z. B. Kartoffeln, Vollkornprodukte, Gemüse, Hülsenfrüchte und verschiedene Obstsorten, sollte man bevorzugen, da diese zusätzlich viele Vitamine, Mineral- und Ballaststoffe enthalten.

Wichtiger Energieträger im Sport.

Insbesondere für kurzzeitige, intensive sportliche Belastungen sind Kohlenhydrate die wichtigsten Energielieferanten. Sowohl direkt nach sportlicher Belastung als auch 2-3 Stunden später sollten ca. 1,0-1,5 g Kohlenhydrate pro Kilogramm Körpergewicht zugeführt werden, um eine rasche Wiederauffüllung der zuvor beanspruchten Glykogenspeicher zu gewährleisten und Regenerationsprozesse zu fördern. Dauert eine sportliche Aktivität länger als 60 Minuten, so empfiehlt sich auch während der Belastung eine regelmäßige Kohlenhydratzufuhr, z. B. in Form von Saftschorlen, kohlenhydratangereicherten Getränken, Müsliriegeln oder Bananen.

Schlechter Ruf?

Kohlenhydrate haben bei vielen Menschen einen schlechten Ruf und werden als Grund für Übergewicht gesehen. Oft werden sie mit Low-Carb-Diäten assoziiert, was bedeutet, möglichst wenig Kohlenhydrate zu konsumieren. Allerdings sind Kohlenhydrate ein wichtiger Bestandteil einer ausgewogenen Ernährung und an essenziellen Stoffwechselprozessen beteiligt und sollten deshalb nicht aus der Ernährung ausgeschlossen werden.

Fazit.

Kohlenhydrate sind als Energielieferant also eine wertvolle Nährstoffgruppe in unserer Ernährung und viel besser als ihr Ruf. Wichtig ist dabei, welche Arten der Zuckerketten man zu sich nimmt sowie deren ausgewogene Integration in den Alltag. Denn ein zu hoher Zuckeranteil sollte vermieden werden. Aufschluss darüber geben die Nährwerttabellen auf den Lebensmitteln selbst. Beispielsweise sollte Ketchup nicht in hohen Mengen verzehrt werden, da in 100 g Ketchup 22,8 g Zucker enthalten sind. Mehr Informationen und eine Anwendung zur persönlichen Filterung der Referenzwerte für die Nährstoffzufuhr sind auf folgender Seite zu finden: <https://www.dge.de/wissenschaft/referenzwerte/>

Auch im TV-Vital stehen die Trainer*innen für Infos und Fragen zu diesem Thema gerne zur Verfügung.





Gründung der TV 48 Fußball Akademie

NACH DREIMONATIGER VORBEREITUNGSZEIT STARTET AB JULI DIE FUSSBALL-AKADEMIE

Text: Markus Bauer

Foto: AdobeStock/matimix/famveldman

Die Idee der TV 48 Fußball Akademie

Die Fußball Akademie wird im Zusammenspiel mit der Fußballabteilung, der Kindersportschule und der Ballschule im Verein agieren und zusammenarbeiten. Durch die enge Zusammenarbeit der drei Bereiche will man noch mehr Möglichkeiten für eine individuelle Entwicklung bieten. Das Hauptziel der Fußball Akademie ist es, allen die Möglichkeit zu geben, Fußball spielen zu können (Kindern, Jugendlichen, Erwachsenen), unabhängig von Alter, Erfahrung und ohne Mannschaftsbindung. Dazu zählt auch die individuelle Förderung des Einzelnen durch kleine Gruppen entsprechend der jeweiligen Altersklassen.

Die Angebote der 48er Fußball Akademie

Fußball-Kindergarten (3-4 Jahre)

Der Fußball-Kindergarten ist für alle fußballbegeisterten Kinder im Alter von 3 bis 4 Jahren, die Spaß an der Bewegung mit dem Ball haben. Die Freude am Fußball steht im Vordergrund. Es sollen spielerisch die ersten Erfahrungen mit dem Fußball gemacht werden. Der Fußball-Kindergarten findet immer einmal die Woche für jeweils 60 Minuten auf dem Sportplatz an der Heinrich-Kirchner-Schule statt.

48er Soccertreff

Der 48er Soccertreff ist das Freizeitfußball-Angebot in der Fußball Akademie. Bisher unter dem Namen "Kicktreff" bekannt. Beim Soccertreff gilt die alte Bolzplatz-Regel: Jede(r) kann trainieren und spielen. Es wird ohne Leistungsdruck gespielt. Eine Bindung an eine Mannschaft ist nicht nötig. Getreu dem Motto: "Kommen, kicken und Spaß haben". Aufgeteilt wird der Soccer-

treff auf vier Altersgruppen. 5 bis 7 Jahre, 8 bis 11 Jahre, 12 bis 15 Jahre, 16 bis 99 Jahre. Die Soccertreffs finden einmal wöchentlich für 60 Minuten auf dem Sportplatz der Heinrich-Kirchner-Schule statt.

48er Fördertraining

Das 48er Fördertraining ist ein Angebot für Spieler:innen, die bereits Erfahrungen im Fußball gesammelt haben. Dabei muss man allerdings nicht in einer Mannschaft beim TV 1848 Erlangen spielen. Mit unserem Fördertraining möchten wir allen die Möglichkeit bieten, ergänzend zum Vereinstraining und den Soccertreffs an den persönlichen fußballerischen Fähigkeiten und an den Defiziten zu arbeiten und die Stärken auszubauen. Ziel ist es, die Spieler:innen vor neue Herausforderungen zu stellen und dabei Spaß und Freude am Fußball zu vermitteln. Durch die Individualität in den kleinen Gruppen ist der Lernerfolg größer als in einem Mannschaftstraining. Unser Fördertraining beinhaltet die individuell technisch-taktische und koordinative Ausbildung, kognitive Förderung mit Elementen der Live Kinetik® Trainingsmethodik und auch die Persönlichkeitsentwicklung. Unsere Trainingseinheiten erfolgen individuell in kleinen Gruppen, aufgeteilt nach vier Altersstufen (5 bis 7 Jahre, 8 bis 11 Jahre, 12 bis 15 Jahre, 16 bis 99 Jahre). Das Fördertraining findet einmal wöchentlich für 60 Minuten am Sportgelände FC West statt.

48er Torwarttraining

Das 48er Torwarttraining ist ein wichtiger Baustein der Fußball Akademie. Das spezifische Training eines Torhüters wird oftmals nicht groß beachtet und vernachlässigt. Gerade die Torspieler

benötigen eine gute und ausreichende Ausbildung. Das Torwarttraining wird einmal die Woche angeboten. Das Training ist jeweils eine Stunde auf dem Sportgelände FC West und in zwei Gruppen (7 bis 11 Jahre und 12 bis 18 Jahre) aufgeteilt. Geleitet wird das Training durch ehemalige Torhüter mit Erfahrung.



48er Fußballcamp

Die Fußballcamps sind ein dreitägiges Highlight für alle Kinder von 6 bis 15 Jahren. Von jeweils 9:30 Uhr bis 15:30 Uhr heißt es: Spaß haben und Fußball spielen. Die Termine und weitere Informationen werden gesondert veröffentlicht.

Schnupperwochen vom 11.07.2022 bis 22.07.2022

Für alle Interessierten finden vom 11. Juli bis 22. Juli Schnupperwochen der einzelnen Angebote statt. Für eine bessere Planung bitte bei Markus Bauer vorab anmelden.

Nähere Informationen zur Anmeldung finden sie auf unserer Homepage. Für offene Fragen und einen persönlichen Austausch steht Ihnen der Leiter unserer TV 48 Fußball Akademie, Markus Bauer, zur Verfügung.

Kontakt: Markus Bauer
E-Mail: m.bauer@tv48-erlangen.de
Telefon: 0151-42036948



Durchblick!

Bei allen Versicherungs- und Finanzfragen



Geschäftsstelle
Christian Wagner

Jahnstr. 5
91090 Effeltrich
Tel 09133 7684808
chr.wagner@ergo.de
www.chr-wagner.ergo.de



ERGO

Unsere Herzsportler unterwegs

WANDERUNG AN DER KÜBELSBACHSCHLUCHT

Text: Burkhard Große

Foto: GW

Mit mehreren Autos fuhren 20 Teilnehmer von Bettinas Montags-Herzsportgruppen mit Partnern am 06. Mai nach Röckenhof/Kalchreuth. Die Autos wurden auf dem Parkplatz am „Gasthaus zum Schloss“ abgestellt.

Von dort starteten wir durch Röckenhof, vorbei an schönen alten Bauernhäusern und Wohnstallhäusern aus dem 18. Jahrhundert hinaus auf die Felder mit Pferdekoppeln zum „Kiberlasboch“, wie die Einheimischen ihn nennen. Hier schlängelt sich der Kübelsbach in einer tiefen, romantischen Schlucht zwischen Rhätsandstein talwärts. Er hat sein Bachbett in die Schichten des früheren Schwarzjura-Meeres geschnitten.

Der Kübelsbachschlucht folgten wir abwärts. Am Ende der Kübelsbachschlucht führte uns der Rückweg durch Hopfenfelder und einem kleinen Stück an der Straße.

Wieder in Röckenhof kamen wir „Am Dorfbrunnen“ raus, einem Ziehbrunnen von 1750 mit einer runden Sandsteinquadeinfassung, Sandsteinpfeilern und bierschwanzgedecktem Dach.

Auch war hier ein altes Dorfensemble zu bewundern mit einem Wohnstallhaus



Oberhalb der Schlucht warten die Wanderer auf ein paar Nachzügler.

aus dem 17./18. Jahrhundert und einem Wohnhaus mit Scheune Mitte 19. Jahrhundert.

Zum Mittag kehrten wir dann im „Gasthaus zum Schloss“ ein und stärkten uns mit Leberknödelsuppe, einem großen Schnitzel oder drei Bratwürsten auf Kraut.

aischparkdruck

Mediengestaltung | Druckerei | Werbetechnik

An den drei Kreuzen 12
91315 Höchststadt a. d. Aisch

Tel. 0 9193 50 33 50 0

www.aischparkdruck.de
info@aischparkdruck.de

**WASSERMANN
FLORISTIK**

Blumen & Pflanzen

*Ihr Nachbar an der TV Jahnhalle
persönlicher Lieferservice im gesamten
Stadtgebiet, Fleuroperservice weltweit*

Martinsbühler Straße 8 91054 Erlangen
Tel. 09131 / 2 41 70 Fax 09131 / 2 24 64
info@wassermann-floristik.de

Ukrainische Kinder trainieren Judo

SPASS IN DER JAHNHALLE

Text: Karin Kindel
Foto: Karin Kindel

Im März ist ein neuer Judo-Anfänger-Kurs gestartet. Immer mittwochs bietet dieses Training auch älteren Kindern die Möglichkeit, in den Judosport hineinzuschnuppern. Ziel ist es, erste Falltechniken und Würfe zu erlernen und gemeinsam Spaß auf der Matte zu haben. Nach fleißigem Üben können die Kinder dann nach ein paar Monaten die erste Gürtelprüfung ablegen, um anschließend in andere Trainingsgruppen zu wechseln.

Mittlerweile sind auch vier ukrainische Kinder fester Bestandteil der Mittwochsgruppe. Viktor, Kyryl und Danyl (vordere Reihe, rechts) sind mit viel Eifer dabei, die Grundlagen kennenzulernen. Lucia (hintere Reihe, zweiter von rechts) hingegen hat in seiner Heimat schon Judosport betrieben und kann durch das Training wieder seinem Hobby nachgehen.

Die Verständigung mit den anderen Kindern und Trainern funktioniert teils auf Deutsch, teils auf Englisch oder Russisch, aber größtenteils einfach durch Zuschauen und Mitmachen der Übungen. Am meisten Spaß haben alle Kinder bei gemeinsamen Spielen. Im Foto ist zu sehen, wie die Gäste versuchen, im Schildkrötenspiel einen anderen Jungen auf den Rücken zu drehen.



Osteopathische Behandlungen
für Säuglinge, Kinder, Erwachsene und Sportler

Ich freue mich auf Sie!



Werner-von-Siemens-Straße 18 • 91052 Erlangen

09131 - 9080189

www.osteopathie-roos.de

kontakt@osteopathie-roos.de

Bayerische Judo-Einzelmeisterschaft der MU15

ALEXANDER KINDEL IST BAYERISCHER MEISTER

Text: K. Emilius, C. Schüren

Foto: Claudia Schüren

Am 21. Mai 22 fand beim SV Gold-Blau Augsburg die Bayerische Einzelmeisterschaft der MU15 statt. Der TV 1848 Erlangen war mit drei Jungs angereist, die sich alle für die süddeutsche Meisterschaft qualifizieren konnten. In der Gewichtsklasse bis 43 kg startete Jonathan Harms mit einem Freilos und konnte sich in der zweiten Runde gegen Maximilian Zimmerling vom TSV Großhadern durchsetzen. In derselben Klasse kämpfte auch Alexander Kindel vom TVE. Er kämpfte in der ersten Runde siegreich gegen Vitus Ganter vom Budo-Club Ismaning und traf in der zweiten auf Mark Schuta, der für den Gastgeber antrat, unseren Alex jedoch nicht bezwingen konnte. Auch in seinem dritten Kampf gegen Korbinian Grischneder vom TuS Holzkirchen war Alex nicht zu bremsen. Im Finale standen sich somit die beiden Erlanger gegenüber. Bayerischer Meister wurde Alexander Kindel vom TVE, Vizemeister Jonathan Harms. Ebenfalls den zweiten Platz in seiner Klasse bis 60 kg erkämpfte Ben Oberender. Auch Benjamin Igney



Ben Oberender mit der Siegerurkunde

konnte sich in seiner Gewichtsklasse bis 50 kg für die süddeutsche Meisterschaft qualifizieren. Er landete auf dem dritten Platz. Ganz herzliche Glückwünsche und viel Erfolg bei der Süddeutschen!

Süddeutsche Einzelmeisterschaft der MU15

Am 28. Mai fand die diesjährige süddeutsche Meisterschaft der unter 15-jährigen Jungs im Baden-Württembergischen Backnang statt. Nachdem sich unsere Jungs auf der bayerischen Meisterschaft ein Wochenende zuvor alle qualifiziert hatten, fieberten wir spannenden Kämpfen entgegen. Alexander Kindel und Benjamin Igney konnten Erfahrungen sammeln, Jonathan Harms erreichte eine Platzierung und wurde Neunter.

Ben Oberender verlor seinen ersten Kampf in der Gewichtsklasse bis 60 kg, konnte sich dann aber in der Trostrunde souverän behaupten und drei Begegnungen in Folge mit Ippon für jeweils gelungene Uchi matas gewinnen. Damit erreichte er den dritten Platz auf dem Siebertreppchen, ganz herzliche Glückwünsche und ein dickes Dankeschön an die Betreuer und Trainerinnen. Damit endet die Meisterschaftsserie für das Jahr 2022.

Meinen Immobilienwert immer im Blick.

Sie wollen eine Immobilie (ver)kaufen?

Jetzt Wert ermitteln und Preis-Updates erhalten – kostenlos in wenigen Minuten mit der unabhängigen Wohnmarktanalyse Ihrer Sparkasse.

sparkasse-erlangen.de/preisfinder



sparkasse-erlangen.de/preisfinder



Zweite Bundesliga der Frauen

GEMEINSAM MIT DEM TSV ALTENFURT

Text: Sarah Grünewald

Foto: Jenny Skroblin

Der TV 1848 Erlangen stellt keine ganze Frauenmannschaft für die zweite Bundesliga, jedoch trainieren die Athletinnen vom TSV Altenfurt gemeinsam mit unseren Erlanger Judoka und diese ergänzen das Team auch mit geschickten Kämpferinnen.

So konnte Lisabeth Emilius bei der Begegnung gegen den SC Gröbenzell am 4. April 2022 ihre Kontrahentin nach nur wenigen Sekunden mit dem Bein in die Luft heben und zum Siegpunkt mit einem sehenswerten Uchi mata auf den Rücken werfen. Auch Jenny Rutka vom TSV konnte mit zwei gerollten Harai goshis punkten.

Nach zwei weiteren kampflosen Punkten war der Sieg bereits klar. Wiebke Hiesedding setzte noch eins drauf und erhöhte mit einem schönen Bodendreher zum 3:2.

Die Altenfurter Nachwuchskämpferin Anastasia Böhm gab sich angriffslustig wie immer und landete durch eine Unachtsamkeit am Boden im Haltegriff. Carlotta Anemüller und Jana Scharfensteins punkteten kampflos.

Zuletzt rundete Tanja Grünewald das Geschehen ab: Mit einem Fußwurf und anschließendem Hebel punktete die U21-Nationalkaderathletin in ihrem ersten Bundesligakampf zum Endstand von 6:1. Damit steht Altenfurt an Platz zwei der Tabelle.

Doch abseits der Matte zeigten die Gastgeberinnen vom TSV Altenfurt ein großes Herz: Die Einnahmen, die während des Kampftages durch den Verkauf von Getränken und Speisen generiert wurden, gingen an die Crowdfunding-Aktion der europäischen Judo-Union und wird dem Ukrainischen Judoverband zukommen.

**Machen Sie sich fit.
Wir halten Sie
gesund!**



APOTHEKER STEFAN THOMAS



Lerchen Apotheke

Möhrendorfer Str. 25a - 91056 Erlangen
Tel. 09131/41510 www.lerchenapotheke.de



föhrenapotheke

Filiale der Lerchen Apotheke
Dorfstrasse 49 - 91056 Erlangen
Tel. 09131/992649 www.foehrenapotheke.de

Bundesliga - Erlanger Judokas gegen JC Leipzig

HEIMPREMIERE - LEIDER OHNE SIEG

Text: Florian Schwob

Foto: Jonas Löffler

Zum ersten Mal in diesem Jahr durften die Erlanger Judoka am 07.05.2022 zuhause vor heimischem Publikum in der Bundesliga antreten. Zu Gast war der JC Leipzig, der auf dem Papier sicherlich immer der große Favorit gegen die Erlanger ist. Nichtsdestotrotz waren gerade gegen die Leipziger immer wieder kleine Wunder möglich gewesen, wie zuletzt bei dem 7:7 im vergangenen Jahr. Und so haben wohl Einige stets eine kleine Sensation vor Augen, wenn dieser Kampftag ansteht.

Damit sollte es aber heuer nichts werden. Schon der Start in den Kampf verlief äußerst ungünstig und Erlangen lag schnell 0:4 zurück. Der eine oder andere hätte an einem „Sahnetag“ sicher noch mehr rausholen können, aber Sahnetage gibt es nun mal nicht immer.

Den ersten Punkt fuhr dann **Tim Winsloe** in der Gewichtsklasse +100 kg ein und zeigte dafür eine bärenstarke Leistung, die die Euphorie in der Halle neu entfachte. **Dominik Röder** erwies sich ein weiteres Mal als Punktegarant und erkämpfte den zweiten Sieg für die graue Wand aus Erlangen. So stand es nach der Hinrunde 2:5 aus Erlanger Sicht.

Trotz starker Aufstellung für die zweite Hälfte und einigen guten Chancen, verlief die Rückrunde noch schlechter. Lediglich Dominik Röder konnte einen weiteren Punkt für die Erlanger gewinnen. Zu erwähnen bleibt allerdings, dass sowohl **David Lim** als auch **Tim Winsloe** verletzungsbedingt ihren Kampf beenden mussten, bis dahin ihre Gegner aber vollkommen dominieren konnten.

Am Ende steht ein etwas ernüchterndes 3:11 bei der diesjährigen Heimpremiere, aber die Erlanger haben an den nächsten beiden Samstagen wieder die Gelegenheit, es besser zu machen





Josia – hier beim Weitsprung.

Leichtathletik: Saisoneneröffnung

BEEINDRUCKENDE LEISTUNGEN UNSERER WETTKÄMPFER

Text: Marc Poncette
Foto: Abteilung

Während am Abend die bayerischen Meisterschaften der Langstaffel über 4 x 400 m und 3 x 800 m bzw. 3 x 1000 m am 30.04.2022 in Zirndorf stattfanden, durften vorher noch die Kinder und Jugendlichen im Vorprogramm auf den Sportplatz. Von unseren gemeldeten 10 Kindern und Jugendlichen fielen leider zwei wegen Krankheit aus.

Die anderen Teilnehmer hatten großen Spaß und zeigten gute Leistungen. Unsere beiden erfahrenen Sportler Anna-Lena und David konnten in ihren Disziplinen Weitsprung, Hochsprung und 100 m Sprint jeweils neue persönliche Bestleistungen erzielen. Die weiteren

sechs Wettkämpfer der U12, teilweise war es der erste oder zweite Wettkampf überhaupt, zeigten von Anfang an ihr Wettkampferherz, ließen sich nicht von der großen Anzahl an Wettkämpfern einschüchtern und erreichten gute Platzierungen. Einzelne Leistungen hervorzuheben, fällt hier echt schwer. Julia und Josia konnten in ihren Klassen jeweils einen Sieg erringen. Während Josia die 800 m in beeindruckender Manier in einer tollen Zeit von 2:53,10 gewann, ließ Julia beim Weitsprung alle anderen hinter sich und sprang 3,78 m.

Alle hatten auf jeden Fall viel Spaß und zeigten wirklich gute Leistungen.



Erzielte neue persönliche Bestzeit beim Sprint: Anna-Lena.





Sport im Fokus: Rugby

FAIRNESS UND RESPEKT WIRD HIER GROSSGESCHRIEBEN

Text: Jonathan Lorenz
Foto: TV 1848

Superbowl, 60 Minuten Spielzeit, unzählige Wechsel, Pässe in alle Himmelsrichtungen, mit Protektoren und Helmen geschützte Spielerinnen und Spieler: Das ist nicht Rugby, sondern der amerikanische Ableger davon. Beim Rugby dauert ein Match 80 Minuten, der Ball darf nur nach hinten geworfen werden und die Beteiligten tragen lediglich Trikot und Hose.

Rugbycoach Bastian Wölfel gewährt uns einen Einblick in eine der jüngsten im TV 48 Erlangen betriebenen Sportarten. Jugendliche, Frauen und Männer sind alle gern gesehen auf dem Spielfeld am Standort FC West. Jugendtrainer Sergio Nelegatti bietet für die derzeit 8- bis 13-Jährigen am Mittwoch um 17:30 Uhr ein eineinhalbstündiges Training an. Die Trainingsgruppe Erwachsene von derzeit 16 bis 20 Teilnehmenden (Frauen und Männer) sind bei Bastian montags und mittwochs ab 19 Uhr an der Reihe. Der Spaß steht hier an erster Stelle, trainiert wird Kraft, Ausdauer und Technik. Gerade die Technik ist beim Rugby essenziell wichtig: Die Spielerinnen und Spieler müssen schließlich in der Lage sein, einen Ball zu fangen, ihn zu passen und die Gegnerinnen oder Gegner so zu tackeln, dass man sie und vor allem sich selbst dabei nicht verletzt.

Ziel des anspruchsvollen Trainingsbetriebs ist die Teilnahme der Herrenmannschaft an Wettkämpfen des auch bei Olympia vertretenen 7er Rugbys. Bei dieser Form des Rugbys wird in Turnierform mit je sieben Spielern pro Mannschaft je zweimal sieben Minuten gespielt, die Turniere finden deutschlandweit statt. Die gemeinsamen Fahrten nach Frankfurt, Stuttgart oder München sind natürlich immer Highlights im Team. 2021 verpassten die Jungs bei ihrer ersten Teilnahme nur knapp den Einzug ins Finale der Bayerischen Meisterschaft und belegten einen sehr überzeugenden dritten Platz.



**Blaue Flecken: Ja.
Schlimmere Verletzungen: Nein!**

Rugby zeichnet sich durch seine Fairness aus, der Respekt wird unter den Sportlerinnen und Sportlern großgeschrieben. „Fußball ist ein Sport für Gentlemen, der von Hooligans gespielt wird, und Rugby ist ein Sport für Hooligans, der von Gentlemen gespielt wird“, so lautet ein treffendes Zitat aus dem Rugby-Ursprungsland England. Die Gegenspielerinnen und Gegenspieler werden nahe am Körperschwerpunkt getackelt, die Gliedmaßen befinden sich folglich nahe am Körper und es erfolgen stumpfe Kontakte. So werden die Rivalinnen oder Rivalen ohne Verletzungen zu Boden gebracht, indem sie einfach umfallen. Unkontrollierte Grätschen oder Schläge auf die Hände? Fehlanzeige.

7er und 15er Rugby sind die gängigsten Versionen des Rugbysports. Das 7er Rugby ist variabler, da weniger und kaum spezialisierte Spielerinnen und Spieler eingesetzt werden. 15er Rugby hingegen benötigt mehr Sporttreibende und ist deutlich komplexer. Hier werden Positionen wie beim Fußball wichtiger. Demzufolge eignet sich das 7er Rugby optimal, um die Grundlagen zu erlernen und bis ins höchste Niveau anzuwenden.

Zu den anfangs erwähnten Unterschieden zum American Football gehört auch, dass das Rugbyspiel mit deutlich weniger Unterbrechungen auskommt. Offensive und Defensive spielt dieselbe Mannschaft, die Spielerinnen und Spieler werden für die jeweiligen Spielszenen nicht ein- oder ausgewechselt.



Wie bei den meisten Sportarten gewinnt das Team mit den meisten Punkten. Eine Mannschaft erhält Punkte, wenn sie den eiförmigen Ball hinter der gegnerischen Grundlinie ablegt. Dabei dürfen die Akteure den Ball passen, mit ihm laufen oder ihn kicken. Beim erfolgreichen Ablegen, dem sogenannten „Try“ oder „Versuch“, erhält das Team fünf Punkte. Anschließend erhält es die Möglichkeit, durch einen Kick zwischen die Goalstangen zwei weitere Punkte zu erzielen. (Drop-)Kicks aus dem Spiel geben zudem drei Punkte.

Vom aufstrebenden Freizeitsport-angebot zur aufstrebenden Abteilung?

Seit 2019 bietet der Turnverein seinen Mitgliedern die Sportart Rugby an. Trotz der schwierigen Corona-Zeit kurz nach der Gründung bringt das Sportangebot derzeit ungefähr 50 Mitglieder aus verschiedensten Nationalitäten zusammen, z. B. aus Argentinien, China, Frankreich, Neuseeland, Portugal oder Spanien. Eine eigenständige Abteilung ist Rugby allerdings (noch) nicht, es ist momentan ohne Zusatzbeitrag im Freizeitsport angesiedelt.

Ein offizielles Frauenteam, eine Jugendmannschaft, die Etablierung einer 15er Rugby Herrenmannschaft im bayerischen Ligabetrieb und Sponsorenfindung: sind neben der Abteilungsgründung das die Ziele, die Bastian mit seinem Team im TV 1848 umsetzen möchte – ohne Zeitdruck.

Interessierte Sporttreibende (egal welchen Alters!) und Unterstützung jeglicher Art sind immer herzlich willkommen! Bringt am besten eure Freundinnen und Freunde gleich mit zum Training. Kommt hierfür einfach zu den Trainingszeiten zum Gelände FC West (St. Johann 40) oder kontaktiert im Vorfeld Bastian Wölfel und sein Team per E-Mail: rugby@tv48-erlangen.de. Werdet Teil dieses großartigen Sportangebots im Turnverein 1848 Erlangen!

Trainingszeiten

Kinder und Jugendliche: Mittwoch 17:30 – 19:00 Uhr
Jugendliche und Erwachsene: Montag 19:00 – 20:30 Uhr
Mittwoch 19:00 – 20:30 Uhr

DR·HOFER
ZAHNARZT am ANGER

- Professionelle Zahnreinigung
- Kinder- und Jugendprophylaxe
- Anspruchsvoller Zahnersatz
- Sportmundschutz

www.zahnarzt-hofer.de
09131 • 303434

Verstärkung
gesucht!



**IGEL
APOTHEKE**

Möhrendorfer Str. 1c
Tel 09 131 - 44 00 51
www.igel-apotheke.de

**Wir haben die
richtigen Mittel
gegen Muskelkater,
kleine Wunden und noch
viele mehr!**



Ihre Apotheke in Alterlangen
im Ärztehaus mit Dialysezentrum

**Wir kümmern uns gerne
um Ihre GESUNDHEIT!**

Trampolinturnen in der Jahnhalle

DA LÄCHELN AUCH UNKRAINISCHE KINDER

Text: P. Riazanova

Foto: R. Riazanov

Am ersten Tag der Osterferien bekamen wir in unserer Jahnhalle Besuch von einigen ukrainischen Kindern und Jugendlichen zusammen mit ihren interessierten Müttern, die vor dem Krieg aus Kiew bzw. Odessa geflohen waren. Dadurch, dass die Abteilungsleiterin Petra Riazanova zahlreiche Kontakte und verwandtschaftliche Beziehungen in die Ukraine hat, bot sich dieser Schritt an, zumal es auch an Übersetzern nicht mangelte. Wir dachten, dass sich die frisch eingetroffenen Kinder unbedingt einmal ablenken und entspannen sollten. Neugierig und zum Teil ängstlich kletterten die Kinder auf das große Wettkampfgerät, wobei sie von Petra und einer Übersetzerin betreut wurden.

Schon bei den ersten zaghaften Sprüngen schien die Anspannung abzufallen. „Oh, da kann ich bis in den Himmel springen!“, war nur ein freudiger Ausruf von vielen.

Auf diese Weise konnten diese Kinder wenigstens einmal für zwei Stunden an etwas anderes denken und hatten am Ende alle ganz stolze und glückliche Gesichter. Da diese Familien jedoch so bald wie möglich wieder zurück in ihr Heimatland zurück gehen möchten, hat sich keine längerfristige Mitgliedschaft für eines der Kinder ergeben.



Ihr regionaler Partner für

- **Neubau**
- **Um- und Anbau**
- **Modernisierung**
- **Instandsetzung**
- **Pflasterarbeiten**

Michael Kreiner

Georg-Krauß-Straße 17
91056 Erlangen

Tel: 09131 - 44 02 03

Fax: 09131 - 44 02 32

info@kreiner-bau.de

www.kreiner-bau.de

HUMMELMANN VON PIERER & KOLLEGEN

RECHTSANWÄLTE

- **INGO BARTELT**
FACHANWALT FÜR ARBEITSRECHT
ARBEITSRECHT – EDV-RECHT
- **PETER-AXEL HUMMELMANN**
FACHANWALT FÜR FAMILIENRECHT
EHE- UND FAMILIENRECHT
- **PETER KONRAD**
FACHANWALT FÜR VERSICHERUNGSRECHT,
FACHANWALT FÜR ERBRECHT, MEDIATOR (DAA)
ERBRECHT – ARZTHAFTUNGSRECHT
VERSICHERUNGSRECHT (MIT SCHADENSRECHT)
- **FELIX VON PIERER**
FACHANWALT FÜR VERKEHRSRECHT
VERKEHRSRECHT – STRAFRECHT – MPU
- **MARK ACHILLES**
FACHANWALT FÜR MIET- U.
WOHNUNGSEIGENTUMSRECHT
MIETRECHT – BAURECHT (ÖFFENTLICH UND PRIVAT)
- **UWE BARTELT**
FACHANWALT FÜR VERKEHRSRECHT
VERKEHRSRECHT – VERWALTUNGSRECHT – ZIVILRECHT
- **VANESSA BERGMANN**
RECHTSANWÄLTIN
ARBEITSRECHT – FAMILIENRECHT

Friedrichstr. 33, 91054 Erlangen
Tel. 09131/8867-0 Fax 09131/205646
www.kanzlei-hummelmann.de

IRONMAN Langdistanz Weltmeisterschaften

ST. GEORGE, UTAH AM 7. Mai 2022

Text: Stefanie Guillon

Foto: Privat

Interviewer (I): Hallo Matthieu, danke, dass du dir Zeit für unser Interview nimmst. Wie geht es dir?

Matthieu (M): Es geht mir sehr gut, die Erholung nach dem Wettkampf funktioniert besser als geplant.

I: Wie war die letzte Sportwoche in St. George?

M: Wir sind erst am Donnerstag vor dem Rennen schwimmen gegangen. Es war wenig los, nur Kristian Blumenfeld, Steffi und ich im 25 Yards Schwimmbecken. Danach kam Daniela Ryf noch dazu und hat viel Erfolg gewünscht. Am nächsten Tag trafen wir Kristian beim Laufsachen-Check-in wieder, also dachte ich: Meine Zeit-Planung muss gut sein. (Lacht)

I: Erzähl uns, wie dein Tag im SAND HOLLOW RESERVOIR mit 3,8 km Schwimmen angefangen hat.

M: Gerne, dank der Zeitumstellung (+8 Stunden) konnten wir ohne Schwierigkeiten um 3 Uhr morgens in der Stadt sein. Das Wasser war, mit ca. 17° C, frisch, aber gut mit „Neo“ zu schwimmen. Die Strecke war perfekt markiert, bis zwei Kilometer einfach zu sehen, auf dem Rückweg hatten wir ein wenig die Sonne beim Atmen in den Augen. Es war so ähnlich wie ein Brombachsee-Schwimmen, außer dass keine Bäume in Sicht waren. Es hat Spaß gemacht!

I: Sehr gut, danach ging es wahrscheinlich schnell auf das Fahrrad, wie sind die 2.200 Höhenmeter gewesen?

M: Die ersten 60 km enthielten schon mehrere ein oder einhalb Kilometer lange Anstiege, ich bin relativ entspannt gefahren, um Energie zu sparen. Die Luft hatte schon 25° C um 9 Uhr. Hauptsache viel trinken. Zwischen 60 und 100 km hatten wir besonders viel Gegenwind, bis zu 30 km/h und die Lufttemperatur hatte schon 30° C erreicht. Meine beiden Wasser-/Iso-Flaschen reichten gerade so von einer Verpflegungsstelle



Matthieu und Steffi Guillon bei der Langdistanz WM in St. George, Utah. Steffi war im Helfer-Team an der 1. Verpflegungsstelle der Laufstrecke aktiv.



Willkommen bei Auto-Berlacher:

Bei uns sind Sie richtig!



- ▶ Vorführ- und Werksdienstwagen
- ▶ Jahres-, und Gebrauchtwagen
- ▶ Service rund um's Fahrzeug
- ▶ Reparaturen für Pkw und Transporter

Ihr Ansprechpartner:
Michael Stünzendorf
Tel. 09131 768989

Mercedes-Benz

Auto-Berlacher

Auto-Berlacher GmbH
Autorisierter Mercedes-Benz Service und Vermittlung
Fürther Str. 66, 91058 Erlangen, Tel. (09131) 768989
www.auto-berlacher.de



krugmann
werbeagentur

Logik Grafik

Beschriftungen
Fotografie
Webdesign
Flyer
Broschüren

Visitenkarten

Fürther Straße 3 • 91058 Erlangen • Tel. 68 79 96-0
www.krugmann-werbeagentur.de

bis zur nächsten. In der 3. Flasche befand sich Gel-Ernährung, 400 g Kohlenhydrate insgesamt. Wir sind dann den GUNLOCK CANYON hochgefahren. Es ist ein langer, leichter Anstieg. Ähnlich wie vom Trubachtal bis nach Betzenstein, man steigt langsam auf 1.400 m Höhe. Es war ein wenig windgeschützt, dafür trocken und heiß. Gegen Schluss fährt man eine Rampe, genannt „The Wall“, aus dem Canyon, und dann weiter vier bis fünf Kilometer, bevor man endlich abwärts zurück nach St. George fährt. Mit Seitenwind ist das alles andere als angenehm. Dann folgten nur noch 40 km durch den SNOW CANYON.

I: War es dann dort kalt?

M: Immer noch 30° C. Ich denke, der Name kommt von den weißen Steinen, die sich mit den roten Felsen mischen. Dieser Canyon war kürzer, vielleicht zehn Kilometer insgesamt, aber auch steiler. Am Schluss (nach 160 km) kommen nochmal 1,8 km mit 7,5 % Steigung. Es ging mir noch gut, ich merkte aber, dass die Strecke insgesamt viel Kraft forderte.

I: Und damit kommst du zum Laufen, was dir meistens gefällt.

M: Ja, wir sind in der Stadt St. George angekommen, an dem bekannten Kreisel. Das Fahrrad wurde von dem Helfer abgeholt und dann ging es ins Wechselzelt. Ich konnte noch durchjoggen. Ich sah viele Athleten, die vor mir ankamen, sich zwar schon umgezogen hatten, aber völlig erschöpft auf ihrem Stuhl

lagen. Umgezogen ging es los in Richtung Marathon. Links abbiegen und es ging schon los mit dem ersten Berg hochlaufen. Fünf Kilometer.

I: Wie schlimm war es dann?

M: Also bei uns könnte man es mit Kalchreuth vergleichen. Der Marathon bestand daraus, viermal hoch und runter. Die erste Runde ging so, in die zweite Runde musste ich den Anstieg eher gehen. Ich dachte, es dauert noch ewig. Für den dritten und vierten Anstieg konnte ich mich doch noch auf ein leichtes Joggen einstellen. Ich war im März einen Marathon in 2:59 Stunden gelaufen, hier musste ich mich mit 4:30 Stunden zufriedengeben. Verdauung und Trinken gingen aber immer noch gut.

I: Und damit in 12 Stunden und 7 Minuten am Ziel angekommen. Das muss man erstmal schaffen!

M: Danke, genau. Es bleibt das oberste Ziel beim Triathlon. Egal was kommt, man stellt sich der Herausforderung mit den drei Sportarten, um das Ziel zu erreichen.

I: Dankeschön für das Interview und herzlichen Glückwunsch für diese tolle Leistung.

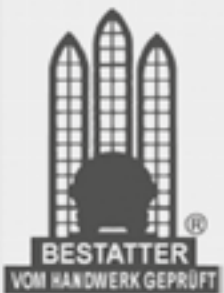
M: Vielen Dank.

Gesamtzeit, 12:07 Std., AK 121./380, Gesamt 703./3500

Bestattungshaus
Hans Utzmann
Erstes Erlanger Bestattungsinstitut

- ✚ In der vierten Generation stehen wir Ihnen mit all unserer Erfahrung helfend zur Seite.
- ✚ Wir sind jederzeit für Sie erreichbar.
- ✚ Unsere neue Trauerhalle und die Aufbahrungsräume geben Ihnen die Möglichkeit, von einem geliebten Menschen in einem freundlich gestalteten Ambiente Abschied zu nehmen.

91052 Erlangen · Marie-Curie-Straße 40
Neunkirchen 0 91 34 / 12 42
Telefon 0 91 31 / 2 56 40


BESTATTER
VOM HANDWERK GEPRÜFT

Jeder Mensch ist ein besonderer Gedanke Gottes
Paul de Lagarde

www.bestattungen-utzmann.de
info@bestattungen-utzmann.de
Telefax 0 91 31 / 2 43 08

Unsere Triathlon-Sponsoren



Wir sehen uns am Kanal!

Die Anmeldung für den 31. M-net Erlanger Triathlon läuft noch!

ES GIBT NOCH EIN PAAR PLÄTZE FÜR DIE KURZDISTANZ, DIE MITTELDISTANZ,
UND GANZ NEU: UNSERE STAFFELN!!!

Text: Steffi Guillon

Du hast noch nie einen Triathlon gemacht, bist aber neugierig geworden?

Dann sichere dir einen Staffelplatz! Ob mit Vereinskollegen, Freunden, Arbeitskollegen oder deiner Familie - bildet euer Team und genießt die einzigartige Atmosphäre beim M-net Erlanger Triathlon - zu Dritt macht's gleich noch mehr Spaß!

Start ist am Sonntag, den 24.7.2022, ab 9:00 Uhr zusammen mit den Einzel-Triathleten.

Alle Infos zu den Staffeln findest du in unserer Ausschreibung unter www.erlangertriathlon.de

M-net Kurzdistanz-Staffel

1. Staffel-Teilnehmer: 1,5 km Schwimmen (Mindestalter 14 Jahre)
2. Staffel-Teilnehmer: 43 km Radfahren (Mindestalter 15 Jahre)
3. Staffel-Teilnehmer: 10 km Laufen (Mindestalter 14 Jahre)

M-net Mitteldistanz-Staffel

1. Staffel-Teilnehmer: 2 km Schwimmen (Mindestalter 14 Jahre)
2. Staffel-Teilnehmer: 86 km Radfahren (Mindestalter 17 Jahre)
3. Staffel-Teilnehmer: 21 km Laufen (Mindestalter 16 Jahre)

 **MAYER**
MALER UND AUSBAU

Sonnenstraße 23 b
91058 Erlangen

Telefon: 09131-71980 Telefax: 09131-719858

www.maler-erlangen.com

GRÜSKE
IMMOBILIEN SEIT 1966

Boris Gröske

Dipl.-Betriebswirt (BA)
Immobilienmakler (IHK)
Sachverständiger für Immobilienwertermittlung (TÜV)

Gröske Immobilien e.K.
Dompfaffstraße 124
D-91056 Erlangen

Tel. 09131/ 2 42 64
Fax 09131/ 2 42 65

info@grueske-immobilien.de
www.grueske-immobilien.de

 **SONTOWSKI
& PARTNER
GROUP**

 **FAHRRADECKE
ERLANGEN** >>

 **AOK**
Die Gesundheitskasse.
BAYERN

Konditionstraining am Montag in der Heinrich-Kirchner-Halle

WER HAT LUST MITZUMACHEN?

Text: Dr. Bianca Schnupp
Foto: Klara Petsch

„Im Volksmund verbindet man Kondition – fälschlicherweise – meist nur mit dem Begriff Ausdauer.“ So schreibt Wikipedia und die wissen es. Wer am Montag zu Klara ins Konditionstraining kommt, der kapiert sofort: Kondition ist mehr! Kraft gehört auch dazu und Schnelligkeit und Koordination und Beweglichkeit. All dies (und natürlich auch die Ausdauer) trainiert Klara Petsch in höchst abwechslungsreichen Einheiten.

Mal werden die Hanteln herausgeholt, mal sind die Medizinbälle dran, mal erleben wir, was man mit den ollen Bänken in der Halle alles machen kann! Regelmäßig gibt es ein ansprechendes Zirkeltraining. Immer bleibt das Vermögen der Teilnehmer im Blick: Knieschonung ist angesagt, oft auch Nackenschonung. Zugleich aber werden alle gefordert, die Komfortzone zu verlassen, sich so anzustrengen, dass der Trainingseffekt spürbar wird.

Auch die inneren Organe werden via Zwerchfellreizung aktiviert: Es gibt immer was zu lachen! Spätestens beim Spiel am Schluss, ob das nun Indiaci ist oder Ball über die Schnur oder eine Völkerballvariante. Das Dehnen wird nie vergessen. Wenn es warm genug ist, gehen wir nach draußen.

Es gibt noch freie Plätze, kommt einfach vorbei: immer Montag, 19:00 Uhr, Heinrich-Kirchner-Halle bzw. Sportplatz. Voraussetzung für die regelmäßige Teilnahme an dieser tollen Sportstunde ist die Mitgliedschaft im Sportverein TV 48 Erlangen.



**Unabhängig
bleiben**

Die bessere Alternative

ÖLHEIZUNG BEHALTEN

und in Zukunft mit E-Fuels CO₂-neutral heizen

Sie haben eine Ölheizung, wissen aber nicht, ob diese auch in Zukunft weiter betrieben werden darf?

Unsere Energie-Experten sagen:

„Ihre bewährte Ölheizung kann bleiben und zukünftig mit dem grünen Brennstoff E-Fuels betrieben werden!“

Sparen Sie sich ihr Geld für den teuren Austausch.

Wir verraten Ihnen wie's funktioniert!

Beer ENERGIE
Klimaschonende Zukunftslösungen

Tel. 0911 456 04



Aktuelle Infos zur unabhängigen
Wärme-Energieversorgung

beer-energien.de



Im März zog eine ukrainische Familie zu uns

IN GEDANKEN IMMER IN DER HEIMAT

Text: Burkhard und Bettina Große

Foto: privat

Von 2004 an wohnte die 20-jährige BWL-Studentin Katja aus Charkiw drei Jahre bei uns. Sie absolvierte ihr Studium mit Erfolg und fand einen Job in Nürnberg. Nach Ausbruch des Krieges nahm Katja in ihre Fürther Wohnung fünf Ukraineerinnen mit Kindern auf. Dann fragte sie uns, ob wir auch geflüchtete Ukrainer aufnehmen könnten. Da unsere Zimmer gerade wieder frei geworden sind - der bei uns wohnende Student ist nach Bayreuth gezogen, um dort weiter zu studieren - sagten wir zu.



Wir fünf Urlauber am schönen weiten Sandstrand von St. Peter-Ording



Aus dem ehem. königl.-bayer. Weizenbräuhaus zu Nürnberg.

Am 14.3.22 brachte uns Katja dann ihre 37-jährige Freundin Yuliia, deren 7-jährigen Jungen Wanja und dessen 59-jährige Oma Olga, die nach langer Reise mit dem Auto über Lemberg an der polnischen Grenze von dem Bruder unserer Studentin abgeholt wurden. Zum Glück konnten alle Englisch, so dass eine Unterhaltung möglich war. Dank Bettinas Einsatz lernten sie jedoch schnell Deutsch, so dass nunmehr bei langsamer Aussprache eine Verständigung auf Deutsch möglich ist – wir fallen aber immer wieder ins Englische zurück. Bettina setzte sich für Wanja ein, dass er in der Dorfschule in einer Klasse unterrichtet wird, in der er zusätzlich Förderunterricht erhält. Nun hat er eine schwierige Aufgabe: Das Gerchla- und das Frankenlied für das Johannisfeuer in Büchenbach zu lernen. Das Frankenlied haben wir gemeinsam auf dem Staffelberg geprobt. In der 2. Woche der Osterferien fahren wir alle in eine Ferienwohnung an der

Nordsee, was unsere Ukrainer sehr genossen.

Beim TV 1848 gehen die beiden Frauen mit Bettina zum Seniorensport und manchmal zur Wirbelsäulengymnastik. Das Letztere geht z.Zt. aber nicht, da Yuliia eine Arbeitsstelle gefunden hat, so dass es ihr zeitlich nicht mehr passt. Montags geht der Junge begeistert in den „Sport nach 1 – Sporttreff“. Von Bettinas Sportteilnehmern kamen viele Geld- und Sachspenden, über die sich unsere Ukrainer sehr freuten. So hatten sie genug Bekleidung zum Anziehen.

Unsere Ukrainer fühlen sich zwar wohl bei uns, sie denken aber immer an zuhause. Denn man darf nicht die schrecklichen Nachrichten aus der Ukraine und besonders Charkiw vergessen, die sie sehr beunruhigen. Der Vater musste in der Ukraine bleiben, wurde aber als Arzt von Charkiw nach Lemberg versetzt, da seine Klinik zerstört wurde.



Verstärkung in der Verwaltung

NEUE GESICHTER IN DER GESCHÄFTSSTELLE

Text: L. Süß
Foto: TV-Vital

Seit dem 01.10.2018 ist Lisa Süß und seit dem 01.01.2020 ist Claudia Nüßlein Teil des TV 1848 Erlangen. Bislang waren die beiden Studentinnen hauptsächlich im vereinseigenen Fitness- und Gesundheitsstudio TV-Vital tätig. Claudia studiert derzeit Gesundheitsmanagement an der deutschen Hochschule für Prävention und Gesundheitsmanagement. Außerdem trainiert sie in der Badmintonabteilung die Kinder- und Jugendmannschaft und spielt selbst seit Kindesalter Badminton beim TV 1848 Erlangen. Ebenso hat auch Lisa Gesundheitsmanagement studiert und erlangte im März 2022 den Bachelor of Arts. Sie ist im TV-Vision Vital, TV48 FitnessPark und beim Geräteturnen vertreten und turnte bis 2018 im Wettkampf- und Leistungssport. Ab sofort verstärken Claudia und Lisa das Team in der Geschäftsstelle am Kosbacher Weg und freuen sich auf die weitere Zusammenarbeit mit dem TV 1848 Erlangen.



Lisa Süß



Claudia Nüßlein



100% GRÜNSTROM*

BESSER FÜRS KLIMA – BESSER FÜR MICH

* ERconomy proNatur – 100 % Sonne, Wasser, Wind

STROM | WÄRME | ERDGAS | WASSER | STADTBUS | BÄDER

... nichts liegt näher
www.estw.de

ESTW
ERLANGER STADTWERKE



Gutes Hören ist Lebensqualität

HÖRGERÄTEAKUSTIKER FERDINAND FRIEBE
VOM HÖRSTUDIO ELKE LANGE INFORMIERT ZUM THEMA HÖRVERLUST

Text: Susanne Bergner (auf Basis des Vortrags von Herrn Friebe)
Foto: TV 1848

Am 16. Februar wählten sich einige am Thema interessierte Zuhörer in den virtuellen Vortrag des TV 1848 ein, um den Ausführungen des Hörgeräteakustikers Ferdinand Friebe zu folgen. Nach der Begrüßung durch unseren Vorstand Johannes Baßfeld, der sich dankenswerterweise um die technische Organisation der Online-Vorträge kümmert, führte uns Herr Friebe mit dem Credo „Sehen verbindet mit Dingen – Hören mit Menschen“ erst einmal philosophisch ins Thema ein. Somit könne man Hören auch als Sinn des Lebens verstehen.

Mit seinen sehr plastischen ersten Folien erklärte uns Herr Friebe bildhaft den Aufbau und die Funktion des Gehörs und schaffte die Grundlagen zum Thema Hören.

Wichtiger Hinweis zu Beginn: Eine Schädigung des Mittelohrs lässt sich oft durch den HNO-Arzt beheben. Beim normal Hörenden sorgen natürliche Hörfilter im Ohr für ein Herausfiltern von 70 % der für das Gehirn „unwichtigen“ Informationen. Diese Filter arbeiten bei Hörverlust zunehmend schlechter, was eine u.U. deutliche Mehrarbeit für das Gehirn bedeutet.

Wir hören mittels der Haarsinneszellen - sind diese geschädigt, hört man meist hohe Töne schlechter als tiefe.

Gründe für den Hörverlust stellte uns Herr Friebe folgende vor:

- Alter
- dauerhafte Lärmbelastung
- Lärm- bzw. Knalltrauma
- genetisch (von Geburt an)
- akute Erkrankungen (v.a. des Ohres)
- Stress und daraus resultierender Tinnitus

Ein bedauerlicher Fakt: Von 14 Millionen Hörgeschädigten tragen nur 2,5 Millionen ein Hörsystem. Dies begründete Herr Friebe so, dass Einige dies nach wie vor als „Krücke“ sehen, andere unterschätzen den Hörverlust und auch dessen Folgen.

Eine erstaunliche Tatsache: Oft dauert es bis zu sieben Jahre, in denen eine schleichende Hörminderung hingenommen wird, dabei kann das Fortschreiten einer Hörschädigung oft fast gestoppt werden, wenn nur rechtzeitig eine Korrektur erfolgt.

Per Audiogramm stellt entweder der HNO-Arzt oder der Hörgeräteakustiker im Hörstudio fest, wie weit die Hörschädigung fortgeschritten ist. Nach dem Hörtest erfolgt eine ausführliche Beratung – zunächst können verschiedene, sorgfältig ausgewählte Hörsysteme probiert werden (drei bis acht Termine). Am Ende wird ein individuell maßgeschneidertes Hörsystem angepasst, das wieder eine aktive Teilnahme am Leben ohne Einschränkungen ermöglicht. Krankenkassen beteiligen sich an den Kosten mit einem Festbetrag.

Im Allgemeinen beschrieb Herr Friebe aktuelle Hörsysteme als kleine technische Meisterwerke.

Seine hochinteressanten Ausführungen beendete der Fachmann mit einer Vorstellung der Neuheiten auf dem Hörsystememarkt: duale Prozessortechnik sowie Drei-Mikrofon-Technologie und lud sehr herzlich zu einem persönlichen Beratungsgespräch vor Ort in das Hörstudio Lange, Weisendorfer Str. 1 A, in Dechsdorf ein.

HÖRSTUDIO ELKE LANGE

GEMEINSAM LANGE HÖREN!

Empfehlen Sie uns. Weitersagen lohnt sich!



Sparkasse Erlangen

VERLÄSSLICHER PARTNER ÜBER JAHRZEHNTE HINWEG

Wer kennt es noch, das rote Sparkassenbuch und die gute alte Spardose? Von klein auf haben die Eltern uns gelehrt, sparsam zu sein, Oma und Opa haben immer mal eine Münze in die Spardose geworfen. Das Klappern der Dose hörte sich vielversprechend an, was man sich wohl alles dafür kaufen kann?

Spätestens zum Weltspartag wurde sie geöffnet und zugeschaut, wie die vielen unterschiedlichen Münzen und dazu auch der eine oder andere Geldschein von einem Sparkassenmitarbeiter gezählt wurden. Man war richtig stolz auf sein erspartes Vermögen, das dann in das Sparkassenbuch eingetragen wurde. So lernten wir als Kinder das Sparen und langsam den Umgang mit Geld. Natürlich hat sich seither Einiges geändert, die Spardose hat nahezu ausgedient und auch das rote Sparkassenbuch sieht man immer seltener. Geblieben ist aber das Engagement der Sparkassen, den Kindern den Spargedanken näher zu bringen.

Dies tut sie weiterhin mit dem Weltspartag oder dem Schulsparen. Und auch der unter den Kindern sehr beliebte Knax-Kurier befasst sich mit allerlei Themen rund ums Geld. Bereits seit 1974 bestehen Didi und Dodo mit ihren Freunden jedes Abenteuer gegen die Fetzensteiner. Der eine oder andere Leser kann sich bestimmt noch an diese Comics erinnern.

Unser ehemaliger Leiter der Geschäftsstelle in der Schallershofer Straße, Herr Klaus Wilhelm, war als Schatzmeister eng mit dem TV 48 Erlangen verbunden. Gemeinsam mit seinem Kollegen Rainer Dorn sowie Günther Beierlorzer vom TV 48 Erlangen wurde die Idee für ein Spiel- und Spaßfest für die ganze Familie, die Knaxiade, entwickelt. Es ist unsere älteste Knaxiade, die schon längst Tradition geworden ist und dieses Jahr bereits zum 35. Mal ausgerichtet wird. Besondere Highlights in den ersten Jahren der Knaxiade waren der Absprung von Fallschirmspringern oder als Hauptgewinn der Flug in einem Heißluftballon.

Darüber hinaus findet unser Engagement für die Region sehr vielfältig statt. Besonders im Bereich Spenden und Sponsoring unterstützen wir soziale, kulturelle, kirchliche und sportliche Maßnahmen oder Veranstaltungen, die insbesondere auch dem Nachwuchs zu Gute kommen.

All unserem sozialen Engagement geht jedoch eines voraus, das sind unsere Kundenbeziehungen. Gerne begleiten wir Sie in jeder Lebensphase mit speziell darauf abgestimmten Produkten. Fragen Sie unsere qualifizierten Mitarbeiter, sie sind Ihnen bei allen finanziellen Fragestellungen gerne behilflich und werden Sie lösungsorientiert beraten.



Nicht nur „Wenn's um Geld geht...“ sondern auch „Wenn es um den Sport geht...“ ist die Stadt- und Kreissparkasse Erlangen Höchststadt Herzogenaurach ein verlässlicher Partner für den Turnverein. Das Engagement der Sparkasse beim Turnverein ist so vielfältig wie das Angebot des Vereins. Wie tief verwurzelt diese Partnerschaft ist, zeigt insbesondere die erfolgreiche Geschichte der Knaxiade, die dieses Jahr bereits zum 35. Mal ausgerichtet wird.

Auch in schwierigen Zeiten, wie in den letzten beiden Corona-Jahren, steht die Sparkasse zu ihren Partnern. Das ist nicht selbstverständlich und zeugt davon, wie stabil die Partnerschaft zwischen dem Turnverein und der Sparkasse ist.

Als Projektpartner der KiSS und des Vision-Vital unterstützt die Sparkasse die Kinder- und Jugendangebote im Verein. Dazu kommt das Sponsoring in den Abteilungen u.a. bei Judo und Triathlon. Aus der Partnerschaft mit der Sparkasse entstehen immer wieder neue Ideen und Impulse und insbesondere in Hinblick auf das Jubiläumsjahr 2023 wird es sicherlich das eine oder andere Highlight geben, lassen Sie sich überraschen.



Das Spielfest
für die ganze Familie!



KNAXIADE

Einladung zur
35. KNAXIADE

Sonntag, 3. Juli 2022
von 15:00 bis 18:00 Uhr

Turnverein 1848 Erlangen
Kosbacher Weg 75 | Sportanlage am Europakanal



Stadt- und
Kreissparkasse
Erlangen
Höchstadt
Herzogenaurach



Verlosung
und ein tolles
Rahmenprogramm
zum Mitmachen.

www.sparkasse-erlangen.de/knax

Vor 50 Jahren, im Jahre 1972

- o lief die erste Folge von Raumschiff Enterprise
- o erschien die erste Ausgabe des Playboy in Deutschland
- o waren die 20. Olympischen Spiele in München
- o war Klaus Wolfermann Sportler des Jahres
- o gewann der FC Schalke 04 den DFB-Pokal

und wurde die A-Jugend- und 1. Männermannschaft des TV 1848 Erlangen Bayerischer Meister im Großfeld-Handball

Zwecks dieser einmaligen historischen Begebenheit möchten wir uns nach langer Zeit mal wieder zusammensetzen , um alte Freunde und Leidensgenossen zu treffen , Erinnerungen auszutauschen und gemütlich beieinander zu sitzen

Falls jemand noch Fotos oder Zeitungsberichte aus dieser Zeit hat , darf er sie selbstverständlich mitbringen

Termin

Samstag, der 09. Juli 2022, ab 14. 00 Uhr
am Entla's Keller am Erlanger Berg



WIR HABEN EINEN

ONLINESHOP

WWW.MYTEAMSHOP.DE/TV48-ERLANGEN

JETZT NEU!

IN KOOPERATION MIT **MyTeamShop**

DANKE an unsere Gönner und Spender

Verein

Jörg und Ilse Haendle

Plan & Vision Institut für
Gebäudeenergetik-Sonnenhaus GmbH

Max und Justine Elsner Stiftung

Dr. Andreas Häfke

Eva Windecker

Dieter Höhle

Petr Musli

Helmut Laich

Bernd Stähle

Manfred Kraft

Rafael Mandl

Dr. Reinhard Sittl

Ulla Knauer

Elisabeth Koch

Beiträge und Informationen zur Mitgliedschaft

Hauptvereinsbeitrag

monatlich

Kinder und Jugendliche	7,50 EUR
Studenten/Schüler (mit Nachweis)	9,50 EUR
Ermäßigte (nur auf Antrag)	8,00 EUR
Rentner (nur auf Antrag)	11,00 EUR
Erwachsene	14,00 EUR
Familien*	26,00 EUR
Alleinerziehende mit Kindern bis 17 Jahre	20,00 EUR

*Gültig nur für Paare und Eltern mit Kindern unter 18 Jahren. Jedes Mitglied bitte gesondert anmelden.

Zusatzbeiträge Fitness- und Gesundheitssport

monatlich

Badminton Erwachsene	3,00 EUR
Krafttraining Erwachsene (inkl. Gymnastikangebote)	6,50 EUR
Krafttraining Jugend (inkl. Gymnastikangebote) (Für Krafttraining ist jeweils ein Passbild erforderlich)	5,00 EUR
Gymnastikangebote und Gesundheitstraining	3,50 EUR
Herzsport ohne Verordnung (inkl. Gymnastikangebote)	7,50 EUR
Osteoporose ohne Verordnung (inkl. Gymnastikangebote)	6,50 EUR
Wassergymnastik	4,00 EUR

Zusatzbeiträge Fach-/ Abteilungen

(ziehen Abteilungen jährlich gesondert ein)

jährlich

Beachvolleyball (ACHTUNG: gesonderte Anmeldung)	
Fußball	60,00 EUR
Fußball-Familie	80,00 EUR
Judo	40,00 EUR
+ Judo 1-malige Aufnahmegebühr	50,00 EUR
+ Judomitgliedsausweis (sofern nicht vorhanden)	60,00 EUR
+ Gürtelprüfungen (jeweils)	26,00 EUR
Geräteturnen	60,00 EUR
Leistungsturnen	60,00 EUR
Ringen	12,00 EUR
TE Lungerer	75,00 EUR
Trampolin	60,00 EUR
Triathlon Schwimmpauschale	50,00 EUR

Tennis

jährlich

Kinder und Jugendliche	37,00 EUR
Studenten / Azubis	53,00 EUR
Rentner	53,00 EUR
Erwachsene	68,50 EUR
Familien (Eltern und Kinder bis 18 Jahre)	135,00 EUR

Handball für TV-Mitglieder

monatlich

Kinder und Jugendliche	6,50 EUR
Erwachsene	7,50 EUR
Familien (Eltern und Kinder bis 18 Jahre)	13,00 EUR

Karate

monatlich

Karate bis 13 Jahre	17,50 EUR
Karate ab 14 Jahre	25,00 EUR

Boxen

monatlich

Boxen Erwachsene	7,50 EUR
Boxen Kinder und Jugendliche	4,00 EUR

Achtung: Ab dem 18. Lebensjahr erfolgt automatisch der Übergang in eine Einzelmitgliedschaft. Für zusätzpflichtige Abteilungen oder Sportarten ist ein gesonderter Zusatzantrag auszufüllen.

Einmalige Aufnahmegebühr: 2 Monatsbeiträge (bei Eintritt in Familienmitgliedschaft erfolgt Verrechnung)

Austritt, ist laut Satzung zum 30.06. oder zum 31.12. jeden Jahres möglich. Dabei ist eine Kündigungsfrist von zwei Monaten (Kündigungsfrist: Posteingang 30.04. bzw. 31.10. des lfd. Jahres) einzuhalten.

Weitere Informationen und Mitgliedsanträge unter:

www.tv48-erlangen.de/mitglied-werden
www.tv48-erlangen.de/faq

Hier finden Sie den TV 1848 Erlangen

@tv1848

+49 1575 9631848

@tv48vital

@tv48-erlangenDE

@tv1848erlangen

Impressum

Herausgeber und Verleger

Turnverein 1848 Erlangen e.V.
Kosbacher Weg 75, 91056 Erlangen

Redaktion

Petra Scholz, Johannes Baßfeld
Kosbacher Weg 75, 91056 Erlangen
Tel 09131 93380-58
E-Mail: redaktion@tv48-erlangen.de

Verleger und Redaktion behalten sich vor, Beiträge zu kürzen, zu ändern oder nicht zu veröffentlichen. Namentlich gekennzeichnete Artikel geben die Meinung des Verfassers wieder, nicht die der Redaktion.

Anzeigenverwaltung

Johannes Baßfeld
Kosbacher Weg 75, 91056 Erlangen
Tel 09131 93380-61
E-Mail: j.bassfeld@tv48-erlangen.de

Bildbearbeitung und Layout

Rainer Krugmann
Fürther Straße 3, 91058 Erlangen
Tel 09131 6879960
E-Mail: tv48@rainerkrugmann.de

Korrekturen und Organisation

Helmut Arnold, Brunhilde Scholze

Druckvorlage und Druck

aischparkdruck
An den drei Kreuzen 12
91315 Höchstadt
Telefon 09193 5033500

Auflage

800 Exemplare (Print) /
1.500 Empfänger digita
für Mitglieder gratis
Erscheinungsweise 4-mal jährlich



Girokonten für die ganze Familie

Für jeden Kunden genau das richtige Girokonto!

direkt GIRO: Ideal für Kunden, die ihr Girokonto online oder via App führen möchten.

classic GIRO: Orientiert sich vollständig an Ihren Bedürfnissen.

mein GIRO: Kostenloses Girokonto für Kinder und junge Leute bis zum 27. Geburtstag¹.

Jetzt neu – exklusiv nur bei Ihrer Sparkasse:

Die Sparkassen-Card DMC (Debit Mastercard)

Genießen Sie alle Funktionen der Sparkassen-Card kombiniert mit Online-Bezahlungsfunktion und weltweiter Bargeldauszahlung.

¹ Kostenlos für Schüler, Auszubildende und Studierende bis max. zum 27. Geburtstag. Stand 02/2022

