



## 32. M-net Erlanger Triathlon

IM HERZEN DER STADT



**HEINZ RÜGER - MISTER TRIATHLON**  
70 JAHRE

Entspannt starten mit Ihrem neuen Computer

WEINGARTEN  
PC-SERVICE



Beratung in unserem Showroom



Einrichtung nach Ihren Wünschen



Lieferservice & Installation vor Ort

09131 – 35035  
www.computer-erlangen.de

Mo - Fr 8.00 - 18.00 Uhr  
Sa 10.00 - 14.00 Uhr

Parken Sie kostenfrei  
vor unserem Geschäft

Nürnberger Straße 88  
91052 Erlangen

## 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



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

# „Es läuft“ im Jubiläumsjahr

## Liebe Leserinnen und Leser,

das Jubiläumsjahr ist in vollem Gange. Sicher sind Sie schon auf das ein oder andere Highlight aufmerksam geworden. Wenn nicht, finden Sie mehr dazu in dieser Ausgabe.

## Ehrungen beim 175. Stiftungsfest und Ausblick auf Galaabend und Festkommers

Am 3. Juli, dem Gründungstag des Turnvereins, fand in der Jahnhalle das Stiftungsfest statt. Dabei konzentrierten wir uns auf die Ehrungen für langjährige Mitgliedschaft und ehrenamtliche Verdienste um den Verein. Die weiteren Ehrungskategorien werden an den weiter anstehenden Jubiläumsveranstaltungen bedacht. Die Ehrungen für sportliche Leistungen am Galaabend am 13. Oktober und die BLSV-Ehrungen für langjährige ehrenamtliche Verdienste unserer Führungsorgane und Abteilungsleiter am Festkommers am 10. November. So hoffen wir, den bereits Geehrten, bzw. den noch zu Ehrenden bei ihrer Würdigung in vollem Maße gerecht zu werden.

## Erlanger Triathlon und Schülertriathlon (Rekordteilnahme und Probleme)

Vom 21.-23. Juli feierten wir ein phantastisches Triathlonwochenende mit ausgebautem Schülertriathlon mit über 1.220 Schülern und dem Erlanger Triathlon mit 800 Startern – zugleich bayerische Meisterschaften. Der Zieleinlauf am Sonntag am Schloßplatz dürfte allen Startern in besonderer Erinnerung bleiben. Durch die prominente Staffelnbeteiligung war auch das Interesse für die Starter jenseits der Siegerpodeste gegeben. Eine einzige Erfolgsgeschichte – ja und leider auch nein.

Personelle Änderungen in der Fachschaft Sport und der z. T. bereits erfolgte Rückzug des Staatlichen Schulamtes aus der Verantwortung und Mitorganisation gefährden die künftige Durchführung des Schülertriathlons. Einen herausragenden Dank hier an dieser Stelle für die ausscheidende Anja Ritter. Der TV 1848 hat heuer bereits als „Mitveranstalter“ viele Aufgaben und Verantwortung übernommen. Wir wären bereit, dies auch künftig zu tun. Ohne Beteiligung von Fachschaft, Lehrerschaft, Staatlichem Schulamt und Stadtverwaltung geht dies aber künftig nicht mehr. Hoffen wir für unsere Schüler, dass eine Einigung für den Verbleib des Schülertriathlons gefunden wird.

Auch der Erlanger Triathlon hat mit z.T. drastischen Verzögerungen bei den Genehmigungen zur Veranstaltung zu kämpfen, zum Leidwesen unserer Organisatoren. Nicht nur, dass dies die Nerven der Verantwortlichen über Gebühr strapaziert. Nein, es erschwert die oft darauf folgenden Anschlussarbeiten, z. B. die Streckenbeschilderungen und -absicherungen. Wenn unverzichtbare Genehmigungen wenige Tage vor dem Wettkampf noch nicht vorliegen – ein Streß für unser Orga-Team, auf den wir künftig gerne verzichten.

Der Vorstand wünscht allen Mitgliedern einen goldenen Herbst und manch sportliches und geselliges Erlebnis im Jubiläumsjahr im TV 1848 Erlangen.

**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  
StuDioleiter Klaus Leutsch

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

## Sportschule

Leitung Stefan Keppner

🌐 www.tv48-erlangen.de/sportschule ☎ 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	Paul Horndasch / Lena Bayer	✉ jugend-fussball@tv48-erlangen.de	☎ 01577 / 1235946
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	Felix Just	✉ jujitsu@tv48-erlangen.de	
KARATE	Reinhard Döhnel	✉ karate@tv48-erlangen.de	☎ 09131 / 52298
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	Florian Gursch	✉ tennis@tv48-erlangen.de	
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:

Sebastian Kern schafft es als Erster über die Ziellinie im Erlanger Schlossgarten über die Kurzdistanz. Neben den knapp 900 Startern (inkl. Staffeln) waren dieses Jahr auch fast 400 Helfer im Einsatz.

Foto: SPORTSHOT

## Anmeldung der Printversion:

[www.tv48-erlangen.de/vereinszeitung](http://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](mailto:info@tv48-erlangen.de) oder rufen Sie uns an unter **09131/42911**.

## Hier finden Sie den TV 1848 Erlangen

-  @tv1848
-  @tv48vital
-  @tv1848erlangen
-  +49 1575 9631848
-  @tv48-erlangenDE
-  @turnverein1848erlangen

## Achtung Schüler Studenten Auszubildende

Alle Schüler/Studenten und Azubis über 18 Jahren, die den vergünstigten Beitrag für 2023 nutzen möchten, bitte die aktuelle Schul- bzw. Immatrikulationsbescheinigung oder erste Seite des Ausbildungsvertrags in der Geschäftsstelle abgeben oder per E-Mail an [g.hoerner@tv48-erlangen.de](mailto:g.hoerner@tv48-erlangen.de) senden.

Gerlinde Hörner, Geschäftsstelle

<b>EDITORIAL: „Es läuft“ im Jubiläumsjahr</b>	3
<b>UNSERE ANSPRECHPARTNER</b>	4
<b>TITELTHEMA</b>	
Dein Verein. Dein Ehrenamt.	6
Dein Verein. Dein Zuhause.	7
Dein Verein. Deine Umwelt.	8
<b>AUS DEM HAUPTVEREIN</b>	
175 Jahre – Dem Sport verbunden	9
Turnverein auf TikTok – Servus Turnela	10
175. Stiftungsfest	11
36. XL Knaxiade	16
TV 48 Quattro Games	17
Lauf in die Mönau – ESTW Buswerbung	18
Summer Vibes: Sommerfest des Erlanger Sports	20
Ein Jahr PV-Anlage und BHKW	21
Sportwoche und DSA aConTech	22
„Die Drei vom Vorstand“	23
<b>FITNESSBLOG</b>	
Körperliche Aktivität und psychische Gesundheit	24
Abnehmen durch Sport	25
<b>AUS DEN FACHBEREICHEN</b>	
Neu im TV-Vital: Dr. Wolff Physio Training	28
Endlich wieder Sommerfest im TV-Vital	29
TV-Vital: Gerätefuhrpark hat Zuwachs bekommen	30
Sommerzirkus	31
Großes Straßenfest „100 Jahre Büchenbach“	31
<b>AUS DEN ABTEILUNGEN</b>	
Bettinas Herzgruppe unterwegs in Südthüringen	32
Neues aus der Judo-Abteilung	34
Karatelehrgang mit Dr. Frank-Dieter Hörner	36
Leichtathletik: Mittelfränkische Meisterschaften	38
Trampolin: DM der Landesturnverbände	39
Teilnehmerrekord beim Erlanger Schülertriathlon	40
BM auf der Springdistanz – Challenge Roth	41
Challenge Roth for All	42
DTU Jugendcup Forst 2023	43
Triathlon: 2. Bundesliga – Finals in Düsseldorf	45
Triathlon: Jugendwettkämpfe	46
18. Radtourenfahrt des TV 1848 Erlangen	47
WAS FÜR EIN FEST – 32. M-net Triathlon	48
<b>PERSONEN</b>	
Heinz Rüger 70	51
Vision Vital sucht Tanzpädagoge (m/w/d) /Tanzlehrer (m/w/d)	52
TV 1848 sucht Hausmeister/in (m/w/d)	53
<b>INFORMATIONEN, SERVICE &amp; PARTNER</b>	
Gönner und Spender	54
BEITRÄGE UND INFORMATIONEN ZUR MITGLIEDSCHAFT	55



## Dein Verein. Dein Ehrenamt.

UNBEZAHLBAR, DENN OHNE GEHT ES NICHT!

Text: Jonathan Lorenz  
Foto: Krista Mikk

Vor kurzem waren internationale Sportstudierende bei uns auf dem Vereinsgelände zu Besuch. Die Vereinsstruktur in Deutschland ist etwas ganz Besonderes, stellte sich für die Studierenden schnell heraus. Ehrenamtliche (Sport-)Vereine sind im Ausland wohl eher die Ausnahme als die Regel.

### Ehrenamt als Fundament des TV 48

Der TV 1848 Erlangen kann ohne seine unzähligen Ehrenamtlichen nicht existieren.

In nahezu keiner Abteilung sind hauptamtlich Mitarbeitende aktiv. Wir können daher gar nicht genug betonen, welchen Stellenwert ehrenamtliche Arbeit bei uns im TV 48 besitzt.

Unsere Ehrenordnung sieht Auszeichnungen für langjähriges und/oder herausragendes Engagement vor. Zum Gründungsdatum und Stiftungsfest am 3. Juli wurden verdiente Personen dementsprechend wieder geehrt.

### Ehrenamt beginnt im Kleinen

Auch eine verdiente Abteilungsleitung kann ohne ihr Team nichts auf die Beine stellen. Bestes Beispiel hierfür ist der im Juli stattfindende M-net Erlanger Triathlon – übrigens einer der größten auf ehrenamtlicher Basis organisierten Triathlons in Deutschland.

Die Kinder zum Auswärtsspiel fahren, Kuchen backen, bei Veranstaltungen mitwirken, Trainings anleiten, organisieren oder eine Funktionärsfunktion innehaben: Die Möglichkeiten an ehrenamtlichen Aufgaben im Turnverein sind vielfältig. Man kann sie gar nicht alle auflisten, ohne welche zu vergessen.

### Ehrenamtliche gesucht!

Danke an alle bisher tätigen Ehrenamtlichen, wir sind immer auf der Suche nach weiterer Unterstützung. Vielleicht ist das Jubiläumsjahr ein guter Anlass hierfür? Komm ins Team, wir freuen uns auf Dich!



## Dein Verein. Dein Zuhause.

### VIER VEREINSEIGENE LIEGENSCHAFTEN - EINMALIG IN ERLANGEN

Text: Jonathan Lorenz  
Fotos: TV 1848

Am Standort unserer altherwürdigen Jahnhalle befindet sich die älteste der vier Liegenschaften des 175 Jahre alten Turnvereins. Die Judokas richten hier ihre Bundesligakämpfe aus, der Kraftraum wird fleißig genutzt und etliche Abteilungen und Sportarten finden an diesem Standort ihr Zuhause. Voraussichtlich wird in den kommenden Jahren die Kegelbahn und die leerstehende Gaststätte für Kindersport neu gestaltet und umgebaut. Die oberen Räume werden bereits heute gerne für Besprechungen genutzt, während der TV 1848 in der Haupthalle seine Versammlungen und Vereinsfeiern veranstaltet. Wusstest Du, dass die Jahnhalle sogar bewohnt ist?

Ähnlich wie am Sportgelände am Europakanal befinden sich ein paar Anliegerwohnungen im Gebäude. Die weitläufige Sportanlage am Kosbacher Weg besticht natürlich erstmal durch ihr schickes Stadion. Laufbahn, Fußballplatz, Sonnensegel, FitnessPark, Tennisplätze, Gymnastikforum und Turnhalle: Sportlerherz, was begehrt Du mehr? Auch die benachbarten Schulen fühlen sich am Vormittag oder zum Schülertriathlon hier beheimatet. Die Steuerzentrale des Vereins findet sich mit Geschäftsstelle, Rechnungswesen und Vorstandsbüro hier ebenfalls wieder. Welcher Verein hat bitteschön einen eigenen Tunnel? Sogar den gibt es als Fuß- und Radweg als Verbindung zu den „hinteren Plätzen“, die vor wenigen Jahren saniert und mit einem kleinen Kunstrasenfeld aufgehübscht wurden.

2008 fusionierte der TV 1848 Erlangen mit dem FC West. Seitdem freuen sich unsere Mitglieder über drei weitere Fußballplätze und eine der schönsten Beachvolleyballanlagen Bayerns. Daneben beheimatet die Liegenschaft FC West unsere letzte verbliebene Vereinsgaststätte. Hast Du hier schon mal vorbeigeschaut?

Aushängeschild und frisch renoviert ist das TV-Vital, unser vereinseigenes Fitnessstudio. Hier kann man sich als Sportlerin oder Sportler nur wie Zuhause fühlen. 2001 wagte der Turnverein den Schritt hin zu einem eigenen Fitnessstudio – eine wahre Erfolgsstory. Egal ob klassisches Fitnesstraining, Gesundheitstraining oder Relaxen in der Saunalandschaft – nicht nur unsere Mitglieder haben im TV-Vital ihre Heimat gefunden. Auch unsere vielen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter fühlen sich dort pudelwohl.

Unseren Mitgliedern und dem Sport ein Zuhause bieten: Das kann unser TV 1848 Erlangen gewiss.

# Dein Verein. Deine Umwelt.

## DER UMWELT VERBUNDEN

Text: Jonathan Lorenz

Vom CO<sup>2</sup>-Fußabdruck - übrigens eine geschickte PR-Masche eines großen Ölkonzerns [1] - hat wohl jeder schon einmal gehört. Freilich können die TV 48-Mitglieder nicht alleine das Klima retten, dennoch sind wir uns als Gesamtverein unserer Verantwortung gegenüber der Umwelt bewusst. Sport in einer möglichst intakten Natur muss auch den nachfolgenden Generationen ermöglicht werden. Andernfalls hat unser Turnverein den größten Teil seiner bereits 175 Jahre andauernden Geschichte wohl schon hinter sich gebracht.

Der TV 48-Klimagipfel, unsere Solaranlagen auf den Dächern des TV-Vitals, der Jahnhalle und am Kosbacher Weg, das Lastenfahrrad, LED-Beleuchtung u.v.m. sind nur Tropfen auf den sich immer mehr erwärmenden heißen Stein. Ohne die eigene Verantwortung der Umwelt gegenüber aus dem Auge verlieren

zu wollen: Der TV 48 wird weiterhin in energiesparende und umweltschonende Maßnahmen investieren, umso mehr müssen die Hauptverantwortlichen des menschengemachten Klimawandels verpflichtet werden. Dazu gehören insbesondere fossile Konzerne, die durch PR-Maschen die Verantwortung von sich wegschieben möchten [2]. Klimaschutz ist am Ende eine politisch-gesellschaftliche Aufgabe. Diese Aufgabe tragen wir als Turnverein 1848 Erlangen mit.

Quellen:

[1] BP - Know your Carbon Footprint  
[www.knowyourcarbonfootprint.com](http://www.knowyourcarbonfootprint.com)

[2] DER STANDARD - Der CO<sub>2</sub>-Fußabdruck wurde von Ölkonzernen großgemacht - ist er deshalb schlecht?  
[www.derstandard.de/story/2000132608301/der-co2-fussabdruck-wurde-von-oelkonzernen-grossgemacht-ist-er-deshalb](http://www.derstandard.de/story/2000132608301/der-co2-fussabdruck-wurde-von-oelkonzernen-grossgemacht-ist-er-deshalb)

## Termine Jubiläumsjahr

	Veranstaltung	Termine
<b>September</b>		
	Lauf in die Mönau (Sportgelände am Europakanal)	16.09.2023
	Sportiade (Sportgelände am Europakanal)	16.09.2023
<b>Oktober</b>		
	Galaabend (Jahnhalle)	13.10.2023
<b>November</b>		
	Festkommers (Jahnhalle)	10.11.2023
	Turnfest (Jahnhalle)	12.11.2023
	Indoor-Cycling-Marathon (TV-Vital)	18.11.2023
	Zukunftsmesse (Jahnhalle)	25.11.2023



**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](http://www.osteopathie-roos.de)

[kontakt@osteopathie-roos.de](mailto:kontakt@osteopathie-roos.de)

# 175 Jahre - Dem Sport verbunden.

WAS BEDEUTET DER TURNVEREIN FÜR DICH?

Text: Jonathan Lorenz  
Fotos: Kinoleinwand

Schau Dir jetzt den Film zum Jubiläum auf YouTube an! Das Video zeigt den Verein aus verschiedenen Perspektiven: Egal ob Mitglied, Mitarbeiter:in, Trainer:in oder Ehrenamtliche. Alle haben eine besondere Verbindung zum Turnverein.

Wir sagen vielen Dank an den **Wir sind Film e.V.** für das Video und tolle Zusammenarbeit. Das Ergebnis kann sich sehen lassen!

Link zum Film:

<https://youtu.be/q-hGCv1e9gs>



Einscannen und direkt zu YouTube



# Helfer gesucht!

## Unterstütze uns im Jubiläumsjahr!

Wir suchen Helferinnen und Helfer für das bevorstehende Jubiläumsjahr. Dazu bauen wir einen Pool an Freiwilligen auf, die wir dann mit konkreten Helferaufrufen kontaktieren. So bringst Du Dich individuell ein.

Die Anmeldung für den Helferpool findest Du hier: [www.tv48-erlangen.de/helfer](http://www.tv48-erlangen.de/helfer)



# Turnverein jetzt auf TikTok

## FOLGE UNSEREM ACCOUNT!

Text: Jonathan Lorenz  
Foto: TV 1848

Das nächste Jubiläumsziel wurde umgesetzt, der Turnverein 1848 Erlangen hat seinen offiziellen TikTok-Account ins Leben gerufen.

Freue Dich auf spannende und unterhaltsame Videos.  
Wir freuen uns über jedes Like und jeden neuen Follower!

Link: [www.tiktok.com/@turnverein1848erlangen](https://www.tiktok.com/@turnverein1848erlangen)



Einscannen und direkt zum TikTok Kanal



# Servus, Turnerla!

## DAS NEUE MASKOTTCHEN DES TV 48

Text: Jonathan Lorenz  
Design: Tom Rossmann

### Was haben wir denn da?

Sag „Hallo“ zum Turnerla, unserem neuen Vereinsmitglied und Maskottchen im Jubiläumsjahr und darüber hinaus.

Das Turnerla feierte seine Premiere auf der Knaxiade XL und wird auch künftig bei vielen Veranstaltungen insbesondere für die Kinder des Turnvereins vor Ort sein.

Ist es ein Häschen, ein Fuchs oder sogar ein Drache? Nein, das Turnerla ist ein Fantasiewesen.

### Hast Du es schon live entdeckt?

Hab keine Scheu und komm zum Turnerla, wenn Du es siehst. Fotos und Umarmungen gibt's – falls gewünscht – natürlich auch.

**Übrigens:** Du findest das Turnerla auch auf unseren Social Media-Kanälen auf Instagram und TikTok.





## 175. Stiftungsfest

### EHRUNGEN ZUM GEBURTSTAG DES TV 48

Text: Johannes Baßfeld/Jonatahan Lorenz  
Fotos: Rainer Krugmann

Das 175. Stiftungsfest fand im Jubiläumsjahr am Gründungstag des TV 1848 Erlangen am 3. Juli statt. Geehrt wurden im Rahmen des Stiftungsfestes Mitglieder für 25, 40, 50, 60, 70 und 80 Jahre Vereinstreue sowie für besondere Verdienste um den Verein.

Seit November 2021 gilt die neue Ehrenordnung des Turnvereins, welche aufgrund der neuen Ehrungskriterien – insb. die Anrechnung von Mitgliedsjahren als Kind und Jugendlicher – für die ein oder andere „Besonderheit“ führte.

Der 1. Vorsitzende Jörg Bergner begrüßte die Mitglieder und Freunde des Turnvereins in der festlich geschmückten Jahnhalle. Moderiert wurde die Veranstaltung vom Aufsichtsratsvorsitzenden Reinhold Preißler. Die Grußworte von OB Dr. Florian Janik und Bürgermeister Jörg Volleth wurden als Videobotschaft übermittelt.

### Sportliche Highlights nicht nur auf der Leinwand

Stolz präsentierten wir den anwesenden Gästen die Premiere unseres brandneuen Jubiläumsfilms. Der Jubiläumsfilm und weitere Kurzfilme sind nun nach und nach auf allen Plattformen des Vereins abrufbar.

Die Ballett-Tanzgruppen von Brigita Cerveni und Lisa Süß des Kinder- und Jugendtanzstudios Vision Vital sorgten außerdem für spannende Unterhaltung durch tänzerische Auftritte. Unter der Leitung von Ballettpädagogin Brigita Cerveni zeigten die Ballettgruppen 1-4 des TV 1848 Erlangen im Alter von 6 - 23 Jahren verschiedene Vorstellungen zu moderner klassischer Musik.

Abgerundet wurde der Abend beim geselligen Zusammensein und guten Gesprächen im Anschluss der offiziellen Veranstaltung.



### Ehrungen für langjährige Vereinszugehörigkeit und für besondere Verdienste

Bei den Ehrungen für langjährige Mitgliedschaften gab es mehrere Highlights zu bestaunen: Paul Knauer wurde für 70 Jahre und Fritz Dunkel für stolze 80 Jahre Vereinszugehörigkeit geehrt. Ursula Hertwig und Ulla Küffner wurden für 50-jährige Vereinszugehörigkeit geehrt und zu Ehrenmitgliedern ernannt.

Neben den Auszeichnungen in Silber und Gold für verdiente Mitglieder wurden Hinnerk Hagenah (Judo), Dieter Hübner (Jugendfußball), Gerd Macholdt (Judo) und Richard Strampfer (Ringen) zu Ehrenmitgliedern ernannt.

## Langjährige Mitgliedschaft: 25 Jahre

Manuela Ockum (Aikido), Wolfgang Thiel (Badminton), Reinhard Pankalla (Freizeitsport), und Ludwig Herrmann (Freizeitsport). →



Agnes Schnapperelle (Freizeitsport), Ruth Schimmel (Freizeitsport), Katharina Steinmüller (Freizeitsport), Ute Worm (Freizeitsport) und Johannes Worm (Judo). →



Andreas Gursch (Tennis), Angelika Gursch (Tennis), Florian Gursch (Tennis), Evelyne Gursch-Pieldner (Tennis). →



← Wiebke Jamin (Freizeitsport), Iris Adam (Body-Building), Sabine Kreiner (Freizeitsport), Josef Scheller (Freizeitsport) und Karen Schneiders (Freizeitsport).



← Susanne Rossmannith (Gymnastik), Manfred Fuhr (Tennis), Ute Löhnert-Thiel (Tennis), Carlos Sanchez (Tennis).



← Burghard Köck (Fußball Freizeit), Norbert Kern (Volleyball) und Peter Nagel (Volleyball).

## Langjährige Mitgliedschaft: 40 Jahre

Wolfgang Beck (Fußball), Eva Eschenbacher (Leichtathletik), Gudrun Glöckner (Body-Building) und Elke Waltner (Handball).



## Langjährige Mitgliedschaft: 50 Jahre und Ernennung EM

Ursula Hertwig (Freizeitsport) Ernennung EM, Ulla Küffner (Body-Building) Ernennung EM, Martin Pfeifenberger (Fußball) und Ralph Smutny (Judo).



## Langjährige Mitgliedschaft: 60 Jahre

Werner Arand (Body-Building), Reinhard Daeschler (Freizeitsport), Hans Schmid (Herzsport), Robert Thaler (Freizeitsport), Fritz Löhr (Ringens) und Edgar Müller (Freizeitsport).



## Langjährige Mitgliedschaft: 70 und 80 Jahre

Für 70 Jahre Mitgliedschaft Paul Knauer (Leichtathletik) und für 80 Jahre Fritz Dunkel (Freizeitsport).



## Verdiente Mitglieder: Silber

**Hans Schmid** (Lungerer) u.a. Beisitzer beim Lungerer-Vorstand und tatkräftiger Unterstützer bei Organisation und Veranstaltungen.

**Klaus Haspel** (Lungerer) ist Teil der Lungerer-Vorstandschaft und Schriftführer.

**Rainer Krugmann** (TV-Vital, Triathlon und Gewichtheben) für sein Engagement als Zauberer Kullikull bei den Auftritten beim Kinderfasching, als Fotograf bei Veranstaltungen und für die Vereinszeitung, ein weit über das berufliche Verhältnis hinaus reichende Engagement.

**Tilman Schwob** (Judo und Body-Building) ist seit 2019 Kassier in der Judo-Abteilung und Unterstützer bei vielen Veranstaltungen, insbesondere bei Wettkämpfen der Judo-Bundesliga.

**Robert Engelhardt** (Judo und Body-Building) ist langjähriger Trainer in der Judo-Abteilung und bringt sich darüber hinaus noch handwerklich ein als Unterstützer bei vielen Veranstaltungen und Aktionen der Abteilung.

**Helmut Laich** (Tennis und Body-Building) übte 10 Jahre lang gewissenhaft die Aufgabe des Kassenwartes aus und war stets an dem Abteilungssitzungen engagiert beteiligt.



## Verdiente Mitglieder: Gold

**Frank Ludwig** (Triathlon) ausgezeichnet für seine Orga-Leitung für die RTF (Rad Touristik Fahrt). Er war zwischenzeitlich im Präsidium des TV 48 und ist Vertreter des Freizeit- und Breitensports in der Triathlon-Abteilung. Frank bringt sich stark beim Erlanger Triathlon ein und ist im Orga-Team verantwortlich für die Radstrecke und den Check-In.

**Sven Reß** (Judo) ist stellvertretender Abteilungsleiter, langjähriger Mannschaftsführer der Bayernligamannschaft Männer und langjähriger Unterstützer der Mannschaftsführung der Bundesligamannschaft.

**Christian Emilius** (Judo) ist unermüdlicher, langjähriger Mannschaftsführer der Bezirksligamannschaft Männer, aus der später sogar drei Mannschaften hervorgegangen sind. Er ist außerdem unermüdlicher Helfer bei den verschiedensten Aktionen (u.a. Dojo-Renovierung) und ist zuständig für das Prüfungswesen in der Judoabteilung.

**Eva Schöppel** (Tennis) die Verleihung der goldenen Ehrennadel an die Sportwartin der Tennisabteilung ist eine verdiente Anerkennung für ihr außergewöhnliches und langjähriges Engagement sowie ihre herausragenden Leistungen in der Tennisabteilung.

**Karl-Heinz Dübel** (Tennis) ist technischer Leiter, der zudem langjähriger stellvertretender Abteilungsleiter. Er hat sich über viele Jahre hinweg durch sein außergewöhnliches Engagement und seine herausragenden Leistungen in der Tennisabteilung verdient gemacht.



**Peter Nagel** (Volleyball) bringt Engagement mit erheblichem zeitlichem Aufwand für den Betrieb und die Entwicklung der Volleyballabteilung ein. Er koordiniert Trainer im Nachwuchsbereich und ist stellv. Abteilungsleiter. Er ist Ansprechpartner, Dreh- und Angelpunkt in der Abteilung.

## Ehrenmitgliedschaft Verdienste

**Hinnerk Hagenah** (Vereinsbeitritt: 01/1992, Judo) erhielt 2001 die Ehrennadel Silber und 2009 die Ehrennadel Gold. Hinnerk Hagenah ist seit 1993 Kampfrichter, seit 2002 Bundeskampfrichter und Kampfrichter-Ausbilder. Neben seinem Engagement im Turnverein ist er auch für den Verein als Funktionär im Judo-Verband aktiv.

**Dieter Hübner** (Vereinsbeitritt: 11/1988, Fußball) erhielt 1996 die Ehrennadel Silber 1996 und 2009 die Ehrennadel Gold 2009. Dieter Hübner ist seit vielen Jahren als Kassier für die Finanzen in der Abteilung verantwortlich. Zusammen mit dem Team der Jugendleitung kümmert er sich um das Catering bei den Veranstaltungen des Hauptvereins.

**Gerd Macholdt** (Vereinsbeitritt: 10/1980, Judo) erhielt 1992 die Ehrennadel Silber und 2009 die Ehrennadel Gold 2009. Gerd Macholdt ist Mitglied im Abteilungsausschuss und für den Bereich Breitensport verantwortlich. Er übernahm die Leitung bei der Dojo-Renovierung (2017), dem Bau des Trainerbüros und ist eine große Unterstützung bei Projekten im Hauptverein u.a. als Ansprechpartner für Veranstaltungen (Knaxiade).

**Richard Strampfer** (Vereinsbeitritt: 04/1976, Ringen) erhielt 1998 die Ehrennadel Silber 1998 und 2008 die Ehrennadel Gold. Er ist seit Jahrzehnten Pelzmärtel bei der gleichnamigen Veranstaltung der Jugendabteilung. Zudem war er lange Jahre Ringer-Abteilungsleiter und Übungsleiter. Jetzt ist er Vorstand der Lungenr.



## Junge Ehrenamtliche

**Claudia Nüßlein** (Badminton/Volleyball) und **Ann-Kathrin Fehrle** (Badminton) engagieren sich als Trainerinnen in der Badminton-Abteilung. Sie sind eine tragende Stütze des Trainerteams und leisten jede Woche mit großer Zuverlässigkeit diverse Stunden an ehrenamtlicher Arbeit im Schülertraining. Ihrer beider Arbeit als Trainerinnen ist durch besonderes fachliches/methodisches Können und ein sehr gutes Verhältnis zu den Kindern geprägt. Auch zu den Eltern haben sie ein Vertrauensverhältnis aufgebaut.

**Lisandro Sieckmann** (Tennis) ist seit 2021 als Ehrenamtlicher Jugendwart in der Tennisabteilung des TV 1848 Erlangen tätig. Ergänzend zu den Leistungen in seiner eigenen Mannschaft übernimmt er somit die Koordination der Jugendmannschaften bis hin zum persönlichen Beistand an den zahlreichen Spieltagen. Er ist nicht nur ein hervorragender Übungsleiter und Betreuer, sondern auch ein Vorbild für die Jugendlichen in der Abteilung.



# 36. XL Knaxiade im Jubiläumsjahr des TV 1848

## VIELE SPIELSTATIONEN UND SPORTLICHE PRÄSENTATION

Text: Jonathan Lorenz, Uschi H.-Mehl  
Foto: Burkhard Große



Die Knaxiade im Jubiläumsjahr hat sich den Zusatz „XL“ mehr als verdient: Die Jugendleitung hat mit den Übungsleitern der Abteilungen und den Übungsleitern des allgemeinen Kinderturnens dazu beigetragen, dass die Kinder auf dem gesamten Sportgelände am Europakanal verschiedene Spiel- und Sportübungen ausprobieren konnten. Die **Sparkasse Erlangen**, unser Kooperationspartner seit 36 Jahren, hat sich mit ihrem Team wieder liebevoll um zwei Spielstationen auf dem A-Platz, das Tattoo schminken und die Anmeldung mit Laufzettel gekümmert.

### XL waren auch die Temperaturen

Die enorme Hitze hat wohl dazu geführt, dass sich die eine oder andere Familie mit ihren Kindern verständlicherweise lieber ins Freibad begeben hat. Einerseits hätten wir gerne mehr Besucher vor Ort gehabt, andererseits haben unsere Abteilungen ein positives Feedback abgegeben: Die Kinder waren von der riesigen Stationsauswahl bei der Knaxiade zum 175-jährigen Vereinsjubiläum begeistert!

### Über 30 Stationen zum Ausprobieren

Neben dem beliebten KNAX Schubkarrenrennen, einem Human Soccer-Feld, der Riesenrutsche oder der gefragten Abkühlung durch die Feuerwehr Erlangen, sorgten Judo, Rollstuhlsport, Tischtennis, Badminton, Volleyball, Tennis, Rugby, Triathlon, Trampolin, Leistungsturnen, Leichtathletik, Mädchenfußball, Ballschule, Fußballakademie, Judo, Karate, allgemeines Kinderturnen und die Sportschule für eine enorme Vielfalt für unsere kleinen Gäste. Zwischendurch zeigten unter anderem unsere Trampoliner:innen, die Turnerinnen, die Jugendtanzgruppe des Vision Vital, Karate oder auch die Rugby-Jungs spannende Aufführungen aus ihrem Sport.

Die Jugendfußball-Abteilung sorgte auch bei unserer XL Knaxiade wieder für das leibliche Wohl unserer Besucher. Ruth

Wangemann und Dieter Hübner haben mit ihren Helfern von 9.00 Uhr am Morgen an diesem ultrawarmen Tag dafür gesorgt, dass alle ausreichend mit gekühlten Getränken, Eis, Kaffee, Kuchen und Bratwürsten bestens versorgt wurden.

Burkhard Große, der beim Aufbau der Musikanlage zur Beschallung des A-, B- und C-Platzes, noch nicht anwesend sein konnte, sorgte durch perfekte und detaillierte Einweisung von Dani, Annie und Lukas dafür, dass die Beschallung gelang.

### Turnerla begeistert Jung und Alt

Das neue Maskottchen des TV 1848 Erlangen feierte bei der Knaxiade seinen ersten Auftritt. Auf Anhieb sorgte es für Freude und Begeisterung bei den großen und kleinen Besucherinnen und Besuchern. Fotos mit dem Turnerla waren sehr gefragt und sogar kalte Getränke wurden ihm von den Gästen angeboten. Aber keine Sorge: Das Turnerla trägt zurzeit sein Sommerfell und ist auch sonst gut gekühlt



### Ohne euch geht es nicht

**Herzlichen Dank** an die zahlreichen Helferinnen und Helfer aus allen Abteilungen, der Jugendleitung, der Geschäftsstelle Petra und Gerlinde, den Übungsleitern, Turnhelfern, unseren Partnern, unseren Abteilungen und an die Besucherinnen und Besucher, die diese Knaxiade wieder zu einem unvergesslichen Familienfest gemacht haben.

**Ohne diese tatkräftige, ehrenamtliche Unterstützung wäre so ein großes Fest nicht möglich.**





## TV 48 Quattro Games

GRANDIOSE PREMIERE, WIEDERHOLUNG ERWÜNSCHT!

Text: Jonathan Lorenz  
Foto: Heizo Takamatsu

Die ersten TV 48 Quattro Games sind Geschichte. 8 Teams und knapp 90 Sportlerinnen und Sportler haben sich für die Premierenveranstaltung im Jubiläumsjahr angemeldet. Die Teams bestanden aus Vereinsmitgliedern, aber auch aus externen Quattrobball-Begeisterten, Frauen und Männern.

### Die Sportanlage bestimmt die Sportarten

Am Gelände FC West bietet sich das Spielen von Beachvolleyball und Beachhandball in einer der schönsten Beachanlagen Bayerns optimal an. Ergänzt wurden die beiden Sportarten durch Fußball und Ultimate Frisbee. Die Amateur-Teams traten in jeder Sportart zweimal an, es wurde in einer großen Gruppe gespielt. Freilich entschied das Losglück, ob man ausgerechnet gegen die Sportartspezialisten antreten musste. Es gab jedoch kein Team, welches Sportlerinnen oder Sportler aus jeder Disziplin am Start hatte.



### „Quattrolanten“ gewinnen das Turnier

Unter den mit Fantasienamen betitelten Teams konnten sich die „Quattrolanten“ am Ende durchsetzen und sicherten sich den Pokal in Form einer goldenen Ananas. Die „DWK48“ und die „Mähdrescher“ belegten die Plätze Zwei und Drei. Vielen Dank an unseren Jubiläumspartner aConTech, der ebenfalls mit einem Team bei den TV 48 Quattro Games vertreten war.

### Begeisterung bei den Teilnehmenden

Im Gegensatz zu den Quattrobballturnieren in der Umgebung, konnten die TV 48 Quattro Games insbesondere durch die ausschließliche Teilnahme von Freizeit-Spielerinnen und Spielern glänzen. Der Spaß stand absolut im Vordergrund, das kam gut an. Vielen Dank an alle Helferinnen und Helfer der Veranstaltung, sowie den Partnern des Vereins, auch für euch gilt: Die TV 48 Quattro Games sind gekommen, um zu bleiben. Unbedingt weitersagen!



# Lauf in die Mönau

## NEUER NAME, NEUES KONZEPT - ABER DIE STRECKEN BLEIBEN GLEICH

Text: Stefanie Guillon

Liebe Lauffreunde, der 36. Erlangen Arcadenlauf wird zum 36. Lauf in die Mönau! Im Jubiläumsjahr des Turnvereins werden wir für Euch ein ganz besonderes Programm auf die Beine stellen. Die bekannten Strecken bleiben wie bisher: 10 km Hauptlauf, 5 km Hobbylauf, 2,5 km Schülerlauf und Bambinilauf.

Zum ersten Mal wird auch unser „Turnela“ mit ein paar Freunden dabei sein und beim Maskottchenlauf ordentlich lossprinten... Freut Euch schon jetzt auf ein ganz spezielles Laufevent am 16. September 2023. Die Anmeldung ist bereits geöffnet. Alle Infos zum Wettkampf und den Link zur Anmeldung findet Ihr auf unserer Website: [www.arcadenlauf.de](http://www.arcadenlauf.de)

Außerdem könnt Ihr hier für 16 € unser neues Veranstaltungst-Shirt (ein hochwertiges Puma-Laufshirt) bei der Anmeldung mit dazu bestellen. Parallel zum Lauf wird es ein buntes Rahmenprogramm bei der ersten SPORTIADE geben.

Auf Euch warten:

- Viele Mitmachangebote unserer verschiedenen Abteilungen
- Maskottchenlauf
- HCE-Autogrammstunde
- Aussteller und Catering
- Große Verlosung hochwertiger Sachpreise

## ESTW Buswerbung – Rollende Litfaßsäule

### TV-WERBUNG AUF „VIER RÄDERN“

Text: Johannes Baßfeld

Foto: Johannes Baßfeld

Schon gewusst, dass die Busse der ESTW spezielle Busnamen haben? So tragen die Busse u.a. die Namen von Persönlichkeiten der Stadt oder die Namen der Partnerstädte Erlangens. Und weil die Busse der Erlanger Stadtwerke täglich tausende Menschen transportieren, gehören sie ins Stadtbild. Die beste Möglichkeit also die rollende Werbefläche auch für den Turnverein zu nutzen. Von Mitte Juli bis Mitte September fährt daher nun ein ESTW-Bus mit der Werbung für die Sportiade durch Erlangen.

Wer hat ihn bereits entdeckt? Schickt uns doch gerne ein Foto? Wir sind neugierig. Zum Einsatz kam der Bus übrigens das erste Mal beim Shuttle-Service am Erlanger Triathlon.



Im Einsatz für den TV. Die Buswerbung sticht ins Auge.

# Galaabend



**Am 13.10.2023 ist es so weit!**

Im Rahmen des Jubiläumsjahres wird es erstmalig einen Galaabend des Sports geben. Die Jahnhalle wird zur Festhalle.

Das große gesellschaftliche Ereignis des TV 1848 Erlangen.

Viel Spaß bei Show, Ehrungen, Party und einem Get-Together mit den besten Sportlerinnen und Sportlern des Turnvereins.



# Sportiade



## + Lauf in die Mönau

Das große, bunte Sportfest!



Bambinilauf

2,5 km Schülerlauf

5 km Hobbylauf

10 km Hauptlauf

Sport, Mensch & Technik

tolle Mitmachangebote

HCE Autogrammstunde

Aussteller

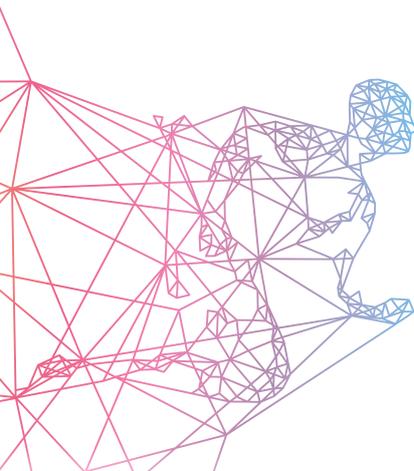
Kosbacher Weg 75

Offizieller Jubiläumspartner:

**teccle  
group**

**16.9.2023**

[www.tv48-erlangen.de/sportiade](http://www.tv48-erlangen.de/sportiade)



RUN HIKE  
AND



LIEB. RECHTSANWÄLTE



**175** JAHRE

Dem Sport verbunden.

# Summer Vibes: Das Sommerfest des Erlanger Sports

## „MITARBEITER-AUSFLUG“ INS WESTBAD

Text: Johannes Baßfeld  
Foto: Johannes Baßfeld

Eine neues Veranstaltungsformat hat es nicht immer leicht. So erging es auch der ersten Ausgabe der Summer Vibes 2022, denn die Teilnahme war verhalten. Dieses Jahr sollte es anders werden, dafür sorgte der Erlanger Sportverband als Initiator und Ausrichter dieser sommerlichen Veranstaltung. Und es wurde einiges geboten Stand Up Paddles und Segelboote in den Schwimmbecken, die Ehrung der Sportler des Jahres, Innenminister Joachim Herrmann als Ehrengast und natürlich Musik und Tanz bis spät in den Abend.

Auch der Turnverein war an diesem Abend zahlreich vertreten. So nutzte man diese Veranstaltung als Team-Event für Mitarbeiter und ehrenamtliche Helfer. Als kleine „Halbzeit“ im Jubiläumsjahr hat die Vereinsführung eingeladen, um auf diesem Wege einmal Danke zu sagen. Karibisch waren an diesem Abend nicht nur die Temperaturen, auch die Outfits der Gäste passten sich dem Motto an. Die einen sprangen in Badehose vom Beckenrand, die anderen holten das Hawaiihemd aus dem Schrank. Am Ende eine tolle, hochwertige Veranstaltung, die es verdient hat auch in Zukunft stattfinden zu dürfen.



Eine Frage des Geschmacks. Im gleichen Outfit war das Team des Turnvereins auf jeden Fall ein Hingucker.

## Galaabend



**Am 13.10.2023 ist es so weit!**

Im Rahmen des Jubiläumsjahres wird es erstmalig einen Galaabend des Sports geben. Die Jahnhalle wird zur Festhalle.

Das große gesellschaftliche Ereignis des TV 1848 Erlangen.

Viel Spaß bei Show, Ehrungen, Party und einem Get-Together mit den besten Sportlerinnen und Sportlern des Turnvereins.



Bestattungshaus

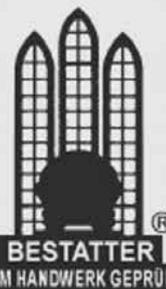
# Hans Utzmann

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**



Jeder Mensch ist ein  
besonderer Gedanke Gottes  
*Paul de Lagarde*

[www.bestattungen-utzmann.de](http://www.bestattungen-utzmann.de)  
[info@bestattungen-utzmann.de](mailto:info@bestattungen-utzmann.de)

**Telefax 0 91 31 / 2 43 08**

# Ein Jahr PV-Anlage und BHKW gemeinsam im TV-Vital

EINE ERFOLGSGESCHICHTE

Text: Jörg Bergner

Am 11. Juli 2022 erfolgte der Netzanschluss unserer PV-Anlage auf dem Nord-Dach des TV-Vitals durch die ESTW. Seither können wir sämtliche Strommesswerte im Gebäude, also Stromproduktion von PV-Anlage und BHKW, Stromverbrauch, „Eigenverbrauch des selbst erzeugten Stroms“, externen Strombezug von den ESTW sowie die Einspeisung ins Netz viertelstundengenau ermitteln, kontrollieren und auswerten. Anhand dieser Ergebnisse verstehen wir nun genau das „Stromverhalten“ im TV-Vital während des Tagesverlaufs, den verschiedenen Wochentagen und zu den verschiedenen Jahreszeiten. Wir erkennen teure „Versorgungslücken“ und „unwirtschaftliche“ Stromüberschüsse, die bislang noch eingespeist werden müssen. Wir versuchen, unser Verbrauchsverhalten nach Möglichkeit danach auszurichten.

So ist es uns gelungen, den Stromverbrauch in den letzten 12 Monaten um ca. 10% zu senken. Die gemeinsame Stromproduktion von PV und BHKW betrug sogar 103% des Verbrauchs. Allerdings mussten, mangels Stromspeicher, je ca. 40% des Stroms sowohl „teuer“ eingekauft als auch „zu billig“ eingespeist werden.

Stromverbrauch und Stromerzeugung laufen zumeist nicht in gleicher Höhe, so dass der Weg über die öffentlichen Netze derzeit noch erforderlich ist. Wenn bezahlbare Stromspeicher für unseren Bedarf zur Verfügung stehen, sollten wir dauerhaft unseren Verbrauch ohne teuren Zukauf decken können. Erst recht, wenn uns 2030 wieder die Dach-Südseite zur Verfügung stehen wird und – nach Ende der Dachvermietung – wir dann eine weitere eigene PV-Anlage installieren und nutzen können. Die Praxis-Erkenntnisse aus einem vollen Betriebsjahr „Stromerzeugung mit PV und BHKW“ im TV-Vital helfen uns dabei, passende energetische Maßnahmen für die Standorte Jahnhalle, Kosbacher Weg und Gelände FC West zu konzipieren. Mögliche Umsetzungen sind bereits für den anstehenden Jahreswechsel in Vorbereitung.



## WirWunder ist Unterstützung

### Gemeinsam für regionale Projekte.

Zusammen erreichen wir mehr. Mit WirWunder bringen wir regionale Projekte und wohl-tätige Spender zusammen und helfen den Menschen in der Region:

- Projekte erreichen eine große Sichtbarkeit und Reichweite.
- Teilnahme an attraktiven Spenden-Aktionen der Sparkasse.
- Spendenbescheinigungen werden automatisch an alle Spender versandt.
- Toller Support bei allen Fragen per E-Mail und Telefon.
- Alle Vereine und Einrichtungen zeigen transparent, wofür die Gelder eingesetzt werden.

Jetzt WirWunder für Erlangen, Höchststadt und Herzogenaurach entdecken: [www.wirwunder.de/erlangen](http://www.wirwunder.de/erlangen)



Stadt- und  
Kreissparkasse  
Erlangen  
Höchststadt  
Herzogenaurach



# Sportwoche und DSA aConTech

## BETRIEBLICHES GESUNDHEITSMANAGEMENT MAL ANDERS

Text: Jonathan Lorenz  
Foto: tecle

IT und Sport beißen sich? Keinesfalls! Unser Jubiläumspartner aConTech (jetzt tecle) hat seine Mitarbeitenden vom Schreibtisch geholt und eine Woche lang zu uns auf die Sportanlagen verfrachtet.

### Vorbereitung auf das Deutsche Sportabzeichen

In der Firmenphilosophie wird das Wohlbefinden und die Gesundheit der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter großgeschrieben: Bereits 2022 konnten einige tecle-Mitarbeitende das Deutsche Sportabzeichen (DSA) erfolgreich absolvieren, dieses Jahr steht die Abnahme beim TV 1848 Erlangen an. Eine Woche lang wurde am Vormittag auf den Anlagen des TV 48 trainiert, ehe es am Nachmittag zum Co-Working in die Jahnhalle oder ins TV-Vital ging. Der gesellschaftliche Aspekt steht für tecle ebenfalls im Vordergrund, immerhin sind die Arbeitnehmerinnen und Arbeitnehmer über ganz Deutschland verteilt im Homeoffice tätig. Wenn die Belegschaft dann zusammenfindet, schweiß Sport das Team zusammen!

### Bundesjugendspiele lassen grüßen

Die Sporttreibenden fühlten sich wohl teilweise in ihre Schulzeit zurückversetzt, als für die Vorbereitung auf das DSA plötzlich Weitsprung und Sprintübungen auf dem Stundenplan standen. Die Trainerinnen und Trainer des TV 48 brachten



mit Life-Kinetik®-Fun-Übungen, Indoor-Cycling-Einheiten und Zirkeltrainings im TV-Vital oder am Outdoor-Fitness-Park viel Abwechslung ins Programm. Der sportliche Leiter des TV 1848 Günther Beierlorzer konnte sogar schon Athletinnen und Athleten in einigen Disziplinen vorab mit Gold auszeichnen. Die erfolgreichen tecle-Sportlerinnen und Sportler konnten demnach am Tag der großen Firmenfeier und DSA-Prüfung entspannter anreisen.

### Deutsches Sportabzeichen

Am Freitag, den 14. Juli 2023 war unser Jubiläumspartner aConTech am Kosbacher Weg zur großen Firmenfeier zu Gast. Am Vormittag stand die Abnahme des Deutschen Sportabzeichens an. Die Teilnehmenden überzeugten durch ihre sportlichen Leistungen und holten sich ihr verdientes Sportabzeichen, ehe es zum geselligen Part am Grillhügel überging. Wir freuen uns, unseren Partner auch weiterhin auf unseren Sportanlagen begrüßen zu dürfen!

Übrigens: aConTech heißt jetzt tecle. Deutschlandweit operiert die tecle group im Mittelstand über spezialisierte Unternehmen aus den Bereichen der Infrastruktur, Kollaboration und Business Anwendung.



# „Die Drei vom Vorstand“

AUS SPASS WURD ERNST UND AM ENDE EIN TOP 10 PLATZ

Text: Johannes Baßfeld

Foto: TV 1848



2022 gab es sie zum ersten Mal beim M-net Erlanger Triathlon – die Staffeln! Sowohl bei der Kurz- als auch bei der Mitteldistanz konnte man mit Freunden, Familien, Vereins- oder Arbeitskollegen an den Start gehen. Die beste Möglichkeit Teil eines großartigen Events zu werden, ohne gleich „All-In“ zu gehen. Denn nicht jeder hat die Ausdauer für 1,5 km Schwimmen, 40 km Radfahren und am Ende noch 10 km Laufen – höchsten Respekt, an alle die, die sie haben. Dann gibt es auch noch die, die in der Mittel- und Langdistanz antreten, verrückt!

Ein Jahr später war es dann wieder soweit, der 32. M-net Erlanger Triathlon und diesmal als besonderes Highlight im Jubiläumsjahr auch noch mit Zieleinlauf in der Erlanger Innenstadt – im Erlanger Schlossgarten, eine der frühesten barocken Gartenanlagen Frankens. Motivation genug, um den sportlichen Ehrgeiz in der Vorstandschaft des Turnvereins zu wecken. Mit Jörg Bergner, ehemaliger Triathlet, und Ralph Schmid, als Läufer und Radfahrer ein Ausdauersportler durch und durch, waren zwei der Staffelpätze schon mal top besetzt. blieb nur noch ich übrig, welcher mit Ausdauersport mal absolut gar nichts am Hut hat. Die Aufgabenverteilung war relativ schnell klar – Jörg im Wasser, Ralph auf zwei Beinen und ich auf dem Rad, denn es ist ja „nur“ Fahrradfahren und das wird schon irgendwie werden. Außerdem konnte man sich auf der Kurzstrecke mit der Staffel des Oberbürgermeisters Janik und der des Bürgermeisters Volleth messen.

Also hieß es nun, Trainingsplan erstellen, Ernährung umstellen, Verzicht auf alles, was ungesund ist, tägliche Trainingseinheiten und regelmäßige Leistungsmessungen, zumindest für den ein oder anderen Teilnehmer des Erlanger Triathlons, aber nicht für „Die Drei vom Vorstand“. Denn der Eine läuft ja eh regelmäßig und ist ständig in Wettkampfform, der Andere kann auf die Grundlagen seiner aktiven Zeiten aufbauen und ich saß noch nie auf einem Rennrad. Beste Voraussetzungen!

Der Wettkampftag rückte immer näher und so langsam wurde es dann doch ernst. Am Ende der Vorbereitungsphase hatte Jörg knapp 10 Schwimmeinheiten absolviert und auch ich konnte stolze 600 Trainings-Kilometer auf dem geliehenen Rennrad vorweisen. Was soll also noch schief gehen? Dann war es endlich soweit, alle hatten sich für diesen einen Tag vorbereitet und die Anspannung war durchaus bemerkbar.

Bevor es los ging, noch fix Rad-Check-In in der Wechselzone, Fototermin mit dem Innenminister, kurz die Konkurrenz checken und seinen Teamkollegen viel Glück wünschen. Mit seiner lila Badekappe war Jörg im Teilnehmerfeld auf der Sparkassen Schwimmstrecke gut zu erkennen, ebenso OB Dr. Janik in blau – denn die „Favoriten“ bekamen farbige Badehauben. Dass sich manch eine Staffel mit „Profis“ verstärkt hat, lassen wir hier mal unerwähnt. Also ging es für alle Athleten ab ins Wasser und als Joachim Herrmann die Startflagge schwenkte gab es kein Halten mehr für alle Athletinnen und Athleten.



Da ich als zweites dran war, ging es fix zurück in die Wechselzone, kurz Aufwärmen und geduldig warten bis Jörg aus dem Wasser steigt und die letzten Meter angerannt kommt. Trotz lila Badekappe wurde er eiskalt überholt und kam nach knapp 30 Minuten aus dem Wasser. Etwas unzufrieden mit seiner Leistung übergab er den Staffelstab (ein Transponder) und konnte ab diesem Zeitpunkt nur noch zusehen und seine Teamkameraden anfeuern. Also ab zum Rad, Helm auf und bis zur Startlinie geschoben, erst ab der Markierung durfte das Rad bestiegen werden. In bester Tour de France Manier wurde in die Pedale getreten. Die Strecke konnte ich mir als „Local“ im Vorfeld schon einmal anschauen und so wusste ich, was auf mich zukommen wird. Welcher Anstieg knifflig ist und bei welcher Abfahrt ich ordentlich Gas geben konnte. Komischerweise wurde ich ständig überholt. Dürfen die das? Nach 1 Stunde und 26 Minuten lagen die 44 Kilometer hinter mir und völlig außer Atem schaffte ich es noch die letzten Meter zurück in die Wechselzone zu laufen.

Ralph schnappte sich den Transponder, von Jörg gab es motivierenden Zuspruch und für mich erstmal eine kalte Dusche. Während Ralph auf der Laufstrecke einen nach dem anderen überholte – ja, der darf das – machten sich Jörg und ich auf den Weg in die Innenstadt. Jörg war kurz vor mir da und konnte noch zusammen mit Ralph ins Ziel einlaufen. Ich kam kurz darauf mit Frau und Kindern ebenfalls im Schlossgarten an und konnte mir noch meine Finisher-Medaille holen und die Stimmung vor Ort genießen. Dass wir am Ende noch den 10. Platz von insgesamt 33 gemeldeten Staffeln erreichten, war insbesondere der Verdienst von Ralph, welcher mit 48:59 Minuten noch einmal zeigte, was er auf dem Kasten hat. Respekt!

Mit Blick auf die Konkurrenz sind wir doch ziemlich stolz auf das Ergebnis. Die beiden Bürgermeister-Staffeln konnten wir nicht hinter uns lassen. Das nehmen wir uns dann für nächstes Jahr vor. Mit etwas mehr Vorbereitung.

Vielen Dank an dieser Stelle an alle Helfer, die Organisatoren und allen die daran beteiligt waren, ein so großartiges Event auf die Beine zu stellen. Gerne wieder! Jetzt habe ich ja auch ein eigenes Rennrad.

# Körperliche Aktivität und psychische Gesundheit

## DER SCHUTZFAKTOR BEWEGUNG

Text: Claudia Nüßlein

### „Mens sana in corpore sano“ – ein gesunder Geist in einem gesunden Körper

Bereits in den Jahren vor Christus wurde ein enger Zusammenhang von körperlicher Aktivität und psychischer Gesundheit festgestellt. Regelmäßige körperliche Aktivität wird bis heute mit einem verbesserten psychischen Wohlbefinden assoziiert und hat eine präventive Wirkung in Bezug auf die Entwicklung von verschiedenen psychischen Erkrankungen wie Angststörungen oder Depressionen. In unserer modernen Gesellschaft gewinnt diese Verbindung immer mehr an Bedeutung. Mit der Entwicklung und Digitalisierung der Arbeitswelt erfordern heute viele Arbeitsplätze sitzende Tätigkeiten, was zu einer Zunahme der körperlichen Inaktivität führt.

### Aktuelle Daten zur gegenwärtigen Situation

Körperliche Aktivität ist ein bedeutender Schutzfaktor für die Gesundheit. Dennoch erreichen mehr als einer von vier Erwachsenen und mehr als 80 % der Jugendlichen nicht das von der WHO empfohlene Maß an körperlicher Aktivität, um ihre physische und die psychosoziale Gesundheit zu erhalten, beziehungsweise wiederherzustellen. Aktuelle Statistiken zeigen, dass die Menschen in Deutschland durchschnittlich 6,5 Stunden täglich im Sitzen verbringen, mehr als jeder Fünfte sogar 9 Stunden und mehr. Dies verdeutlicht den Bewegungsmangel und die Auswirkungen inaktiven Verhaltens auf die psychische Gesundheit.

Aus aktuellen Gesundheitsreporten der Krankenkassen geht hervor, dass sowohl psychische Erkrankungen als auch Muskel-Skelett-Erkrankungen die häufigsten Ursachen für Arbeitsunfähigkeitstage sind. In der Weltbevölkerung ist etwa jeder 8. Mensch von einer psychischen Störung betroffen. Insbesondere die Corona-Pandemie hat zu einem starken Anstieg einiger psychischer Krankheiten geführt. Allein im ersten Pandemiejahr sind die weltweiten Fälle von Depressionen und Angststörungen um 25 % gestiegen.

### Körperliche Aktivität und ihre Auswirkungen auf die Gesundheit

Dass regelmäßige körperliche Aktivität viele physische Vorteile bewirkt, ist allgemein bekannt. Sie stellt einen positiven Einfluss auf das Herz-Kreislauf-System dar, verbessert die körperliche Leistungsfähigkeit und schützt vor verschiedenen chronischen Erkrankungen. Ein aktiver Lebensstil hilft ebenfalls Rückenbeschwerden zu verhindern und ein konstantes Körpergewicht zu halten.

Beeindruckend sind auch die Auswirkungen von körperlicher Aktivität auf die psychische Gesundheit. Zahlreiche Studien haben gezeigt, dass Sport und Bewegung positive Effekte auf un-

ser Wohlbefinden haben und mit einer Steigerung der Lebens- und Schlafqualität einhergehen. Durch regelmäßige Bewegung wird die Produktion von Endorphinen - auch bekannt als "Glückshormone" - stimuliert, die stimmungsaufhellend wirken. Darüber hinaus hat körperliche Aktivität auch eine nachhaltige Wirkung auf unseren mentalen Zustand: Sie kann helfen, Stress zu reduzieren, Depressionen und Angstzustände zu lindern und die Selbstachtung und Selbstsicherheit zu fördern.

### Wie Sportvereine zur Förderung der psychischen Gesundheit beitragen können

Ein weiterer wichtiger Aspekt ist die soziale Komponente, die mit körperlicher Aktivität einhergeht. Über die sportlichen Angebote hinaus bieten Sportvereine eine ideale Plattform, um neue Kontakte zu knüpfen und soziale Bindungen zu stärken. Gemeinsames Training, Mannschaftssportarten oder Fitnesskurse fördern den Austausch und motivieren zu Bewegung. Die Unterstützung und der Zusammenhalt innerhalb einer Sportgemeinschaft können dazu beitragen, Stress abzubauen und das allgemeine Wohlbefinden zu steigern.

Es ist wichtig zu betonen, dass körperliche Aktivität allein keine professionelle Hilfe für psychische Erkrankungen ersetzen kann. Dennoch kann sie einen wertvollen Beitrag zur Erhaltung und Förderung der körperlichen und geistigen Gesundheit leisten. Ob Laufen, Krafttraining, Yoga, Tanzen oder Mannschaftssportarten – die Vielfalt der Aktivitäten ist groß.

### Fazit

Als Schutzfaktor stellt körperliche Aktivität einen positiven Einfluss auf unsere (psychische) Gesundheit dar. Durch regelmäßige Bewegung und Sport können wir nicht nur unseren Körper stärken, sondern auch unseren Geist. Der Turnverein 1848 und das TV-Vital bieten zahlreiche Möglichkeiten, um die Gesundheit individuell zu fördern.



# Abnehmen durch Sport

## WIE BEWEGUNG DEN STOFFWECHSEL ANKURBELT

Text: Akademie für Sport und Gesundheit

Sport ist ein wichtiger Faktor, um Gewicht zu verlieren. Durch körperliche Aktivität erhöht sich der Kalorienverbrauch des Körpers und kann somit zu einem Kaloriendefizit führen, was zur Gewichtsabnahme führen kann.

Sport kann auch den Stoffwechsel ankurbeln und den Muskeltonus erhöhen, was wiederum zu einem höheren Kalorienverbrauch im Ruhezustand führen kann. Darüber hinaus hat regelmäßiges Training viele gesundheitliche Vorteile, wie die Reduzierung des Risikos von Herzkrankungen, Diabetes und anderen chronischen Erkrankungen.

### Welche Sportarten eignen sich am besten zum Abnehmen?

#### Hochintensives Intervalltraining (HIIT)

Hochintensives Intervalltraining ist eine effektive Art von Training, um den Körper in eine Kaloriendefizit-Zone zu bringen. HIIT-Training besteht aus schnellen, intensiven Trainingseinheiten, die mit kurzen Pausen dazwischen kombiniert werden. Dies kann dazu beitragen, den Stoffwechsel des Körpers zu erhöhen und eine große Anzahl von Kalorien in kürzester Zeit zu verbrennen.

#### Krafttraining

Krafttraining ist eine weitere Möglichkeit, um den Körper in eine Kaloriendefizit-Zone zu bringen. Durch den Aufbau von Muskelmasse wird der Körper in der Lage sein, mehr Kalorien in Ruhe zu verbrennen, was den Gewichtsverlust unterstützen kann. Das Training mit Gewichten kann auch dazu beitragen, die Knochen zu stärken und die Körperhaltung zu verbessern.

#### Ausdauertraining

Ausdauertraining, wie Laufen oder Rudern, kann dazu beitragen, den Körper in eine länger anhaltende Kaloriendefizit-Zone zu bringen. Durch Ausdauertraining wird der Körper gezwungen, über einen längeren Zeitraum Energie zu verbrennen, was zur Gewichtsabnahme beitragen kann. Eine Kombination von

verschiedenen Sportarten kann auch helfen, den Körper zu fordern und den Stoffwechsel anzukurbeln.

### Wie oft und wie lange sollte man trainieren, um Gewicht zu verlieren?

Die empfohlene Trainingsdauer pro Woche beträgt in der Regel zwischen 150 und 300 Minuten. Die Häufigkeit des Trainings hängt von den individuellen Bedürfnissen und Zielen ab. Es wird empfohlen, mindestens 3-5 Mal pro Woche zu trainieren. Die besten Zeiten, um zu trainieren, hängen von der individuellen Routine und dem Lebensstil ab.

### Wie wichtig ist Ernährung beim Abnehmen durch Sport?

Eine ausgewogene Ernährung ist ein wichtiger Faktor bei der Gewichtsabnahme durch Sport. Es wird empfohlen, eine Diät zu wählen, die reich an Proteinen, Kohlenhydraten und gesunden Fetten ist. Eine hohe Proteinzufuhr kann dazu beitragen, den Körper zu unterstützen, um Muskelmasse aufzubauen und den Stoffwechsel zu erhöhen. Kohlenhydrate sollten aus komplexen Kohlenhydraten wie Vollkornprodukten, Obst und Gemüse bestehen.

### Wie kann man sich selbst motivieren, um regelmäßigen Sport zu treiben?

Motivation ist ein wichtiger Faktor beim Abnehmen durch Sport. Es gibt verschiedene Möglichkeiten, um sich selbst zu motivieren, darunter das Einrichten von Belohnungssystemen und das Festlegen von Zielen. Ein weiterer Weg, um die Motivation zu erhöhen, ist die Wahl von Partner- oder Gruppentraining. Die Teilnahme an Gruppenkursen oder das Training mit einem Partner kann den sozialen Aspekt des Trainings hervorheben und dazu beitragen, dass man sich gegenseitig unterstützt und motiviert. Unsere Trainer informieren Sie gerne zu unseren Gruppen-Angeboten!

### Wie kann man den Fortschritt verfolgen und messen?

Eine Möglichkeit, den Fortschritt zu verfolgen und zu messen, besteht darin, Messungen vor und nach dem Training durchzuführen. Messungen wie Körpergewicht, Körperfettanteil und Körpervolumen können helfen, Fortschritte zu verfolgen.

Eine andere Möglichkeit, den Fortschritt zu messen, besteht darin, Leistungsindikatoren wie die Anzahl der Wiederholungen oder das Gewicht, das man heben kann, zu verfolgen.

### Tipps zur Vermeidung von Verletzungen beim Sport

Die Vermeidung von Verletzungen ist ein wichtiger Faktor beim Training. Es ist wichtig, die richtige Technik zu verwenden und die Trainingsintensität langsam zu erhöhen. Es wird auch empfohlen, vor dem Training eine angemessene Aufwärmphase durchzuführen, um das Verletzungsrisiko zu minimieren.

### Schlussfolgerung: Wie man erfolgreich Gewicht durch Sport verlieren kann

Zusammenfassend kann regelmäßiges Training ein wichtiger Faktor sein, um Gewicht zu verlieren und eine gesunde Körperzusammensetzung aufrechtzuerhalten. Die Wahl der richtigen Sportart, die richtige Trainingsdauer und -häufigkeit sowie die Kombination mit einer ausgewogenen Ernährung sind entscheidend für den Erfolg.

Bei Fragen kontaktieren Sie gerne unsere qualifizierten Trainer, um sicherzustellen, dass Sie das Training auf eine sichere und effektive Weise durchführen.



**TV Vital**

Fitness- und Gesundheitsstudio

**TAG DER OFFENEN TÜR  
AM 8. OKTOBER  
KEINE ANMELDEGEBÜHR!  
MONATLICH KÜNDBAR!  
ÜBER 100€ SPAREN!**

\* Angebot für TV-Vital Halbjahrestarif,  
Aktion gültig bis 31.10.2023



**175** JAHRE

Dem Sport verbunden.



**TVE**  
1848

**WILLKOMMEN IM TV-VITAL – LERNEN SIE UNS KENNEN!**

Ihr Fitness- und Gesundheitsstudio mit einzigartiger Lage und Atmosphäre in Erlangen.

TV-Vital | Dompropststr. 2 B | 91056 Erlangen | [www.tv48-vital.de](http://www.tv48-vital.de) | 09131 - 480817



# TV Vital

Fitness- und Gesundheitsstudio

## TAG DER OFFENEN TÜR AM 8. OKTOBER JETZT ANMELDEN & ÜBER 100 EUR SPAREN!

### SONDERKURSPROGRAMM

9:30 UHR - RÜCKENFITNESS

10:30 UHR - LANGHANTEL TRAINING

10:45 UHR - INDOOR CYCLING

15:00 UHR - T-BO BOXFITNESS

16:15 UHR - JUMPING FITNESS

17:30 UHR - INDOOR CYCLING

(FÜR KURSTEILNAHME BITTE VORAB ANMELDEN)

### UND AUSSERDEM:

AB 10:30 UHR FITNESSFRÜHSTÜCK  
STUDIOFÜHRUNGEN BIS 19 UHR

**NEU**  
IM TV-VITAL

**Dr. WOLFF**<sup>®</sup>  
SPORTS & PREVENTION

PHYSIO-TRAINING

GEZIELTES TRAINING AN MEDIZINGERÄTEN UNTER QUALIFIZIERTER ANLEITUNG:



**RÜCKEN**



**HÜFTE**



**KNIE**

# Neu im TV-Vital!

## DR. WOLFF PHYSIO-TRAINING

Text: Klaus Leutsch, Quelle: Dr. Wolff  
Foto: Klaus Leutsch, Janis Hansen

**PHYSIO-TRAINING: Der neue Weg zur Gesundheit für Rücken und Gelenke. Für alle, die schnell und unkompliziert ein therapieähnliches Bewegungsprogramm suchen.**

Im Unterschied zur Physiotherapie erfolgt das PHYSIO-TRAINING ohne ärztliche Verordnung und man kann sofort starten. Das spezielle Training wurde für bestimmte gesundheitliche Problemstellungen entwickelt. Hierzu zählen Rückenschmerzen oder altersbedingte Hüft- und Knieprobleme.

Das PHYSIO-TRAINING dient aber auch dem Muskelaufbau nach typischen operativen Eingriffen im orthopädischen Bereich, wie z.B. die muskuläre Sicherung bei Gelenkersatz oder nach einem Bandscheibenvorfall.

Die vom Hersteller für Medizinprodukte Dr. WOLFF entwickelten Programme für das PHYSIO-TRAINING sind wissenschaftlich und von erfahrenen Therapeuten geprüft. Ein PHYSIOTRAINER mit entsprechender Fortbildung leitet das Training an den medizinischen Geräten an.

**PHYSIO-TRAINER: Der Spezialist für Rücken-, Hüft- und Kniebeschwerden. WIR haben die Programme!**



Der neue Dr. Wolff Physio-Trainings-Zirkel im umgebauten und renovierten TV-Vital.



Vital-Team bei der Fortbildung zum Physio-Trainer unter Anleitung von Fr. Siemens-Wolff.

Die Ausbildung ist auf die verschiedenen Krankheitsbilder bezogen und in der mehrtägigen Schulung werden sowohl Theorie als auch Praxis vermittelt. Den Schwerpunkt bilden die Programme zum PHYSIO-TRAINING. Das Ziel ist schließlich nicht der große Bizeps, sondern die langfristige Funktion der betroffenen Gelenke und ein schmerzfreier Rücken.

**Dein Rücken will bewegt werden – auch wenn er schmerzt**

Viele Rückenpatienten haben die „Kontrolle“ über ihre Lendenwirbelsäule verloren. Der Schmerz hat sie fest im Griff. Das bedeutet, dass viele klassischen Alltagsbewegungen in „Schonhaltung“ und somit falsch ausgeführt werden.

Die Angst vor dem Schmerz ist täglicher Begleiter. Doch wie kann man, den Empfehlungen entsprechend, weiterhin aktiv bleiben?

Entscheidend ist die Stabilisierung und Kontrolle der Lendenwirbelsäule. Dabei steht die sogenannte muskuläre Sicherung, vor allem durch die tief liegenden Muskeln an der Wirbelsäule, im Vorder-

grund. Das lässt sich an bestimmten medizinischen Geräten gut trainieren und hat nichts mit klassischem Krafttraining zu tun.

**Hüft- oder Knieschmerz? Bewegung hilft bei Arthrose!**

Der Volksmund sagt: wer rastet der rostet! Das bestätigt auch die Wissenschaft. Die Forschungsergebnisse der vergangenen zehn Jahre zum Thema „Sporttherapie bei arthrotisch veränderten Hüft- und Kniegelenken“ haben gezeigt, dass ein angemessenes Training positive Effekte bezüglich der Bewältigung des Alltags und der Reduktion der Schmerzen bewirken kann. Ziel ist die Schmerzen zu lindern sowie die Gelenkfunktion zu erhalten und zu verbessern.

**Angst vor Belastung – Schonem ist der falsche Weg**

Die Diagnose einer Arthrose und Gelenkschmerz erzeugt bei vielen Menschen die Angst vor Bewegung. Sie denken, dass die Schonung der Gelenke ein Fortschreiten der Arthrose aufhalten kann

und vermeiden sportliche Aktivität und Bewegung.

Die aktuelle Studienlage belegt das Gegenteil. Gut dosierte Bewegungsprogramme aktivieren den Stoffwechsel verbessern, den Blutfluss, steigern die Versorgung der Gelenke mit Gelenkflüssigkeit und Nährstoffen. Der Gelenkknorpel lebt von Be- und Entlastung!

## FAZIT:

**Das Training von Kraft, Ausdauer und Beweglichkeit sorgt für eine gute Muskulatur, stabilisiert die Gelenke und erhält die Flexibilität. Das Training kann sogar eine Operation hinauszögern oder vielleicht ganz vermeiden!**

## Unsere Programme:

- Segmentale Stabilisation der Lendenwirbelsäule
- Hüftarthrose und Hüft-TEP
- Meniskus
- Trainingstherapie bei operativer Versorgung des vorderen Kreuzbandes
- Konservative Trainingstherapie bei vorderer Kreuzbandruptur
- Kniearthrose und Knie-TEP

„Jetzt kann das Training beginnen!“



# Endlich wieder Sommerfest im TV-Vital

NACH ABGESCHLOSSENER RENOVIERUNG EIN GUND ZUM FEIERN

Text: Klaus Leutsch  
Foto: K. Leutsch, S. Faria

Nach dreijähriger (coronabedingter) Pause fand am Freitag, den 14. Juli endlich wieder das traditionelle TV-Vital Sommerfest statt. Der Wettergott meinte es gut mit uns und bescherte beste Bedingungen für einen herrlichen Abend.

Nicht nur die lange Pause machte die Veranstaltung zu etwas Besonderem, sondern auch die abgeschlossene Vital-Renovierung und allem vorweg das 175-jährige Jubiläum des TV 1848 verliehen dem Fest die besondere Note.

Um den „Vereinsgeburtstag“ gebührend zu feiern, waren alle Getränke kostenlos und als Freibier wurde unser vereinseigenes „48er-Jubiläumsbier“ ausgedient.

Alle Mitglieder des TV-Vital samt Familie und Freunden waren herzlich eingeladen und sind zahlreich erschienen, um bei bestem Wetter einen entspannten Abend zu genießen. Traditionell gab es neben dem frisch gezapften Fassbier, die bekannten „Leckereien“ vom Grill und ein buntes Buffet mit den verschiedensten mitgebrachten Salaten und Nachspeisen unserer engagierten Vital-Mitglieder.



Da musste auch unser neues Vereins-Maskottchen „Turnerla“ vorbeischaun und sich gebührend vorstellen.

Ein großes Dankeschön an alle Helfer, alle „Buffet-Spender“ und natürlich an unsere Mitglieder, die den Abend mit unserem Vital-Team verbrachten.



# Neues aus dem TV-Vital

## DER GERÄTEFUHRPARK HAT ZUWACHS BEKOMMEN

Text: Janis Hansen  
Foto: Janis Hansen

Nach der Renovierung des TV-Vital, ist es dem einen oder anderen bestimmt aufgefallen, dass wir auf der Fläche auch ein paar Neuzugänge zu vermelden haben. Neben dem Dr. Wolff Physio Trainingsbereich (dieser wird in einem anderen Bericht in dieser Zeitung genauer vorgestellt), haben wir den Krafttrainingsbereich mit einen Seilzugturm und den Ausdauerbereich mit einen Climb (Ein Gerät, das das Treppensteigen simuliert.) erweitert.

### Seilzugturm von Technogym

Im Krafttrainingsbereich steht nun ein Seilzugturm der Firma Technogym mit vier Trainingsstationen. Hiermit haben wir nun eine weitere Möglichkeit die Übungen Rudern und Latzug am Seilzug durchzuführen. Zusätzlich können die genannten Übungen hier einarmig durchgeführt werden, was im Bereich Athletik vor allem von Vorteil sein kann. Die anderen beiden Trainingsstationen können beispielsweise für das Training der Arme genutzt werden, auch hier ist es mit einem Karabinersystem möglich eine Vielzahl an Griffen zu verwenden und sein Training abwechslungsreich zu gestalten.



### Climb von Technogym

Den Ausdauerbereich haben wir um ein richtig geniales Gerät erweitert. Es klingt zwar banal, aber dieses Gerät nutzt man zum Treppensteigen. Verschiedene Programme können gewählt werden, um ein spezielles Gesäßtraining durchzuführen, die Ausdauer zu verbessern oder abzunehmen. Wer sich bisher getraut hat das Gerät zu nutzen, spricht im Anschluss nur positives über das anstrengende Training und über die große Anzahl an verbrannten Kalorien.

Wer nun interessiert ist, die neuen Geräte einmal auszuprobieren, der kann sich gerne an das Team im TV-Vital wenden. Wir helfen gerne dabei, die Maschinen einzustellen und zu erklären.



**aischparkdruck**  
Mediengestaltung | Druckerei | Werbetechnik

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

Tel. 0 9193 50 33 50 0

[www.aischparkdruck.de](http://www.aischparkdruck.de)  
[info@aischparkdruck.de](mailto:info@aischparkdruck.de)

**...zeigen Sie der Welt,  
dass es Sie gibt!**

**k**  
**krugmann**  
werbeagentur

- Werbegestaltung
- Druckprodukte
- Internet
- Beschriftungen
- Fotografie
- Schulungen

Fürther Straße 3 • 91058 Erlangen  
[www.krugmann-werbeagentur.de](http://www.krugmann-werbeagentur.de)

35 Kinder wollten in der 1. Sommerferienwoche unbedingt am Outdoor-Zirkus teilnehmen. Geplant waren viele Aktivitäten rund um das Thema Zirkus am Kosbacher Weg. Das Sonnensegel hätte uns vor der Sonne schützen, der Sportboden bei der Akrobatik unterstützen und die Steintreppen hätten als Tribüne fungieren sollen. Leider kam vieles anders. Nach dem ersten, immerhin noch trockenen Tag mussten die Zirkuskinder ins TV-Vital umziehen, da für die Tage zwei und drei Regenwetter angekündigt waren. Kursraum 2 war von nun an die Manege für Akrobatik, Jonglage und jede Menge mehr. Am vierten Tag konnten wir endlich wieder an den Kosbacher Weg umziehen, allerdings machte uns das Wetter erneut einen Strich durch die Rechnung. Heftiger Wind ließ keine Jonglage zu. Schließlich gaben wir unser Projekt Outdoor-Zirkus auf und zogen in die Turnhalle am Kosbacher Weg um.



Unser Bild zeigt die Kinder bei der Abschlusspyramide bei der Vorstellung am Freitag.

An dieser Stelle ein herzliches Dankeschön an Martin Ackermann für die Durchführung der Zirkuswoche. Ein ebenso herzliches Dankeschön an alle Helfer und Helferinnen.

Um den Kindern dieses Angebot anbieten zu können, braucht man im Hintergrund einen erfahrenen und starken Partner. Der Dank gilt an dieser Stelle der Sparkasse Erlangen für die Zusammenarbeit.

## Großes Straßenfest „100 Jahre Büchenbach“

DER TV 1848 WAR DABEI!

Text: Markus Bauer  
Foto: TV 1848

Am Samstag, den 01.07. wurde unser Verein zu „100 Jahre Büchenbach“ eingeladen. Die Wandlung vom kleinen fränkischen Dorf zu einem der größten Stadtteile Erlangens wurde gefeiert. Für die rund 18.000 Büchenbacher, ein großes Straßenfest mit vielen Highlights. Über 50 Vereine, Organisationen und Initiativen präsentierten sich am Samstag einen Tag lang rund um die St. Xystus Kirche, das Gemeindezentrum und am Sportplatz im Heckenweg. Unser TV 1848 war vertreten mit einem Infostand vom TV-Vital, mit einer Aufführung von Vision Vital und der Fußball Akademie.

Ein Teil der Videoclip Dance Gruppe des Vision Vitals, präsentierte einen Tanzauftritt zu satten Latin Beats. Tanztrainer Ysmael studierte hierfür mit den 13 - 16-Jährigen Jugendlichen eine schwungvolle Choreographie mit coolen Hip-Hop Moves ein.

Am Sportplatz am Heckenweg durfte sich die TV 48 Fußball Akademie in Kooperation mit der Jugendfußballabteilung zeigen. Alle interessierten Kinder, Jugendlichen und auch Erwachsenen, konnten sich in einem Parcours aus Ballgeschicklichkeit, Koordination und Torschuss beweisen.

Beim TV-Vital Infostand, konnte man unter anderem einen kleinen Fitness-Check machen. Darüber hinaus gab es viele Informationen rund um unser Fitnessstudio.

Ein großes Dankeschön an die Organisatoren von „100 Jahre Büchenbach“. Es war ein tolles Fest an einem warmen Sommertag. Schön, dass wir dabei sein durften.



# Bettinas Herzsportgruppen unterwegs in Südthüringen

## EINE HERRLICHE WOCHE DER GEMEINSCHAFT

Text: Burkhard Große

Foto: Uta Jonas, Günther Wedel, Iwona Izydorczyk

Schon die Fahrt in Privatautos nach Bad Blankenburg über Eisfeld, das Werratal aufwärts, den Rennsteig überquerend und das Schwarzatal abwärts war wunderschön, aber kurvenreich. Am Nachmittag eingetroffen erwartete uns ein reichhaltiges Kuchenbuffet mit Kaffee (von Bettina mitgebracht) im Quartier. Und das war, unserer Sportlichkeit geschuldet, die Landessportschule Thüringen in Bad Blankenburg. Eine riesige Anlage mit Fußballfeldern, Sporthallen (wir hatten unseren eigenen Gymnastikraum), weiträumigen parkähnlichen Außenanlagen, Feuerlöschteich mit Springbrunnen, hotelmäßiger Unterbringung, guter Küche, Pub und vielen Tagungsräumen.

Nach dem Kaffee machten wir uns zu einer Stadterkundung auf, geführt von Stadtplan und Fragebogen und fanden im Team die einzelnen Ziele im durch ein Stadtfest belebten Städtchen. Am Abend gab es wieder das allbekannte „Büchenbacher Intelligenzblatt“ mit reichhaltigen Informationen zu den Unternehmungen der nächsten Tage und einem großen Rätsel, das gleich in Gemeinschaft gelöst wurde.

### Montag, 3.7.23



Morgentliche Frühgymnastik im Spiegelsaal der Fröbelhalle.

Nach Frühsport und Frühstück fuhrten wir nach Volkstedt, einem Ortsteil von Rudolstadt und brachen von dort zu unserer Wanderung auf. Rechts der Saale führt ein wunderschöner Weg, die Rudolstädter Riviera, begrenzt von erodierten Sandsteinwänden, plötzlich Plattenkalk, wieder gelber Sandstein, hinauf nach Oberpreilipp. Diesen Weg soll auch Schiller bei seinen Aufenthalten in Rudolstadt bevorzugt haben. In Oberpreilipp gab es auf dem Platz vor der Kirche erst einmal eine längere War-

tepause, da einige den Weg über die Schillershöhe, Schillers Lieblingsort an der Saale, gewählt hatten und ihn dann nicht fanden. Sie sind einem roten Punkt folgend über die Schillershöhe zu einer Höhle gelangt. Anschließend waren sie auf sich selbst gestellt und mussten den steilen Berg hinunter einen Weg finden, den es nicht gab. Wir hatten Zeit, die Aussprache des Ortes Oberpreilipp zu üben. Aber dass die Abtrünnigen dann mit dem Auto kamen, war wieder recht. Konnten doch die Fußlahmen nun auf den Kulm fahren. Bemerkenswert auf den Wiesenwegen waren die vielen schwarz-weißen Schachbrett-Falter, die überall flatterten.

Von Oberpreilipp geht es für die Rüstigen durch den Wald hinauf zum Kulm, einer 482 m hohen Aussichtskuppe mit Hotel, Turm und Biergarten, der sogar montags aufhatte, und uns mit Bockwurst, Wienerlen und Kartoffelpuffer erfreute. Den Abend verbrachten wir mit Spiel und Unterhaltung.

### Dienstag, 4.7.23

Heute stand Rudolstadt auf dem Plan. Um 11 Uhr bekamen wir eine Führung auf der Heidecksburg, dem ehemaligen Residenzschloss der Fürsten von Schwarzburg-Rudolstadt, die bis 1919 dort residierten. Es zählt zu den prachtvollsten Barockschlössern des 18. Jahrhunderts, dessen Prunk- und Wohn-räume wir sahen. Im Anschluss besichtigten wir noch die entzückende Ausstellung Rococo en miniature im Untergeschoss mit kunstvollen Nachbildungen des adeligen Lebens im Rokokoprunk im Maßstab 1:50. Im Schlossgarten-Teehaus erfrischten wir uns und machten uns dann auf in die kleine Residenzstadt. Hier weilte Friedrich Schiller 1788 einen glücklichen Sommer lang in Gesellschaft der beiden Schwestern Caroline und Charlotte von Lengefeld. Die jüngere, Charlotte heiratete er und blieb Rudolstadt immer sehr verbunden. Also Besichtigung des Schillerhauses. Ein kleiner Stadtrundgang mit Markt, Rathaus, Kirche und Handwerkerhof beendete unser Tagesprogramm, und eine leicht ermüdete Gesellschaft fuhr nach Bad Blankenburg zurück.

### Mittwoch, 5.7.23



Nach dem Frühstück Aufbruch ins Schwarzatal.

Das Schwarzatal lädt zum Wandern ein. Vom Sportgelände aus waren wir sofort am denkmalgeschützten Chrysopras-Wehr im unteren Schwarzatal, das als eines der schönsten Flusstäler des Thüringer Waldes bzw. des Thüringer Schiefergebirges gilt.



Die Wandergruppe am Chrysopras-Wehr im unteren Schwarzatal.

Rechtsseitig führt der bequeme und schattige Rad- und Wanderweg mit vielen naturkundlichen Informationen. Es gab Erdbeeren und Himbeeren und wir sahen die eher seltenen Strudeltöpfe in den Schieferblöcken im Fluss. Mittags rasteten wir im Schweizerhaus auf der Terrasse. Ein Wanderbus brachte die Fußmüden zurück, die anderen wanderten auf halber Höhe über Burgruine Eberstein zur Landessportschule.

### Donnerstag, 6.7.23

Unser erstes Tagesziel erreichten wir mit den Autos: Kloster Paulinzella, das abgelegen in einem Seitental nördlich von Königsee liegt. Es ist eine der größten romanischen Klosterruinen Deutschlands. 1102 von Benediktinerinnen gegründet, verfiel sie nach der Reformation. Die Schwarzburger Grafen übernahmen die Besitztümer und errichteten ein kleines Jagd-

schloss. Darin ein hübsches Museum. In den Außenanlagen mit altem Baumbestand konnten wir erholsam wandern. Zurück ging es nach Bad Blankenburg auf die Burg Greifenstein, dem Wahrzeichen der Stadt auf dem mit alten Buchen bewachsenen Hausberg. Die Grafen von Schwarzburg ließen die Burg im 16. Jh. auf und nahmen ihren Sitz in Rudolstadt. Die Burg verfiel, wurde aber im 19. Jh. gesichert und Turm und Palas wieder aufgebaut. Es ist eine riesige Anlage, man braucht ein bisschen, bis man am Palas ist, in dem wir rasteten und uns an Thüringer Speisen labten. Um 14 Uhr fing die Vorstellung der dortigen Falknerei an. Es war sehr heiß, aber wir fanden noch ein schattiges Plätzchen und sahen eine ausgezeichnete Vorführung und Erklärung der verschiedensten Greifvögel.



Flugvorführung der Falknerei Burg Greifenstein.

Wieder im Städtchen besuchten wir noch das Fröbelmuseum. Friedrich Fröbel (1782 – 1852), der eine moderne Kleinkinderpädagogik entwickelte, gründete in Blankenburg 1840 den ersten Kindergarten. Seine Ideen und Methoden, seine Spielzeuge breiteten sich schnell weltweit aus. In Bad Blankenburg und Umgebung „fröbelt“ es überall (-Schule, -Denkmal, -Turm, -Höhe, -Halle, -Kindergarten, -Straße, -Blick, -Wanderweg, -Museum).

#### Freitag, 7.7.23

Der Tag gehörte der Eisenbahn. Mit den PKWs ging's zum Bahnhof Schwarzburg, der am Hang hoch über dem Ort liegt. Das Bahnhofsgebäude von 1900 ist das schönste und aufwendigste der Schwarzatalbahn. Das Dach ist mit farbig glasierten Ziegeln gedeckt. An der Westseite wurde für die Schwarzburger Fürsten ein separater Anbau errichtet. Mit dem Regionalbähnchen fuhren wir hinunter in's Schwarzatal und weiter bis zum Örtchen Obstfelderschmiede. Dort stiegen wir in die Oberweißbacher Bergbahn. Nach dem 1. Weltkrieg erbaut, gilt sie als die steilste Bahn der Welt zur Beförderung normalspuriger Eisenbahn-

wagen. Wir genossen die Berg- und die Flachstrecke, die wir hin und sofort wieder zurück in einem Olitätenwagen fahren, einem Panoramawagen zum Thema Kräuter. Zurück an der Bergstation Lichtenhain stiegen wir aus, um den Walderlebnispfad im Fröbelwald zu erwandern (Fröbel ist im Nachbarort Oberweißbach geboren). Eigentlich sollte die Mittagspause im Lichtenhainer Mitropaspeisewagen an der Bergstation stattfinden, aber der Betreiber legte unerwartet einen Ruhetag ein. So fuhren wir hinab (steil zum Fürchten) und bekamen im Bahnhofsbistro "Die Talstation" unsere Thüringer Bratwurst und genug zu trinken. Eine Ruhe dort, kein Flugzeug am Himmel, lautes Vogelgezwitscher – so richtig Urlaub. Die Schwarzatalbahn brachte uns zu den Autos und diese zurück in die Landessportschule Bad Blankenburg.

#### Sonnabend, 8.7.23

Leider musste uns Irmi am Samstag nach Gymnastik und Frühstück verlassen. Nachdem wir am Freitag beschlossen hatten, wegen der zu erwartenden Hitze die geplante Altstadtführung in Saalfeld abzusagen, hatten alle den Vormittag zur freien Verfügung. Anstelle Abendessen wurde mittags die Mahlzeit im Sportrestaurant eingenommen. Am frühen Nachmittag ging es dann nach Saalfeld ins Restaurant Alte Post, wo wir in der Kutscherstube von einem Bettelmönch empfangen wurden, der uns in die Katakomben – die alten Bierkeller einer Brauerei – 14 m unter dem Restaurant entführte. Dort war es herrlich kühl.



Konzert bei der Burgruine Hoher Schwarm.

Aber auch in der im Keller liegenden Kutscherstube war es angenehm temperiert. Dort ließen wir es uns schmecken. Am Abend hatten wir Karten für ein Konzert „Klangzauber unterm Sternenzelt“ an der Burgruine im Park am Hohen Schwarm-auch Sorbenburg genannt. Es spielten die Thüringer Symphoniker in Kooperation mit der Opernklasse der Hochschule für Musik »Franz Liszt« Weimar schönste Melodien aus Oper und Operette. Es war ein wundervoller Abend, da auch das Wetter mitspielte. Nach der Rückkehr ließen einige den Tag im „Champions Pub“ der Landessportschule ausklingen.

#### Sonntag, 9.7.23

Nach dem Frühstück kam die Zeit des Abschieds. Alle wurden auf die restlichen Autos verteilt und sicher heimgebracht. Eine herrliche Woche der Gemeinschaft und gemeinsamer Unternehmungen liegt hinter uns.



# MAYER

## MALER UND AUSBAU

### Sonnenstraße 23 b

### 91058 Erlangen

Telefon: 09131-71980    Telefax: 09131-719858

[www.maler-erlangen.com](http://www.maler-erlangen.com)

# Judokas stürmen die Erlanger Bergkirchweih

## GESELLIGER AUSFLUG AUF DEN „BERCH“

Text: Klaus Lohrer

Foto: Heizo Takamatsu

Bei herrlich sommerlichem Wetter wurde die jahrzehntelange Tradition weitergeführt:

Die fast 190 (!) Judoka haben sich wieder am ersten „Berchfreitag“ in der Kitzmann-Talstation eingefunden.

Mit tollen aktuellen Gesprächen bzw. Rückblicken wurde bei Brotzeit und Bier wieder fleißig diskutiert und in Anekdoten geschwelgt, dabei wurde der ureigenste Judogruß dieses Jahr etwas vernachlässigt, nun, Ansporn für 2024!



## Endlich wieder!

### DAS ZELTLAGER DER JUDO-BREITENSPIELGRUPE

Text: Heike Sobotta

Foto: Karolin Emilius

Diesmal haben unsere Haupt-Organisatoren Gerd und Christian nach Waischenfeld eingeladen - also schon an sich eine Reise ans Ende der Welt, genauer ans Ende der Fränkischen Schweiz. Aber es wurde eine wahre Odyssee mit gefühlt 100 gesperrten Straßen und weiträumigen Umleitungen sowie einem vergeblichen Versuch, eine Vollsperrung einfach frech zu durchfahren. Blöderweise ließ sich die allerletzte Sperre, also das Ende der Vollsperrung nicht mehr öffnen, ein hilfsbereiter Anwohner entpuppte sich als engstirniger Paragrafenreiter, der uns allen Ernstes wieder durch alle von uns geöffneten und wieder geschlossenen Sperren zurückschickte.

Und dann, nach einer kleinen Umgehung, sagte unser Navi „Sie sind angekommen!“ Wir standen im Nichts, zwischen Friedhof, Wald und arbeitenden Bauern, an einer Wegkreuzung von Feldwegen. Keine Spur eines Zeltplatzes. Aber dann endlich - Stimmen hinter den Büschen. Und wirklich, den Stimmen hinterher: Da war eine große Wiese, drei einsame kleine Zelte verstreut, aber auch die zwei



großen Verpflegungszelte und bekannte Gesichter, der Zeltplatz!

Was ist das Besondere? Endlich Zeit für die Judokas, mit denen man jede Woche trainiert. Wiedersehen mit denen, die man nur noch zweimal im Jahr, im Zeltlager und beim Skifahren trifft. Kennenlernen von Ehemaligen, von Urgesteinen. Reden über Gott und die Welt, über Frauen, Männer, über Hobbys, Interessen, über Beruf und über Judo. Zeit, Auszeit. Langsam wächst das Buffet, (fast) jeder Neuankömmling stellt irgendwas auf die Salat- oder die Nachttisch-Seite. Der Grill

wird angefeuert, das erste Fass ist längst ‚ozapft‘. Dann, nach dem Essen züngeln die ersten Flammen in der riesigen Feuerstelle. Die ersten Bierbänke wandern drumrum. Eine Isomatte und ein Schlafsack. Bald ist der Kreis von Bierbänken geschlossen. Dieser Moment ist das Besondere, alle versammelt um das Feuer. Jetzt, wo der Alltag uns wieder hat, freuen wir uns schon auf die nächste Freizeit in einem Jahr! Nochmals ein dickes Dankeschön an Gerd und Christian für die Organisation.



# Stiftungsfest 175 Jahre TV 1848 Erlangen

GEEHRT FÜR LANGJÄHRIGE MITGLIEDSCHAFTEN UND VERDIENSTE

Text: Christian Emilius  
Foto: Rainer Krugmann

Beim Stiftungsfest am 03.07.2023 wurden für langjährige Mitgliedschaften und Verdienste rund um den Verein zahlreiche Mitglieder aus der Judoabteilung durch den Hauptverein geehrt.

Für 25 Jahre Mitgliedschaft: Kilian Redel, Dr. Martin Schwetz, Johannes Worm, David Xanthas, Dr. med. Hendrik Gaßmann, Sandra Hübener, Daniel van Opdenbosch und Jürgen Zittlau,

Für 40 Jahre: Christoph Schotte und für 50 Jahre Robert Schaufler, Joachim Semlinger und Ralph Smutny.

Besonders die ausgesprochenen Ehrenmitgliedschaften für Gerd Macholdt und Hinnerk Hagenah sind ein Zeichen der Wertschätzung für jahrzehntelangen Einsatz für den TV 1848.

Mit der Ehrennadel in Silber wurden aus der Judoabteilung Robert Engelhardt,



Bruno Robitzkat und Tilman Schwob ausgezeichnet, außerdem mit der Ehrennadel in Gold Christian Emilius und Sven Reß.

Begleitet wurde die Veranstaltung durch schöne Taneinlagen der Ballettgruppe des TV-Vital.

## Viel Spaß im Judo-Zeltlager 2023

NACHTWANDERUNG, GELÄNDESPIEL UND VIELES MEHR

Text: Paul  
Foto: Abteilung

Das erste Wochenende im Juli haben wir auf dem Waischenfelder Zeltplatz mit etwas Sport, Lagerfeuer und besonders viel Spaß verbracht. Mit 28 Teilnehmern zwischen 4 und 13 Jahren wurde es auch dann nicht langweilig, als es kurzzeitig geregnet hat. Auch das selbstgekochte Essen hat allen geschmeckt, vor allem die Burger und die Wraps!

Neben den eigenständigen Aktivitäten wurde die Zeit auch mit einer Nachtwanderung, einem Geländespiel, dem traditionellen Morgensport und vielen weiteren spannenden Dingen gefüllt. Auch Stockbrot, Marshmallows und das nächtliche Werwolf-Spiel durften nicht fehlen.



Zusammengefasst: Ein sehr gelungenes Wochenende, sowohl für die Teilnehmer als auch für die Betreuer und für die ausgereichten Eltern





Die erfolgreichen Prüflinge nehmen stolz ihre Urkunden entgegen.

## Karatelehrgang mit Dr. Frank-Dieter Hörner

HOCHGESCHÄTZT UND HOCHMOTIVIERT

Text: Johanna Strehl

Foto: Martina Ryssel, Reinhard Döhnel

Am 15. und 16.07.2023 fand der diesjährige Lehrgang mit Dr. Frank-Dieter Hörner statt, eine seit vielen Jahren gepflegte und hochgeschätzte Tradition in der Karateabteilung des TV 1848. Trotz der hohen Temperaturen fanden sich daher viele hochmotivierte Karatekas am Samstag zum Training in der Sporthalle des Emmy-Noether-Gymnasiums ein.

### Von Weiß bis Schwarz – für alle etwas dabei

In der Unterstufe (Weiß- bis Blaugurte) lag der Schwerpunkt auf wettkampforientiertem Karate, hier wurden mit Partner und Prätzen Reaktionsschnelligkeit und effiziente Ausführung der Karatetechniken geschult. Auch dynamisches und effektives Katatraining kam zum Zuge. Die Unterstufe war voller Begeisterung dabei und ließ sich trotz der stetig ansteigenden Temperaturen nicht davon abhalten, bei den körperlich und geistig herausfordernden Übungen alles zu geben. Nachmittags konnte auch die Unterstufe schon fortgeschrittene Anwendungsmöglichkeiten, Hebel und Druckpunkttechniken sicher üben.

Die Oberstufe durfte sich über ein Training freuen, welches sich weniger an Prüfungsprogrammen orientierte, sondern vielmehr die Augen öffnen sollte für vielfältige praktische Anwendungsmög-

lichkeiten von an sich altbekannten Karate-Basistechniken. Frank-Dieter Hörner führte die Oberstufe hierbei strukturiert und schrittweise an die Biomechanik von Griffen und Hebeln heran, welche sich aus vielgeübten Grundlagetechniken ableiten lassen. In zahlreichen Partnerübungen durften die Karatekas sich in die Bewegungsabläufe hineinfühlen. Frank-Dieter Hörner legte den Lehrgangsteilnehmern eine pragmatische Bewegungsökonomie ans Herz: Kontakt zum Körper des Gegners sollte stets auch zum Setzen eines gezielten Schmerzreizes genutzt werden, um Körperspannung, Haltung und Konzentration des Gegners zu stören. Abgerundet und aufgelockert wurde der Oberstufenunterricht durch Kata- und Kumite-Übungen. Auch hier setzte Frank-Dieter Hörner zahlreiche frische Impulse hinsichtlich Dynamik und Strategie im Freikampf.

### Sommerfest bringt Erholung und Abkühlung

Unterbrochen wurde der „Ernst“ des Lehrgangs erst am Samstagnachmittag durch das Sommergrillfest der Karateabteilung des TV 48 Erlangen. Hier durften die Karatekas und ihre Familien sich durch ein reichhaltiges Buffet von Grillgut und verschiedensten Salaten schlemmen. So regenerierten sich die Lehrgangsteil-

nehmer bis zum Hereinbrechen des obligatorischen Sommergewitters einträchtig in der Abendsonne.

Als klarer Beweis für die Qualität des Lehrgangs ist zu werten, dass sich die Lehrgangsteilnehmer nahezu vollzählig am Sonntagmorgen für die abschließenden Trainingseinheiten wieder in der Emmy-Nöther-Halle einfanden.

Nach Abschluss des Lehrgangs dankte Reinhard Döhnel, der Leiter der Karateabteilung des TV48, Frank Hörner sehr herzlich für den inspirierenden Lehrgang und überreichte ihm ein kleines Geschenk.

### Zum Abschluss noch eine Gürtelprüfung

Während damit der Lehrgang für die Meisten offiziell zu Ende ging, stand für die Senseis Reinhard Döhnel und Frank Hörner noch eine letzte Aufgabe an: Es galt, die Gürtelprüfungen abzunehmen. Hierbei stellten sich 19 Karateka der kritischen Prüfung durch die beiden Meister, um die nächste Graduierung zu erlangen. Während sich bei dem einen oder anderen Anwärter noch anfänglich Nervosität bemerkbar machte, verstanden es Reinhard und Frank, die (teils noch sehr jungen) Prüflinge mit ruhigen und bestimmten Anweisungen sicher durch

ihr Examen zu leiten. Erfreulicherweise konnten alle Kandidaten durch gute Leistungen überzeugen und den nächsten Kyugrad erreichen.

Die Karateabteilung des TV 48 Erlangen freut sich somit über ein gelungenes Lehrgang-Wochenende und dankt Dr. Frank-Dieter Hörner ganz herzlich für viele neue Impulse und die Motivation, die tradierten Formen auch aus anderen als den gewohnten Blickwinkeln zu betrachten.



Diana und Susanne trainieren eine Hebeltechnik.



Frank-Dieter Hörner begeistert auch die jüngsten Teilnehmer.

**ESTW**  
ERLANGER STADTWERKE

**Grünstrom in Premiumqualität**

- 100 % Strom aus erneuerbaren Energien
- Unterstützung der Energiewende (Neuanlagenförderung + Ausbau)
- faire und kundenfreundliche Vertragsbedingungen
- zertifiziert durch die Nr. 1 der deutschen Ökostromsiegel

So fühlt sich's an mit **ECHTEM Grünstrom\***

\* TÜV-zertifiziert und mit ok-power-Siegel | [www.estw.de/gruenstrom](http://www.estw.de/gruenstrom)

# Mittelfränkische Meisterschaften Langhürden und Sprinterabend

## NEUER TEILNEHMERREKORD

Text: Tobias Reichelt  
Foto: Moritz Persitzky

Am 20. Juni hat die Leichtathletikabteilung auf dem Sportgelände am Europakanal die mittelfränkischen Meisterschaften Langhürden und den Sprinterabend ausgerichtet. Bei sommerlichen Temperaturen haben wir mit über 160 Athlet/innen einen neuen Teilnehmerrekord erreicht.

Zu Beginn des Wettkampfes haben wir Erlangens schnellste Schulklasse gesucht. Sieben Schulstaffeln haben sich auf der 4 x 50 m Strecke gemessen. Erlangens schnellste Klasse ist die siebte Klasse des Ohm-Gymnasiums geworden. Das Format ist bei allen Beteiligten sehr gut angekommen und soll in den nächsten Jahren in den Wettkampf etabliert werden.

Nach den Schülerstaffeln heizten die U12- und U14-Staffeln das Publikum an und gaben den richtigen Rahmen für unsere Langhürdler vor. 300 m respektive 400 m Hürden waren zu laufen und dem Publikum wurden gute Leistungen geboten, die wiederum mit toller Unterstützung des Publikums quittiert wurden. Insgesamt hatten wir neun rekordverdächtige Läufe über die Langhürden.

Endlich waren die mittelfränkischen Meisterschaften würdig vertreten. Emilia hatte eine gute Premiere, Julia holte sich noch einmal den letzten Schliff für die nächsten Meisterschaften. Gleich danach versuchten die 100 m Sprinter die großartigen Bedingungen zu nutzen. Daniel und David schafften beide die gleiche neue PB (12,95 s). All das bot den richtigen Rahmen für den eigentlichen Rahmenwettbewerb: Den Lederhosenlauf!

Im Anschluss kamen noch die Langsprinter und die Staffeln an den Start. Nicht jeder Wechsel funktionierte, aber das tat dem ganzen Wettbewerb keinen Abbruch.

In Summe können wir sagen: Ein tolles Fest! Ein großer Dank geht an alle Teilnehmer und alle Helfer, die dazu beigetragen haben!

### Aktuelles auch im Netz

Du möchtest weitere aktuelle Berichte von der Leichtathletikabteilung und den absolvierten Wettkämpfen lesen, dann schau doch auf der Homepage vorbei unter folgendem Link: [www.tv48-erlangen.de/de/angebote/sportangebote/leichtathletik/news/](http://www.tv48-erlangen.de/de/angebote/sportangebote/leichtathletik/news/). Wir haben dein Interesse geweckt, dann komm doch einfach mal zu unseren Trainingszeiten vorbei, gerne mit vorheriger Anmeldung bei unseren Trainern (E-Mail: [leichtathletik@tv48-erlangen.de](mailto:leichtathletik@tv48-erlangen.de)). Wir haben für jeden die passende Trainingsgruppe, von Breitensport bis Leistungssport, von der Kindergruppe bis zur Erwachsenengruppe.



Zwei der vier Teilnehmer beim Lederhosenlauf.



Als ältester Teilnehmer machte Dr. Gustav Peters eine sehr gute Figur auf der Hürdenstrecke.

Machen Sie sich fit.  
Wir halten Sie  
gesund!

APOTHEKER STEFAN THOMAS



**Lerchen Apotheke**  
Möhrendorfer Str. 25a · 91056 Erlangen  
Tel. 09131/41510 [www.lerchenapotheke.de](http://www.lerchenapotheke.de)

**föhrenapotheke**  
Filiale der Lerchen Apotheke  
Dorfstrasse 49 · 91056 Erlangen  
Tel. 09131/992649 [www.foehrenapotheke.de](http://www.foehrenapotheke.de)

# Deutsche Meisterschaften der Landesturnverbände

## GUTE LEISTUNGEN UNSERER TV 48-TRAMPOLINER

Text: Petra Riazanova  
Foto: P.R.

Ende Juni durften drei Aktive der Trampolinabteilung des TV 1848 Erlangen mit der bayerischen Mannschaft am LTV-Pokal, den deutschen Meisterschaften der Landesturnverbände in Rüsselsheim am Main, teilnehmen.

Nach dem Vorkampf in der komfortabel großen, aber sehr heißen Halle, lagen sowohl Julian Friedrich und Jakob Winterstein mit ihrer Mannschaft der 15/16-Jährigen, als auch Alexandra Riazanova mit ihren 15/16-jährigen Mädchen, auf einem hervorragenden 2. Platz. Damit durften sie natürlich am Finaldurchgang teilnehmen, der sehr spät, bei größter Hitze stattfand. Hier gaben Julian und Jakob ihr Bestes, zeigten keine Nerven, aber trotzdem reichte es nicht ganz für den Silberplatz. Mit einer insgesamt guten Leistung erzielten die beiden zusammen mit ihren Mitstreitern aus München und Aschaffenburg den 3. Podestplatz.

Bei den Mädchen machten sich die Nervenanspannung und die Hitze bemerkbar, so dass es zu vielen Abbrüchen kam. So auch leider bei den vier Mädchen aus Bayern, wo Alexandra nach dem ach-



ten Sprung einen Abbruch zu verzeichnen hatte, weil sie mit ihren  $1\frac{3}{4}$  Salto vorwärts unterzog und mit den Haaren leicht in die Trampolinfedern kam. Glücklicherweise ist nichts passiert. Aber auch ihre Teamkollegin aus München musste nach dem 3. Sprung von 10 ihre Übung

abbrechen. Das kostete natürlich Punkte und so rutschten die Mädchen auf einen trotzdem noch respektablen 4. Platz zurück.

Im Livestream des DTB konnten die restlichen Turner der Abteilung den ganzen Wettkampf bequem verfolgen.

**Wir suchen zur Verstärkung unseres Teams eine/n Kundendienstleiter sowie Anlagenmechaniker (m/w/d) im Bereich Sanitär-, Heizungs- und Klimatechnik**

**JOHANN NENDEL**

 **Wärme**  **Wasser**  **Wohlfühlen**

**☎ 09131-90690**  
**✉ info@johann-nendel.de**  
**Haundorfer Straße 31, Erlangen**



# Teilnehmerrekord beim Erlanger Schülertriathlon

DIESES JAHR ZUM VIERTEN MAL: DAS ERLANGER TRIATHLON-WOCHENENDE

Text: Anja Ritter / Johannes Baßfeld  
Foto: Anja Ritter

Wenn Eltern und Großeltern sich hastig auf den Weg vom Westbad zum Sportgelände am Europakanal machen, um ihre Sprösslinge noch rechtzeitig beim Zieleinlauf anzufeuern, dann ist es wieder Schülertriathlon-Zeit.

Die Kooperation zwischen dem Team des Erlanger Schülertriathlons und dem Team des M-net-Triathlons hat sich mehr als bewährt und dank der gebündelten Kräfte konnte vom 21. Juli bis zum 23. Juli 2023 das vierte große Erlanger Triathlon-Wochenende stattfinden.

„Miteinander gestalten - voneinander profitieren - gemeinsam Sport treiben“ unter diesem Motto stand die Sportgroßveranstaltung, die somit zu einem unver-



gesslichen Erlebnis für Triathletinnen und Triathleten aller Altersgruppen wurde.

Am Freitag, den 21. Juli 2023 waren mehr als 1000 Starterinnen und Starter aus den Erlanger Grund- und Mittelschulen, den Realschulen, der Erlanger Wirtschaftsschule und der Gymnasien im Westbad am Start, fuhren am Kanal Rad und liefen schließlich auf dem Gelände des TV 48 durch den Zielbogen.

In diesem Jahr war der Turnverein 1848 Erlangen erstmals „offizieller“ Co-Veranstalter. Die Triathlon-Abteilung veranstaltete zudem extra für den Schülertriathlon an verschiedenen Tagen ein Vorbereitungstraining und die Fahrraddecke Erlangen bot im Vorfeld einen Fahrradcheck für alle Teilnehmer an.

Um 9 Uhr war es dann endlich soweit. Der erste Start der Wettkampfkategorie A der Grundschulen erfolgte im Westbad. Angefeuert von stolzen Eltern, Lehrkräften und Ehrengästen sprangen die ersten Kinder ins Wasser. Die Schülerinnen und Schüler der Jahrgänge 2014 und jünger schwammen 50 m, wechselten dann aufs Rad und fuhren 2 km, bevor es dann ans Laufen ging. Der letzte Start erfolgte um 13.09 Uhr. Die Wettkampfkategorie C (Jahrgänge 2007 bis 2009) waren mit 300 m

Schwimmen, 12 km Radfahren und 3 km Laufen beschäftigt.

Dank der Unterstützung der Max- und Justine-Elsner-Stiftung erhielten alle Finisher beim Zieleinlauf auf dem TV-Gelände eine Finishermedaille. Zusätzlich wurden die ersten drei Sieger der Jahrgänge 2007 bis 2011 je Jahrgang (m/w) vor Ort mit Urkunden ausgezeichnet.

Die Hermann-Hedenus-GS und die GS Dechsendorf erhielten von der Max- und Justine-Elsner-Stiftung einen Sonderpreis für die Schule mit den meisten Schülerinnen und Schülern im Ziel (im Verhältnis zur Gesamtschülerzahl).

Erschöpft im Ziel angekommen warteten dann die stolzen Eltern – teilweise genauso außer Puste wie ihre Kinder. Die Jugendfußballabteilung des TV 1848 versorgte die Teilnehmer und Besucher mit Essen und Getränken und das Turnerla, das neue TV-Maskottchen, stand für ein gemeinsames Finisher-Foto bereit.

Am Ende war es erneut eine großartige Veranstaltung und eine tolle Werbung für den Erlanger Sport, die Dank der engagierten Zusammenarbeit von Stadt, Schulen und Verein viele stolze Kinder und Eltern hervorbrachte.

# Bayerische Meisterschaft auf der Sprintdistanz

ALLE TV-ATHLETEN UNTER DEN TOP 5

Text: Kerstin Hof  
Foto: Abteilung

Die bayerische Meisterschaft auf der Sprintdistanz (500 m Schwimmen, 22 km Radfahren, 5 km Laufen) fand am 11. Juni 2023 in Oberzenn statt – und wir TVler waren auch dabei. Was für tolle Erfolge! Alle TVler fanden sich in den Top 5 ihrer Altersklassen wieder. Unsere Sofia Warter-Rubio sicherte sich durch einen großartigen Wettkampf den Gesamtsieg bei den Damen. Auch Brigitte Bärnreuther darf sich jetzt Bayerische Meisterin nennen, denn sie siegte in der W65. Roman Binner wurde Vizemeister in der M45 und Heiko Ziemainz wurde 4. in der M50. Wir gratulieren!



Bayerische Meisterin auf der Sprintdistanz: Sofia Warter-Rubio

## Challenge Roth

SENSATIONELLER SIEG FÜR KILIAN BAUER

Text: Kerstin Hof  
Foto: piarazzi

Dieses Jahr starteten vier von uns bei der Challenge Roth: Sabine Link, Christoph Sack, Philipp Stadter und Kilian Bauer. Und vorweg: wir Nicht-Starter haben mega Respekt vor euch und eurer Leistung. Die Challenge Roth hat als Wettkampf quasi Legenden Status und vor allem den Solarer Berg muss man erlebt haben; Worte können die Begeisterung und die Anfeuerungsrufe der Zuschauer, die jeden einzelnen den Anstieg hinauf jubeln nicht beschreiben.

Hier nun die Ergebnisse, auf die wir wahrlich stolz sind: Sabine Link wurde in der W50 24. und finishte in 12:42:25 Std. - Christoph Sack wurde 74. in der M30 und finishte in 9:32:20 Std. - Philipp Stadter wurde 5. in der M30 und 37. gesamt und kam nach phänomenalen 8:31:10 Std. ins Ziel.

Und jetzt Trommelwirbel für Kilian Bauer: Kilian siegte sensationell in der M25 und kam als 30. nach 8:21:56 Std. ins Ziel. Ihr seid der Wahnsinn! Ihr seid Legende!



# Challenge Roth For All

## PHANTASTISCHE STIMMUNGEN VOR ORT

Text: Kerstin Hof  
Foto: Kerstin Hof

Wenn in Roth die große Triathlon Party steigt, dann sind wir natürlich auch dabei! Am Freitag starteten unsere Agegrouper im Sprint sowie die älteren Jugendlichen in der Jugend A; die jüngeren und die Familienstaffeln starteten am Samstag. Am Samstag fand auch die große Tombola statt, bei der das eine oder andere Paar Schuhe und sogar eine Kühlbox mit uns nach Hause durfte. Der Profitriathlet Frederic Funk war auch dabei und überreichte zur Freude der Kids die Pokale bei der Siegerehrung.

### Hier die Ergebnisse:

Die Guti-Power Staffel (Nerea, Javi, Elena) finishte auf einem sehr gutem 4. Platz! Im Einzel gab es einige sehr gute Platzierungen, die sich trotz der sehr starken nationalen und internationalen Konkurrenz durchsetzten. Hier die Stockerplätze: Joseph Hof 2. Jugend B; Elena Gutierrez Steinhauer 2. Schüler A; Alexa Puzicha 3. Platz Jugend A.

Das Wichtigste war aber die fantastische Stimmung vor Ort. Manche von uns waren am folgenden Tag ja auch wieder da, entweder um bei der Challenge Roth teilzunehmen, oder um unsere Starter und die Sportler aus aller Welt anzufeuern!



## 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 Stünzendörfer  
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

## Unsere Triathlon-Sponsoren



# DTU Jugendcup Forst 2023

## SEHR GUTE ERGEBNISSE FÜR UNSERE DREI ATHLETEN

Text: Kerstin Hof  
Foto: Kerstin Hof

Der DTU Jugendcup gibt jugendlichen Triathleten ab der U16 (Jugend B) erstmals die Gelegenheit, sich auf nationaler Ebene mit anderen Athleten zu messen. Eine Teilnahme am DTU-Jugendcup ist nur durch eine Nominierung der Landeskadertrainer möglich. Der Jugendcup 2023 besteht aus drei Wettkämpfen, wobei der letzte im August zusätzlich noch die Deutsche Meisterschaft der Jugend ist.

Drei unserer Landeskader Athleten nahmen am 14. Mai 2023 am ersten von drei DTU-Jugendcup Wettkämpfen in Forst teil: Joseph Hof, Carlotta Bülck und Juliane Möllers und die Ergebnisse waren wirklich sehr gut:

Carlotta Bülck (Jahrgang 2007) gewann nicht nur die Jugend A (U18) - und das mit über einer Minute Vorsprung und als jüngerer Jahrgang - sondern war auch schneller als alle Juniorinnen die gleichzeitig starteten. Sagenhaft! Wir sind super stolz auf Carlotta, die es selbst am wenigsten fassen konnte. Carlotta kam mit den ersten Schwimmerinnen aus dem Wasser und war somit auch in der ersten (sehr großen) Radgruppe. Sie ging an 5. Position auf die Laufstrecke und hatte schon nach der ersten von vier Laufrunden alle anderen eingeholt. Diesen Vorsprung baute sie ruhig und konzentriert aus, lief die 5 km in fantastischen 17:18 Min. und siegte so mit 1:01 Min. Vorsprung auf die Zweitplatzierte Chiara Göttler vom TSV Harburg und 46 Sek. vor der 1. Juniorin, Isabel Altendorfer. Und so liefen bei Carlotta auch erst mal die Freudentränen. Wir freuen uns mit dir, Carlotta!



Juliane (Jahrgang 2004) ging nach dem Schwimmen als 8. auf die Radstrecke. Hier gab sie alles und hatte am Ende die schnellste Radzeit von allen! Nach einem beherzten Lauf finishte sie auf Rang 11 bei den Juniorinnen.

Für Joseph Hof (Jahrgang 2009) war es die erste Teilnahme an einem Jugendcup. Er startete als jüngerer Jahrgang in der Altersklasse Jugend B (2008/2009) in einer Gruppe von 53 Startern, von denen die Mehrheit Jahrgang 2008 waren. Nach einem sehr guten Schwimmen ging er auf Position 15 in der zweiten Verfolgergruppe auf die Radstrecke. Er konnte einem Sturz in der kurz vor ihm fahrenden 1. Verfolgergruppe ausweichen und ging als 15. auf die Laufstrecke. Und auch bei JoJo wissen wir: Der Junge kann laufen! Und

so hatte er sich nach der 1. von 2 Laufrunden auf Platz 10 vorgearbeitet und kam nach der 2. Runde als 7. ins Ziel. Von allen Startern des Jahrganges 2009 war Joseph der schnellste. Weiter so, JoJo!



18. November 2023

## 12h-Indoor-Cycling-Marathon „Bergetappe zum Klimagipfel“



175 JAHRE  
Dem Sport verbunden.

### WIR BEWEGEN ERLANGEN

#### „Zusammen erklimmen wir den Klimagipfel“

Gemeinsam mit Ihnen möchten wir wieder für einen guten Zweck in die Pedale treten. Alle Erlöse aus der Veranstaltung unterstützen unsere Aktivitäten für eine nachhaltige Reduzierung des CO<sub>2</sub>-Abdrucks und unseren Weg zu mehr Energieautonomie im Verein. Die dadurch resultierenden niedrigeren Energiekosten sichern den Sportbetrieb und damit das vielfältige Angebot des Turnvereins.

Der Startschuss zu dieser Bergetappe ist am 18. November 2023 um 10 Uhr. In den darauffolgenden 12 Stunden werden wir mit Ihnen an unserer Seite auf über 40 Rädern „Vollgas geben“. Anstatt fossiler Brennstoffe verbrennen wir Kalorien.

### GEMEINSAM STARK

#### DANK STARKER PARTNER!

Unterstützt wird das Projekt von vielen namhaften Erlanger Unternehmen, für deren Mitarbeiter die Startgebühr entfällt (Anmeldung erfolgt in der Firma). Alle anderen Indoor-Cycler sind ebenfalls herzlich eingeladen und können für 10,00 EUR pro Stunde inkl. Getränke und Verpflegung mitradeln.

**INFOS & ANMELDUNG:** [WWW.TV48-ERLANGEN.DE/ICM](http://WWW.TV48-ERLANGEN.DE/ICM)

#### ABLAUFPLAN:

Samstag 18. November 2023

10:00 Uhr - Sponsoren-Start

22:00 Uhr - Ende



#### KONTAKT:

TV-Vital Fitness- und  
Gesundheitszentrum

Dompropststr. 2b, 91056 Erlangen

Tel.: 09131 / 480817

E-Mail: [tv-vital@tv48-erlangen.de](mailto:tv-vital@tv48-erlangen.de)



## 2. Bundesliga - Finals in Düsseldorf

### ERLANGER TRIATHLETEN AUF DER GROSSEN BÜHNE

Text: Peter Kösters

Foto: Theo Bettin, DTU-Petko Beier, TV 1848

Bei den „Finals“ in Düsseldorf erkämpft sich ein junges Erlanger Team im Mixed Team Relay einen starken elften Platz von 16 Teams.

Die Vorfreude war ähnlich groß wie die Anspannung bei den vier Athleten, die allesamt für den TV 1848 in der 2. Bundesliga Süd starten. Schließlich ging es bei den Finals 2023 in Düsseldorf um nicht weniger als den Deutschen Meistertitel gegen die deutschen Top-Teams – und das live zur besten Sendezeit in der ARD!

Das olympische Format „Mixed Team Relay“ entspricht dabei einer Art Mannschaftsstaffel im Supersprint-Format. Jeder der vier Athleten absolviert einen Mini-Triathlon (250 m Schwimmen, 6 km Radfahren und 1,5 km Laufen) und übergibt danach an den jeweils nächsten Teamkollegen.

So stürzte sich Pablo Warter Rubio mit den 15 anderen Teams als erstes in den Düsseldorfer Medienhafen, der sich schnell in ein echtes Wildwasser verwandelte. Während an der Spitze des Feldes um den Olympiastarter Jonas Schomburg vom favorisierten Team aus Buschhütten direkt ein hohes Tempo angeschlagen wurde, konnte sich Warter Rubio in einer hinteren Gruppe festsetzen – aufgrund des erlaubten Windschattenfahrens essenziell für das weitere Rennen.



Am Ende glücklich im Ziel: v.l. Pablo Warter Rubio, Lena Moraw, Carlotta Bülck und Peter Kösters.

Nach einem beherzten Rennen übergab er an Position 14 liegend auf die junge Bayernkaderathletin Carlotta Bülck (15 Jahre), die bereits beim Schwimmen den Anschluss ans Mittelfeld wiederherstellen konnte. Auch beim Radfahren und Laufen zeigte sie auf dieser großen Bühne ihr Talent und verbesserte das Team auf Platz 10.

Im Anschluss gelang es dem ältesten Athleten der sehr jungen TV-Mannschaft Peter Kösters (24 Jahre), die gute Ausgangsposition zu halten und als Schlussläuferin Lena Moraw auf die Reise zu schicken. Die 17-Jährige (ebenfalls im Bayernkader) mobilisierte noch einmal alle Kräfte und brachte das Team auf Rang 11 ins Ziel. Beim Sieg des TV Buschhütten – unter anderem mit der Erlanger Bundeskaderathletin Tanja Neubert – konnte sich das junge Team des TV 1848 also im hinteren Mittelfeld behaupten und wichtige Erfahrung für zukünftige Rennen sammeln.

**IGEL  
APOTHEKE**

Möhrendorfer Str. 1c  
Tel 09 131 - 44 00 51  
[www.igel-apotheke.de](http://www.igel-apotheke.de)

Ihre Apotheke in Alterlangen  
im Ärztehaus mit Dialysezentrum

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



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



# Jugendwettkämpfe 2023

## HALBZEIT-BILANZ: REGIONALE UND NATIONALE ERFOLGE

Text: Konstantin Warter

Foto: Britta Bülck, Heike Neubert

Über die Hälfte der Wettkämpfe sind vorbei und es wird Zeit für eine erste Bilanz. Wir haben regionale wie nationale Erfolge zu feiern.

WM: Tim Semmler hat sich durch seine Topergebnisse für die Jugend-WM qualifiziert und ging als einer von zwei deutschen Startern am 13.7. in Hamburg an den Start. Wir wünschen Tim ganz viel Erfolg.

DTU-Cup: Sowohl in Forst als auch in Jena konnten unsere Triathleten tolle Erfolge feiern. Angefangen bei Carlotta, die gleichmal in Forst nicht nur die Jugend A-Wertung gewann, sondern auch noch schneller als alle Juniorinnen war. Mit einem starken zweiten Platz in Jena bestätigte sie ihre tolle Form. Tim und Jan starteten in Forst nicht, weil sie zur selben Zeit beim Europa-Cup in Caorle starteten (wo sie sich knapp nicht für das Finale der besten 30 qualifizieren konnten), konnten aber in Jena wieder beweisen, was in ihnen steckt. Tim wurde toller dritter und Jan kam auf Platz 13. Juliane war mit ihrem 11. Platz in Forst nicht ganz glücklich, hielt sich aber dann in Jena mit einem starken dritten Platz schadlos. Wir freuen uns auf die Jugend-DM in Goch im August!

BTV-Cup: Hier dominieren wir vor allem die Wertung der Schülerinnen A. Elena, Frederike und Lia landen immer wieder auf dem Treppchen. Frederike konnte in Erding (mit geliehenem Rad!) von ganz oben vom Podium grüßen, Elena gewann bei der Junior-Challenge und in Waldershof und Lia gewann beim Swim and Run in Würzburg. Leider ist die Serienwertung recht kompliziert und lässt aktuell noch keine Schlüsse zu, wer am Ende tatsächlich Gesamtsieger sein wird. Bei der männlichen Jugend B liegt Jojo aktuell sehr gut, er gewann den Swim and Run in Amberg und bei der Junior-Challenge. Alba und Lennard dominierten die Jugend A-Wertung beim Cross-Duathlon in Deining und machten sich damit auch direkt zum bayerischen Meister im Crossduathlon. Quinn schaffte hier die Vizemeisterschaft.

Ein besonderes Schmankerl gab es noch mit der Mixed-Team-Relay in Waldershof, wo unsere Jugend-A-Staffel beim letzten Wechsel noch auf Platz drei lag mit über einer Minute Rückstand auf das führende Team aus Harburg. Durch einen fulminanten Schlussabschnitt gelang es noch, Amberg und auch Harburg zu überholen und somit den Gesamtsieg zu holen. Für die Staffel traten an: Quinn, Alexa, Tamas und Alba.

Liga: Erstmals für die zweite Liga traten dieses Jahr Alba, Alexa und Carlotta an. Vor allem Carlotta schuf mit ihrem großartigen 4. Platz am Rothsee für ein super Mannschaftsergebnis (Platz 5), in Freilingen mit Alba, Alexa, Lena und Juliane (mit Jahrgang 2004 schon die Team-Oma) war es Platz 9, in Trebgast mit Alba und Juliane Platz 8. Auch bei den Finals in Düsseldorf war zur DM im Mixed-Team-Relay eine sehr junge Truppe am Start. Pablo, Carlotta, Peter und Lena zeigten eine ganz starke Leistung, alle hauten für das Team alles raus und am Ende war es Platz 11, womit man auch reine Erstliga-Teams hinter sich lassen konnte. Gratulation!

Schlussendlich müssen wir natürlich noch von Tanja berichten, die in ihrem letzten „Jugendjahr“ (noch U23) richtig auftrumpft. In Madrid schaffte sie einen großartigen 4. Platz bei der Europa-

meisterschaft in der Kurzdistanz. Zwei Wochen später gewann sie den Europacup in Kitzbühel und bei den Finals gewann sie gemeinsam mit Jonas Schomburg, Jonas Vogel und Lisa Tertsch für Buschhütten den Titel. Gratulation Tanja, wir schauen Dir weiter zu und werden berichten!



Carlotta in Forst nach dem Schwimmausstieg in Forst auf dem Weg zum Sieg.



Das Mixed-Team nach dem Zieleinlauf: v.l. Pablo, Lena, Carlotta und Peter.



Tanja beim Europacup in Kitzbühel.

# 18. Radtourenfahrt des TV 1848 Erlangen

1000 RADLER/INNEN UNTERWEGS IN DER FRÄNKISCHEN SCHWEIZ

Text: Frank Ludwig

Foto: Frank Ludwig/Bernd Rübiger

Viel Betrieb herrschte am vergangenen Sonntag beim Baumarkt Hornbach in Erlangen zur 18. Radtourenfahrt des TV 1848 Erlangen, veranstaltet von der Triathlonabteilung. Das schöne Wetter an diesem Tag lockte nicht nur Rennradfahrer auf die gut ausgeschilderten Strecken in die Fränkische Schweiz. Auch Familien mit Trecking-Rad oder auch E-Bikes waren unterwegs und nutzten den sonnigen Tag für einen Ausflug in die Fränkische Schweiz. Insgesamt über 1000 begeisterte Radfahrerinnen und Radfahrer waren on Tour.

Die im Rahmen des Ortlieb-Mittelfrankencups organisierte Veranstaltung des TV 1848 ist mittlerweile zu einer festen Größe im Breitensportkalender vom BDR geworden und erfreut sich nach wie vor größter Beliebtheit.

Erstmals in diesem Jahr konnten sich die Teilnehmerinnen und Teilnehmer Online anmelden. Außerdem gab es keine Startnummern mehr. Ohne längere Wartezeiten vor Ort konnte Jedermann die Fahrt in die Fränkische Schweiz beginnen. Diesmal auch mit etwas veränderten Strecken.

Ohne Zeitnahme und freie Wahl der Startzeiten von 07:00 – 11:00 Uhr kamen sowohl Ambitionierte - als auch Genussfahrer auf ihre Kosten. Zumal bei den angebotenen vier Strecken von 42 km, 96 km, 133 km und 161 km für Jeden etwas dabei war. Die drei Versorgungsstationen in Altendorf, Gräfenberg und Effeltrich sorgten mit Obst und belegten Broten für das leibliche Wohl der 1000 Radfahrer/innen. Und, dass die fränkische Schweiz, außer einer herrlichen Landschaft, durchaus auch ein paar Hügel zu bieten hat, konnte man den Teilnehmern/innen im Ziel ansehen.

In gemütlicher Runde wurde nach getaner „Arbeit“ bei Kaffee und Kuchen, Steaks, fränkischen Bratwürsten und unseren köstlichen Erlanger Radlernudeln die Anstrengungen des Tages vergessen gemacht.

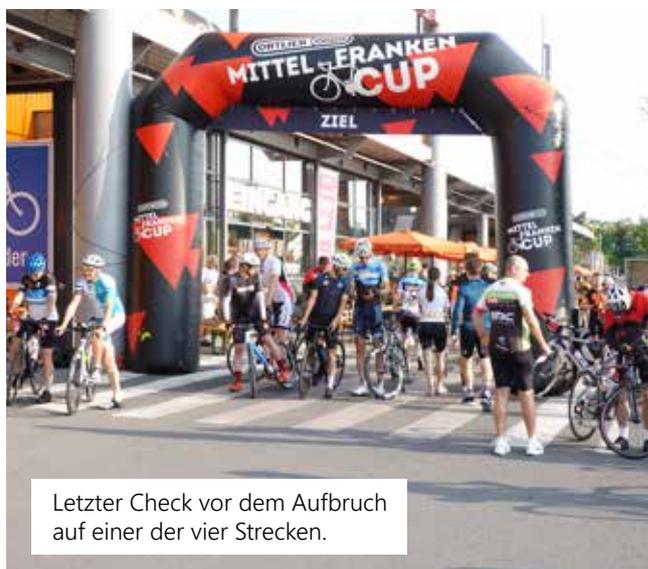
Resümee des TV 1848 mit dem Cheforganisator Frank Ludwig fiel recht eindeutig aus. Wieder mal eine richtig gelungene Veranstaltung mit viel Lob, aber auch einigen guten Hinweisen zum Bessermachen.



Rene Flauger, Ullrich Altmeyen, Klaus Hofmeier, Ludger Schneiders, Rüdiger Wurster, Roderich Mertens, Matthias Hildenbrand, Ludwig Schorr, Daniel Korczinski, Sigi Voit.



v.l.n.r.: Silvia Gericke, Sabine Helwig, Lutz Bock, Kersten Heckmann, Rüdiger Wurster, Daniela Gräf, Helmut Racher, Günther Wohrab, Arnold Gräf, Bärbel Nistler, Ralf Wagner, Jürgen Nistler, Volker Albrecht, vorne kniend Frank Ludwig.



Letzter Check vor dem Aufbruch auf einer der vier Strecken.





Da ist ordentlich was los: Siegerehrung vor der Orangerie.

## Was für ein Fest !!!

DIE FINISHER DES 32. M-NET TRIATHLONS  
WERDEN IM HERZEN DER STADT ERLANGEN GEFEIERT

**M-net**

Text: Steffi Guillon

Foto: SPORTSHOT, Christoph Hirsch, Oliver Remy

**Zum 175-jährigen Jubiläum des TV 1848 gibt es einen unvergesslichen Zieleinlauf im Erlanger Schlossgarten, außerdem werden die neuen Bayerischen Meister über die Mitteldistanz gekürt.**

Aber fangen wir doch mal von vorne an: Den Auftakt zu unserem langen Triathlon-Wochenende machten wie immer die Schülerinnen und Schüler der Erlanger Schulen am **Freitag, den 21.7.2023 beim 33. Erlanger Schüler-Triathlon**. Als offizieller Co-Veranstalter dieses Events durften wir dieses Jahr das Schulamt maßgeblich unterstützen und waren stärker in die Vorbereitungen mit eingebunden. Hier freuten wir uns insbesondere über den neuen Teilnehmer-Rekord mit über 1200 Anmeldungen – die Begeisterung für den Triathlon-Sport ist in Erlangen einfach der Wahnsinn! (siehe auch separater Artikel von Anja Ritter) Aber zum ersten Mal muss der schöne Ziel-Einlauf auf dem A-Platz nach der Veranstaltung wieder abgebaut werden – warum ?

Unser OB Dr. Florian Janik hatte sich letztes Jahr als Staffel-Teilnehmer gewünscht, dass wir unsere tolle Veranstaltung einmalig in die Innenstadt verlegen, damit ganz Erlangen Teil haben kann an der einzigartigen Atmosphäre im Ziel. Und nachdem sich die FAU großzügig bereit erklärt hatte, uns Ihren wunderschönen Schlossgarten zur Verfügung zu stellen, konnten wir einfach nicht mehr „Nein“ sagen.

Und so beginnt am **Samstag den 22.7.2023** um 7:00 Uhr zum ersten Mal der Ziel-Aufbau auf ganz neuem Terrain: Im Vordergrund steht der Aufbau des 300 m langen Ziel-Kanals mit Ehrenrunde um den Hugenottenbrunnen. Der M-net Zielbogen

und der Athletenbereich befinden sich auf der Liegewiese des Schlossgartens. Ein großes Team ehrenamtlicher Mitarbeiter packt fleißig mit an; zudem müssen viele Fremdfirmen koordiniert werden.

Parallel dazu wird natürlich auch auf dem TV Gelände fleißig gewerkelt: Die Wechselzone wird aufgebaut, die Radstrecke wird beschildert und inspiziert, die Schwimm- und die Laufstrecke werden markiert und unsere vier Verpflegungsstellen werden vorbereitet.

Am Nachmittag findet dann erneut die Startunterlagen-Ausgabe auf dem TV Gelände statt und unser kleines „Get together“ wird ein richtig gemütlicher Nachmittag bei schönstem Wetter: die Athleten analysieren die Streckenpläne, gönnen sich einen Cocktail an unserer Bar oder chillen in den M-net Sonnenliegen. Ab 18:15 Uhr führt Joachim Morbach durch die Wettkampf-Besprechung und die letzten Fragen werden geklärt.

Am **Sonntagmorgen um Punkt 9:00 Uhr** fällt am Main-Donau-Kanal der Startschuss und der bayerische Innenminister Joachim Herrmann schwenkt wie bereits 2022 die Fahne zum Start des **32. M-net Erlanger Triathlons**.

Und der Wetter-Gott meint es gut mit den Triathleten: die Sonne scheint bei ca. 24 Grad, es ist angenehm warm, aber nicht zu heiß. Zwar macht ein heftiger Wind den Athleten ordentlich zu schaffen, aber keine Regenwolke ist in Sicht. Die Mitteldistanzler dürfen die 2 km Schwimmstrecke sogar mit dem Neopren-Anzug absolvieren. Das Wasser hat angenehme 23,9 Grad – zu warm für die Kurzdistanz, hier springen die Athleten ohne den geliebten Neo in den Kanal.



Schwimmstart am Kanal.

Unser Wettkampf war bereits seit Ende März komplett ausverkauft: 829 Startplätze wurde insgesamt vergeben, davon 60 Staffeln, so dass wir mit 949 Athleten einen neuen Teilnehmer-Rekord verzeichnen konnten. Was für eine tolle Resonanz!

Mit dabei auch wieder unser OB Dr. Florian Janik mit seiner Stadtrats-Staffel den "Kanal-Flöhen". Nach dem 2. Platz vom letzten Jahr gibt es dieses Jahr deutlich mehr Konkurrenz: insgesamt sind über die Kurz- und die Mitteldistanz 60 Staffeln am Start. Auch unser Vorstand und ein Team mit unserem Bürgermeister Jörg Volleth und Sportamts-Leiter Ulli Klement sind dabei, das wird also ein richtig spannendes Duell!

Bei den Einzel-Athleten gibt es über die Kurzdistanz sogar eine Doppelsieg unserer beiden TV-Lokal-Matadoren: Sebastian Kern (1. Platz) und Georg Schneider (2. Platz). Eine super Leistung von den beiden 2. Bundesliga-Athleten!



Ehrenrunde um den Hugenottenbrunnen – auf den letzten Metern zum Ziel.



Katharina Kern fliegt ins Ziel und wird 2. über die Kurzdistanz.

Lena Götzenberger (geb. Gottwald) kann krankheitsbedingt leider nicht für das Team M-net an den Start gehen und ihren Kurzdistanz-Titel verteidigen. Neue Siegerin über die Kurzdistanz ist Elena Pluta vom SSV Forchheim mit 2:25 Std. Einen tollen 2. Platz belegt unsere TV-Athletin Katharina Kern.

Nach 2 km Schwimmen, 86 km Radfahren und 20 km Laufen siegt bei den Herren der Profi Fabian Günther aus Hamburg (AK 25) mit der beeindruckenden Zeit von 3:45 Std. über die Mitteldistanz. TV-Athlet Kilian Bauer erkämpft sich einen sehr guten 5. Platz.

Bei den Damen ist Kristina Sendel aus Bayreuth nicht zu schlagen. Sie siegt vor Elena Illeditsch, die auch bereits 2022 den 2. Platz belegte. Susanne Schubardt startet als einzige TV-Athletin über die Mitteldistanz und gewinnt ihre Altersklasse (AK 55) – klasse Performance!

**Ein ganz großes Lob geht an dieser Stelle an unsere blaue Helfer-CREW: Ihr habt das wieder einmal super gemacht! Vielen Dank, dass ihr bereit wart, Eure Zeit für den Erlanger Triathlon zu investieren, um diesen Tag so schön und erfolgreich zu machen!**

Unsere Athleten waren begeistert von Eurem Engagement. Aufgrund der neuen Laufstrecke mussten diese Jahr tatsächlich 375 Positionen von Donnerstag bis Montag besetzt werden, kein Problem für unsere Helfer-Community: Das ist sogar ein neuer Helfer-Rekord für den Erlanger Triathlon! Unsere große Helfer-Party ist schon in Planung für Herbst 2023: Als kleines Dankeschön erhalten alle Helfer in Kürze ihre Einladung per Mail.



Unsere Helfer-Crew verteilt Finisher-Medaillen im Ziel.

## Wie war jetzt eigentlich die Stimmung in der Innenstadt ?

MEGA! Der Schlossgarten hat sich mit Triathlon-Fans und Spaziergängern bestens gefüllt und unser Moderatoren-Duo und die Cheerleader der Spielvereinigung Erlangen heizen so richtig ein. Die Athleten schwärmen nach dem Ziel-Einlauf von einem unglaublichen Gänsehaut-Moment!

Der Mehraufwand hat sich definitiv gelohnt. Ob Zuschauer oder Athlet, für jeden findet sich ein schattiges Plätzchen zum Verweilen; unsere Foodtrucks, das TRiCafe und der Getränke-Ausschank sorgen für das leibliche Wohl.

Einen besonders feierlichen Abschluss stellen die Siegerehrungen vor der Orangerie dar: Hier werden die Gesamtsieger und AK-Sieger der Kurz- und Mitteldistanz geehrt und die die neuen Bayerischen Meister über die Mitteldistanz vom BTV ausgezeichnet.

Um 17 Uhr müssen wir dann die letzten Triathleten bitten den Rückweg zum TV 1848 anzutreten. Mit kostenlosen Shuttle-Bussen der Stadtwerke werden alle Sportler und deren Angehörige zurück nach Alterlangen gebracht. Für uns beginnt jetzt der große Abbau, denn bis 21 Uhr muss der Schlossgarten wieder in seinen „Normalzustand“ gebracht werden. Aber auch das gelingt, dank der zahlreichen ehrenamtlichen Helfer und einer guten Organisation!

VIELEN DANK an unseren Vorstand für die umfangreiche Unterstützung im Vorfeld, damit dieses Projekt überhaupt realisiert werden konnte, an alle Abteilungen, die uns an diesem Wochenende das komplette Gelände überlassen haben und uns mit Räumlichkeiten und Gegrilltem unterstützt haben und natürlich auch an Hausmeister Uwe, der nicht nur auf dem A-Platz sondern auch im Schlossgarten ordentlich mitanpackt.

Ich bin sehr stolz auf mein engagiertes Orga-Team: Alle waren bereit die Herausforderung „City“ anzunehmen, wir haben monatelang an dem neuen Konzept gearbeitet und die Premiere im Erlanger Schlossgarten ist uns wirklich bestens gelungen! Mal sehen, wo unser Zielbogen im Juli 2024 stehen wird.

Alle Ergebnisse und Fotos vom Wettkampf sowie unseren After-Race-Video findet ihr auf unserer Website: [www.erlangertriathlon.de](http://www.erlangertriathlon.de)

Der Film ist wirklich super geworden - unbedingt ansehen - macht ganz viel Lust auf mehr Triathlon in Erlangen!

## Alle Ergebnisse unserer TV-Athleten in der Übersicht: Herzlichen Glückwunsch!

Johannes BADER Mittel 2. AK 20 / 2. Bayerische Meisterschaft AK 25

Thomas BALLE Kurz 10. AK 40

Roman BINNER Kurz 2. AK 45

Kilian BAUER Mittel 3. AK 25 / 3. Bayerische Meisterschaft gesamt / 1. AK 25 BM

Daniel BÖTTCHER Mittel 4. AK 35 / 3. Bayerische Meisterschaft AK 35

Andreas FUCHS Kurz 3. AK 25

Kersten HECKMANN Kurz 2. AK 55

Paul HORNDASCH Mittel 5. AK 20

Matthias JANOUSCHEK Mittel 10. AK 45

Benjamin KELLER Kurz 1. AK 45

Alexander KELLNER Kurz 5. AK 25

Katharina KERN Kurz 2. Frau gesamt / 1. AK 35

Sebastian KERN Kurz Gesamtsieger Männer / 1. AK 35

Martin LECHLER Kurz 21. AK 40

Thomas LEGOMINSKI Mittel 7. AK 45 / 5. Bayerische Meisterschaft AK 45

Dominik LINK Mittel 4. AK 25

Sabine LINK Kurz 2. AK 50

Yannick MARIENFELD Kurz 3. AK 20

Bastian METZ Mittel 2. AK 18/19

Boris MILL Mittel 27. AK 25

Georg SCHNEIDER Kurz 2. Platz gesamt Männer / 1. AK 20

Susanne SCHUBARDT Mittel 1. AK 55 / 1. Bayerische Meisterschaft AK 55

Eckhard SCHULTZE Kurz 11. AK 40

Harald SEUBERT Kurz 21. AK 50

Piotr SLONICZ Mittel 7. AK 40 / 5. Bayerische Meisterschaft AK 40

Li SUN Mittel 39. AK 40 / 17. Bayerische Meisterschaft AK 40

Jonas WORTMANN Kurz 16. AK 30

Nafiz YILMAZ Mittel 25. AK 25

Benjamin ZENKE Kurz 1. AK 25

Heiko ZIEMAINZ Kurz 2. AK 50

Staffeln

A Team (Hanna Geier, Zita Kastl, Pablo Warter Rubio) Kurzdistanz 3. Platz

Die 3 vom Vorstand (Jörg Bergner, Johannes Baßfeld, Ralph Schmid) Kurzdistanz 10. Platz

Die 3 von der Tankstelle (Kristin Dannemann, Stefan Keppner, Ulrich Ballas) Mitteldistanz 13. Platz

Wahrscheinlich gab es sogar noch mehr Staffeln mit TV-Athleten.

## Galaabend

Am 13.10.2023 ist es so weit!

Im Rahmen des Jubiläumsjahres wird es erstmalig einen Galaabend des Sports geben. Die Jahnhalle wird zur Festhalle.

Das große gesellschaftliche Ereignis des TV 1848 Erlangen.

Viel Spaß bei Show, Ehrungen, Party und einem Get-Together mit den besten Sportlerinnen und Sportlern des Turnvereins.





# Vision Vital sucht

## Tanzpädagoge (m/w/d) / Tanzlehrer (m/w/d)

### Deine Aufgaben

Zur Erweiterung unseres Teams, sowie für die Übernahme und Vertretung bestehender Kurse suchen wir Tanzpädagogen/Tanzlehrer (m/w/d) für:

- modernen oder kreativen Kindertanz,
- Hip Hop/ Breakdance und/oder
- Modern Dance/Jazz Dance und/oder
- Zumba Kids

### Dein Profil

- Du bist tanzbegeistert und verfügst über entsprechende Qualifikationen
- Du verfügst über Erfahrung als Tanzpädagoge im Umgang mit Kindern und Jugendlichen
- Du arbeitest gerne selbstständig, bist zielorientiert und übernimmst Verantwortung
- Du kannst begeistern, bist teamfähig und zuverlässig

### Was kannst Du dabei von uns erwarten?

- Einen sicheren und modernen Arbeitsplatz und ein vielfältiges und abwechslungsreiches Aufgabengebiet.
- Die Mitarbeit in einem dynamischen und professionellen Team, eingebettet in einem modernen Großverein mit flachen Hierarchien.
- Leistungsgerechte und faire Bezahlung.
- Eine gute Atmosphäre und Spaß an der Arbeit.
- Möglichkeit der Übernahme weiterer Aufgabenfelder.

### Haben wir Dein Interesse geweckt?

Dann jetzt bewerben! Bitte schicken Sie Ihre Bewerbung an:

TV 1848 Erlangen e.V., z. Hd. Herrn Baßfeld, Kosbacher Weg 75, 91056 Erlangen  
oder via E-Mail an [bewerbung@tv48-erlangen.de](mailto:bewerbung@tv48-erlangen.de)



## Bestens aufgestellt – mit unseren Versicherungslösungen.

Wir Fans müssen zusammenhalten. Deshalb unterstütze ich nicht nur den Turnverein 1848 Erlangen e.V., sondern auch Sie – in allen Versicherungsfragen.



ERGO Subdirektion  
**Christian Wagner**

Jahnstr. 5  
91090 Effeltrich  
Tel 09133 7684808  
[chr.wagner@ergo.de](mailto:chr.wagner@ergo.de)  
[www.chr-wagner.ergo.de](http://www.chr-wagner.ergo.de)

# ERGO

# TV 1848 Erlangen e.V. sucht eine/n Hausmeister/in (m/w/d) für Vereinssportanlage (Vollzeit)

Mit ca. 6.500 Mitgliedern und vier vereinseigenen Sportanlagen ist der TV 1848 Erlangen einer der führenden Sportvereine Bayerns. Mit über 20 Abteilungen und einem umfangreichen Angebot an Freizeit- und Gesundheitssport für alle Altersgruppen sind wir erster Ansprechpartner für Sportinteressierte im Stadtwesten Erlangens.

Teamgeist im Haupt- und Ehrenamt und gemeinsames Vorankommen wird bei uns im Verein GROSS geschrieben. Dabei teilen wir alle gemeinsam die Begeisterung für unsere Arbeit und unseren Verein. Wenn auch Du dazu gehören möchtest, dann bietet sich Dir die Möglichkeit, unserem Team als zukünftiger Hausmeister in der Jahnturnhalle beizutreten.

## In dieser anspruchsvollen Position bist Du verantwortlich für

- die Verfügbarkeit der Sportanlage für den Sportbetrieb sowie für den Erhalt und die und Optimierung der Vereinssportanlage.
- das Schaffen optimaler Voraussetzungen auf der Sportanlage für die Zufriedenheit der Mitglieder und Abteilungen.

## Was wir erwarten: Du ...

- hast eine handwerkliche Ausbildung genossen und kannst diese erfolgreich in Deinem zukünftigen Beruf einsetzen.
- hast bereits Erfahrung in diesem oder einem handwerklichen Beruf.
- orientierst Deine Arbeit auch an den Interessen der Mitglieder und Abteilungen.
- erkennst die anfallenden Arbeiten eigenständig.

Du kannst alles mit einem klaren "JA" beantworten? Dann bieten wir Dir die Möglichkeit, die Zukunft des TV 1848 Erlangen und den Standort Jahnhalle aktiv mitzugestalten.

## Was kannst Du dabei von uns erwarten?

- Einen sicheren Arbeitsplatz und ein vielfältiges und abwechslungsreiches Aufgabengebiet.
- Die Mitarbeit in einem dynamischen und professionellen Team, eingebettet in einem modernen Großverein mit flachen Hierarchien.
- Leistungsgerechte Bezahlung und flexible Arbeitszeiten sowie eine attraktive Dienstwohnung in bester Lage.

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

## Konnten wir Dich von diesen Perspektiven begeistern?

Die Stelle ist ab Dezember 2023 in  
Vollzeit zu besetzen.

Schicke Deine Bewerbung an:

TV 1848 Erlangen e.V.,  
z. Hd. Herrn Baßfeld,  
Kosbacher Weg 75, 91056 Erlangen.

Tel. 091231 – 933 80 61,

E-Mail: [bewerbung@tv48-erlangen.de](mailto:bewerbung@tv48-erlangen.de)

# DANKE an unsere **Gönner** und **Spender**

## Verein TV 1848

Jörg und Ilse Händle  
Max und Justine Elsner Stiftung  
Physio-sittl GmbH  
Holz & Hobel Leitner  
Sommerwind Reisen  
Erhard Goebel GmbH  
Schneider & Musiol  
Versicherungsmakler GbR  
Erhard Bader  
Otto Vierheilig  
Lara Fiedler

Dieter Höhlein  
Heizo Takamatsu  
Maltermeister Schäfer  
Christine Faigle  
Eberhard Tackenberg  
Ulrike Rabenstein  
Nils Ahrens  
Violeta Fais  
Steffen und Karin Kindel  
Regina Beumker  
Magnus Jezussek

DUMONDO GmbH  
Fritz Wenzel  
Philipp Leutbecher  
Dieter und Gisela Hübner  
Thomas und Stephanie  
Steigerwald  
Christian Schwan-Bauer  
Daniela Ringelmann  
Udo Böhmer  
Dr. Uwe Fabricius  
Günther Heß

WIR HABEN EINEN  
**ONLINESHOP**

[WWW.MYTEAMSHOP.DE/TV48-ERLANGEN](http://WWW.MYTEAMSHOP.DE/TV48-ERLANGEN)



**JETZT NEU!**



IN KOOPERATION MIT

**MyTeamShop**  
Kostenlosse Vereinsshops & Teambesstattung

# Jetzt Mitglied werden!

HAUPTVEREINSBEITRAG	monatlich
Kinder und Jugendliche	8,50 EUR
Studenten/Schüler (mit Nachweis)	11,00 EUR
Ermäßigte (nur auf Antrag)	10,00 EUR
Rentner (nur auf Antrag)	13,00 EUR
Erwachsene	15,00 EUR
Familien*	28,00 EUR
Alleinerziehende mit Kindern bis 17 Jahre	21,00 EUR

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

ZUSATZBEITRÄGE	monatlich
<b>Badminton</b>	3,00 EUR
<b>Ballett</b>	
Kinder und Jugendliche	26,00 EUR
Erwachsene	29,00 EUR
<b>Ballschule Erlangen</b>	12,00 EUR
<b>Boxen</b>	
Boxen Erwachsene	7,50 EUR
Boxen Kinder und Jugendliche	4,00 EUR
<b>Gymnastikangebote und Gesundheitstraining</b>	3,50 EUR
<b>Gymnastikforum Alterlangen</b>	16,00 EUR
<b>Handball für TV-Mitglieder</b>	
Kinder und Jugendliche	6,50 EUR
Erwachsene	7,50 EUR
Familien (Eltern und Kinder bis 18 Jahre)	13,00 EUR
<b>Herzsport</b> ohne Verordnung (inkl. Gymnastikangebote)	7,50 EUR
<b>Karate</b>	
Karate bis 13 Jahre	20,00 EUR
Karate ab 14 Jahre	28,00 EUR
<b>Krafttraining</b>	
Krafttraining Erwachsene (inkl. Gymnastikangebote)	6,50 EUR
Krafttraining Jugend (inkl. Gymnastikangebote) (Für Krafttraining ist jeweils ein Passbild erforderlich)	5,00 EUR
<b>Osteoporose</b> ohne Verordnung (inkl. Gymnastikangebote)	6,50 EUR
<b>Sportschule</b>	
Minis	12,00 EUR
Stufe 1 - 4	20,00 EUR
<b>TV48 Fußball Akademie</b> Förder- / Torwarttraining	20,00 EUR
<b>TV Vital</b> - Fitness- und Gesundheitsstudio (Erwachsene)	ab 37,00 EUR
<b>Vision Vital</b>	22,00 EUR
<b>Wassergymnastik</b>	4,00 EUR

ZUSATZBEITRÄGE	jährlich
<b>Beachvolleyball</b> - Beachpass Erwachsene	50,00 EUR
<b>Fußball</b>	60,00 EUR
<b>Fußball-Familie</b>	80,00 EUR
<b>Geräteturnen</b>	60,00 EUR
<b>Judo</b>	40,00 EUR
+ Judo 1-malige Aufnahmegebühr	50,00 EUR
+ Judomitgliedsausweis (sofern nicht. vorhanden)	60,00 EUR
+ Gürtelprüfungen (jeweils)	26,00 EUR
<b>Leistungsturnen</b>	60,00 EUR
<b>Ringn</b>	12,00 EUR
<b>TE Lungerer</b>	75,00 EUR
<b>Tennis</b>	
Kinder und Jugendliche	37,00 EUR
Studenten / Azubis / Rentner	53,00 EUR
Erwachsene	68,50 EUR
Familien (Eltern und Kinder bis 18 Jahre)	135,00 EUR
<b>Trampolin</b>	60,00 EUR
<b>Triathlon</b> Schwimmpauschale	50,00 EUR

## Beiträge und Informationen zur Mitgliedschaft

**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,** laut Satzung, zum 30.06. oder zum 31.12. jeden Jahres möglich ist. 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](http://www.tv48-erlangen.de/mitglied-werden)  
[www.tv48-erlangen.de/faq](http://www.tv48-erlangen.de/faq)

Hier finden Sie den TV 1848 Erlangen



## 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**  
 1.000 Exemplare (print)  
 2.750 Empfänger digital  
 für Mitglieder gratis  
 Erscheinungsweise 4-mal jährlich



# Wechseln ist einfach.

Oh je, schon wieder

## Montag...

Unglücklich im Job?  
Worauf wartest du noch?

**Wir suchen dich!**

#Kundenberater:in  
#Gewerbekundenberater:in  
#Serviceberater:in



[sparkasse-erlangen.de/  
karriere](https://sparkasse-erlangen.de/karriere)