

Turn- und Sportbund 1847 Ravensburg e.V.

Sportangebot 2020



Vereinsführung



1. Vorsitzender
Dr. Thomas Prüss
Bagnatostraße 27
88213 Ravensburg
Tel. 0751. 652 480

Zugeordnete Abteilungen

American Football, Basketball,
Faustball, Fußball, Handball,
Judo, Ju-Jutsu, Leichtathletik,
Rugby, Ski, Triathlon, Volleyball



2. Vorsitzende
Klara Mikolitsch
Uhlandstraße 35
88285 Bodnegg
Tel. 07520. 23 40

Badminton, Fechten, JuSS, KiSS,
Kurse, Ringen, Seniorensport,
Tanzsport, Tennis, Tischtennis
Turnen, Trampolin



**Beisitzerin,
Datenschutzbeauftragte**
Patricia Wendt
Bergerstraße 1
88212 Ravensburg
Tel. 0751. 15 915



Jugendvertreterin
Tanja Beck
Thumbstraße 7
88250 Weingarten
Tel. 0751. 958 95 94



Kostenloses Schnuppertraining in allen Abteilungen möglich.
Änderungen vorbehalten!

Turn- und Sportbund 1847 Ravensburg e.V.



Geschäftsstelle A.Beck / A. Matzenmüller
Brühlstraße 31
88212 Ravensburg
Sportzentrum Ravensburg

Tel. 0751. 222 47
Fax 0751. 222 37
Email post@tsb-ravensburg.de
Internet www.TSB-Ravensburg.de

Öffnungszeiten der TSB-Geschäftsstelle

Montag - Mittwoch 8.00 - 11.00 Uhr
Donnerstag 15.00 - 18.00 Uhr
und nach telefonischer Vereinbarung

Bankkonten Kreissparkasse Ravensburg | DE92 6505 0110 0048 0106 12 | BIC SOLADES1RVB
Volksbank Ravensburg | DE44 6309 0100 0301 3070 08 | BIC ULMVDE66

Vereinsbeiträge seit 01.01.2020

Kinder bis 13 Jahre	42,00 € / Jahr
Jugendliche 14 - 17 Jahre	60,00 € / Jahr
Erwachsene ab 18 Jahre	120,00 € / Jahr
Ehepartner / Lebenspartner	60,00 € / Jahr
Passive	35,00 € / Jahr
Familienbeitrag (Kinder bis 21 Jahre)	190,00 € / Jahr

Personen von 18 - 26 Jahre, die noch in die Schule gehen, in der Berufsausbildung stehen, bei der Bundeswehr sind, Zivildienst leisten oder studieren, bezahlen während diesen Zeiten den Jugendbeitrag von 50,00 €. Voraussetzung ist jedoch, dass der Verein entsprechend unterrichtet wird. (schriftlicher Nachweis)

Die Abteilungen American Football, Baseball, Basketball, Fechten, Fußball, Handball, Inline-Hockey, Judo, Jujutsu, JuSS, KiSS, Ski, Tanzen und Volleyball erheben außerdem noch einen Abteilungsbeitrag, bei der Geschäftsstelle oder den Abteilungen zu erfragen.

Die Vereinsbeiträge und die Abteilungsbeiträge werden **Anfang Februar** eingezogen.

Kündigungen der Mitgliedschaft, nur jeweils zum Jahresende möglich, sind schriftlich bis spätestens 31.12. bei der Geschäftsstelle einzureichen. (Posteingangsstempel)

Wir bieten in 23 Abteilungen folgende Sportarten an:

Aerobic, American Football, Badminton, Baseball, Basketball, Faustball, Fechten, Fußball, Gerätturnen, Handball, Jazzgymnastik, Judo, Jujutsu, Leichtathletik, Ringen, Rugby, Snowboard, Tanzsport, Tischtennis, Triathlon, Turnen, Volleyball.

Kindersportschule KiSS

Jugendsportschule JuSS

Infos zu unserem umfangreichen Kurs- und Gesundheits-Sportangebot erfragen Sie bitte auf der Geschäftsstelle.

Mitgliederstand 1. Januar 2019 = 3.659

Abteilungsbeiträge (jährlich)

American Football

62 € Erwachsene | 36 € Jugendliche bis 18. Jahre /
Erwachsene mit Bescheinigung (bis einschließlich 26 Jahre)
Cheerleading 20 €

Baseball

50 € Erwachsene | 30 € Schüler und Studenten

Basketball

25 € für alle Mitglieder

Fechten

90 € Erwachsene | 75 € Kinder und Jugendliche bis 18 Jahre
120 € Familienbeitrag

Fußball

50 € Männer | 60 € Frauen

Gerätturnen

120 € Kinder und Jugendliche | 80 € Geschwisterkinder

Handball

40 € Erwachsene | 20 € Kinder und Jugendliche
60 € Familienbeitrag

Inline Hockey

35 € alle Mitglieder

Judo

11 € Kinder, Jugendliche, Erwachsene, Ehepartner (monatlich)
18 € Familienbeitrag (monatlich) | 20 € Passive (jährlich)

Ju-Jutsu

78 € Erwachsene | 39 € Kinder, Schüler, Studenten, Zivis
(bis einschließlich 26 Jahre + Nachweis)
100 € Familienbeitrag | 15 € Anmeldegebühr (einmalig)

Ski

6 € Erwachsene | 3 € Kinder und Jugendliche bis 18 Jahre

Tanzen

76 € Erwachsene | 48 € Kinder bis 14 Jahre
55 € Jugendliche bis 18 Jahre, Studenten, Azubis
(bis einschließlich 26 Jahre + Nachweis)
38 € Geschwister, 3. Familienmitglied

Trampolin

20 € Kinder | 10 € Geschwisterkind

Volleyball

35 € Erwachsene | 25 € Kinder und Jugendliche |
45 € Familienbeitrag

KiSS

direkt bei Jochen Kucera zu erfragen, Tel. 0751. 524 00

JuSS

direkt bei Rolf Wilhelm zu erfragen, Tel. 0751. 531 67

Die Abteilungsbeiträge werden zusätzlich zum Hauptvereinsbeitrag erhoben! Die Vereinsbeiträge und die Abteilungsbeiträge werden Anfang Februar eingezogen. Stand 12/19

Übungsstätten in Ravensburg

Kuppelausporthalle, Schützenstraße
Sporthalle bei den Gymnasien kl., Elisabethenstraße
Sporthalle bei den Gymnasien gr., Elisabethenstraße
TSB Dojo, Brühlstraße 31
TSB Gymnastikraum, Brühlstraße 31
TSB Sportplatz „Schwarzwäldle“, Schlierer Straße
TSB Stadion Sportzentrum, Brühlstraße 31
TSB Turnhalle Sportzentrum, Brühlstraße 31
Turnhalle Berufsschulzentrum, St. Martinusstraße, Burach
Turnhalle KBZO, St. Martinusstraße, Burach
Turnhalle Klösterle, Olgastraße
Turnhalle Martinusschule, St. Martinusstraße, Burach
Turnhalle Neuwiesen, Ziegelstraße
Turnhalle St. Christina, St. Christina
Turnhalle St. Konrad (Grund- und Hauptschule), St. Martinusstraße, Burach
Turnhalle St. Konrad (Gymnasium), St. Martinusstraße, Burach
Turnhalle Welfen-Gymnasium, Reichlestraße
Turnhalle Weststadt, Höllwaldstraße

Übungsstätte in Baienfurt

Turnhalle Grund- und Hauptschule,
Ravensburger Straße

Übungsstätte in Oberzell

Gymnastikhalle GHS, Oberzell Schulstraße

TSB Gaststätte „Halbzeit“

Brühlstr. 31, 88212 Ravensburg
Tel. 0751. 214 38

Inhaltsverzeichnis

Aerobic / Fitness	6
American otball	6
Cheerleader	6
Badminton	7
Baseball	7
Basketball	7
Faustball	8
Fechten	8
Fußball	9
Handball	10
Inklusiver Sport	11
Jazzgymnastik / Dance	11
Judo	11
Ju-Jutsu	12
JuSS: Jugendsportschule	5
KiSS: Kindersportschule	4
Leichtathletik	13
Walking-Treff	14
Ringn	14
Rugby	14
Ski-Abteilung	15
Sportabzeichen	15
Tanzsport	16
Tischtennis	17
Trampolin	17
Triathlon	17
Turnen	18
Eltern und Kind, Erlebnisturnen für Kinder, Gerätturnen, Frauengymnastik, Gymnastik-Mixed, Seniorengymnastik	
Volleyball	20
Sport auf Rezept	21
Koronarsport, Lungensport, Rehasport, Orthopädie, ONKO-Walking für Krebspatienten, Sport nach Krebs	
Wirbelsäulengymnastik	22
Kurzinformation Ski- und Ferienheim	23
Tabelle Sportabzeichen	24

Die Kindersportschule im TSB Ravensburg



Die Kindersportschule des TSB Ravensburg bietet Kindern im Alter von 3 bis 11 Jahren eine allgemeine sportartübergreifende Grundlagenausbildung an. Unter dem Motto: Sport-Spiel-Spaß und Gesundheit steht eine ganzheitliche Bewegungserziehung im Vordergrund. Die Kinder (max. 2 Jahrgänge) treffen sich zweimal wöchentlich. Sie werden in kleinen Gruppen von ausgebildeten Sportlehrkräften unterrichtet.

Zusätzlich beinhaltet das KiSS-Programm die „MiniKiSS“ für 3- bis 4-jährige. Sie dient als Bindeglied zwischen Eltern-Kind-Turnen und KiSS. In dieser Gruppe werden die Kinder spielerisch einmal pro Woche an das gemeinsame Sporttreiben herangeführt.

Neben dem reichhaltigen Sportangebot hat die KiSS auch zahlreiche außerunterrichtliche Aktivitäten im Programm: Sportcamp, Sommerferienlager, Skiausfahrt,...

4

Die Sportstunden der KiSS finden in folgenden Sportstätten statt:
Sporthalle Neuwiesenschule, Sporthalle Kuppelnaus Schule.

Nähere Informationen erhalten Sie beim Leiter der KiSS:

Diplomsportpädagoge

Jochen Kucera

Am Hallersberg 1

88250 Weingarten

Tel. 0751. 524 00

Fax 0751. 525 81

Email info@kiss-weingarten.de

Die Jugendsportschule im TSB Ravensburg



Die **Jugendsportschule** ist die Kooperation des TSB Ravensburg und des TV Weingarten, als eine gemeinsame Abteilung entwickelt worden. Sie baut inhaltlich auf der Kindersportschule (KiSS) auf. Das Angebot richtet sich dementsprechend an Schüler und Jugendliche im Alter von 10 bis 20 Jahren, die ein vielseitig orientiertes Sportangebot wünschen, ohne Wettkampfverpflichtung.

Die Jugendlichen sind in folgende Altersklassen eingeteilt:

AK I 10-11 Jahre; AK II 12-13 Jahre; AK III 14-15 Jahre; AK IV 16-20 Jahre

Stundenplan 2019/2020

Montag

16.00 - 17.30	Promenaden-Halle	Weingarten	AK I
17.30 - 19.00	Promenaden-Halle	Weingarten	AK II
19.00 - 21.00	Kraftraum	Weingarten	AK III

Dienstag

17.00 - 18.30	neue Talschul-Halle	Weingarten	AK III
18.30 - 20.00	neue Talschul-Halle	Weingarten	AK IV

Mittwoch

16.00 - 17.30	Promenaden-Halle	Weingarten	AK I
17.30 - 19.00	Promenaden-Halle	Weingarten	AK II
19.00 - 20.30	Kraftraum	Weingarten	AK IV

Donnerstag

17.00 - 18.30	neue Talschul-Halle	Weingarten	AK III
18.30 - 20.00	neue Talschul-Halle	Weingarten	AK IV

Freitag

14.15 - 15.45	neue Talschul-Halle	Weingarten	AK II + AK III
---------------	---------------------	------------	----------------

Nähere Informationen erhalten Sie beim Leiter der JUSS:

Rolf Wilhelm Dipl. Päd.

Tel. 0751. 531 67

Email leitung@juss.de

American Football



Abteilungsleiter	Frank Kienzle Im Brühl 19 88361 Altshausen Tel. 07584. 923 331	office@ravensburgrazorbacks.de www.ravensburgrazorbacks.de www.facebook.com/ravensburgrazorbacks
-------------------------	---	--

Herren 1+2	Oliver Billstein Thomas Miller	oliver.billstein@ravensburg-razorbacks.de thomas.miller@ravensburg-razorbacks.de
Jugend	Matthias Pfeiffer	matthias.pfeiffer@ravensburgrazorbacks.de
Flag	Matthias Fauser	matthias.fauser@ravensburgrazorbacks.de

Sommertraining (Mitte Februar - November)

Fr 16.30 - 18.00	TSB-Kunstrassenplatz Flag Football (9-15 Jahre)	M. Fauser
Mi 18.00 - 20.00	TSB-Kunstrassenplatz Jugend (15-19 Jahre)	M. Pfeiffer
Fr 16.30 - 18.00	TSB-Kunstrassenplatz Flag Football (9-15 Jahre)	M. Fauser
Fr 18.00 - 20.00	TSB-Kunstrassenplatz Jugend (15-19 Jahre)	M. Pfeiffer
Mi + Fr 20.00 - 22.00	TSB-Kunstrassenplatz Herrenmannschaft	O. Billstein

Wintertraining (November - Mitte Februar)

Mi 17.00 - 19.00	TSB-Kunstrassenplatz Flag Football (9-15 Jahre)	M. Fauser
Fr 16.30 - 18.00	TSB-Kunstrassenplatz Flag Football (9-15 Jahre)	M. Fauser
Do 20.30 - 22.00	TH Weststadt, Höllwaldstr. 14 2. Mannschaft	T. Miller

*Bitte im Vorfeld Herr Pfeiffer kontaktieren

6

Cheerleader

Anfragen an: cheers@ravensburgrazorbacks.de

Ab 16 Jahre „Flying Stars“

Mi 17.30 - 18.30 und So 17.00 - 19.00	TSB Turnhalle Sportzentrum	Jenny Milkereit
---------------------------------------	----------------------------	-----------------

11-15 Jahre „Blue Stars“

Mo* 17.00 - 19.00 und Fr 17.30 - 19.30	TH St. Christina	Amanda Reich
--	------------------	--------------

5-10 Jahre „Starlights“

Do 17.30 - 19.00	TH Weststadt	Michele Petuker
------------------	--------------	-----------------

*Nur im Sommer

Badminton



Abteilungsleiterin Barbara Schmid
Obere Burach Straße 19
88212 Ravensburg
Tel. 0751. 33283

Jeweils Sporthalle bei den Gymnasien gr.

Mo 19.00 - 21.45	9 Spielfelder Freizeitsport / Mannschaften	Ch. Balicki / St. Merk
Do 17.30 - 19.00	6 Spielfelder Schüler / Jugend	Ch. Balicki / Ch. Jordan
Do 19.00 - 21.45	6 Spielfelder Freizeitsport / Mannschaften	Ch. Balicki

Baseball



Abteilungsleiter Pascal Spieß, pascal-spiess@web.de
Stellvertretende Abteilungsleiterin Leona Dietrich, ld.leo.13.ld@gmail.com
Coach Jugend Pascal Spiess, pascal-spiess@web.de

Trainingszeiten 1. Mannschaft

Mo 20.15	Spohnturnhalle, Nikolausstraße 10
Di 18.45	TSB Ravensburg (März bis Oktober)

7

Trainingszeiten Jugendtraining

Di 17.00	Spohnturnhalle, Nikolausstraße 10
Fr 16.30	TSB Ravensburg (März bis Oktober)

Basketball



Abteilungsleiter
Rainer Andris
rainerandris@gmx.de
Tel. 0751. 456 21

Ansprechpartner
Suse Hoffmann
Kofeld 22
88285 Bodnegg
Tel. 07520. 12 19

Training

Mo 17.00 - 19.00	Turnhalle Weststadt	U 16 - U 20 m	J. Specking
Mo 17.00 - 19.00	Turnhalle Weststadt	U 19 w	S. Hoffmann
		U 15 / U 17	
Mi 20.00 - 22.00	Halle b.d. Gymnasien gr.	Herren 1	A. Ghebru / D. Fischer
Mi 20.00 - 22.00	Halle b.d. Gymnasien gr.	Herren 2	G. Rambosek
Mi 20.00 - 22.00	Halle b.d. Gymnasien gr.	Damen/U 19	S. Hoffmann

Fortsetzung Basketball

Do 17.30 - 19.00	Halle b.d. Gymnasien gr.	U 12 und jünger U 14 m/w	S. Baumgärtner A. Spataro
Fr 18.30 - 20.00	Halle b.d. Gymnasien gr.	U 16 - U 20 m	J. Specking
Fr 17.00 - 18.30	Halle b.d. Gymnasien gr.	U 15 - U 19 w	S. Hoffmann
Fr 20.00 - 22.00	Halle b.d. Gymnasien gr.	Herren 1	A. Ghebru / D. Fischer
Fr 20.00 - 22.00	Halle b.d. Gymnasien gr.	Herren 2	G. Rambosck
Fr 20.00 - 22.00	Halle b.d. Gymnasien gr.	Damen	S. Hoffmann

Trainingszeiten Winter

Fr 17.15 - 18.30	Halle b.d. Gymnasien kl.	U 15-19 w	S. Hoffmann
Fr 18.30 - 20.00	Halle b.d. Gymnasien kl.	U 16 m	J. Specking
Fr 18.30 - 20.00	Halle b.d. Gymnasien kl.	U 18 m	J. Specking

Faustball



Ansprechpartner Hugo Siessegger
Linzgaustraße 25
88212 Ravensburg
Tel. 0751. 21182

8

Sommertraining

Sa ab 15.45 Uhr Sportplatz „Schwarzwäldle“ Herren aktiv und Jedermann H. Siessegger

Wintertraining

Sa 15.45 - 18.00 TH Gymnasien Herren aktiv und Jedermann H. Siessegger

Fechten



Abteilungsleiterin Patricia Wendt
Bergerstraße 1
88212 Ravensburg
Tel. 0751. 560 83 30

Training

Mi 17.30 - 19.00	TH Kuppelnau	Jugend/Anfänger	A. Gossenberger / Ch. Fach
Mi 19.00 - 21.00	TH Kuppelnau	Jugend/Aktive	Ch. Fach
Fr 17.30 - 19.45	TH Kuppelnau	Jugend/Aktive	A. Gossenberger / Ch. Fach

jeweils männlich und weiblich

Fussball



Ressortleiter
Männer / Jungen

Thomas Hübner
Email th-tg@t-online.de

Jugendleiter

Massimo Carè
Email jugendleitung@fussball.tsb-ravensburg.de

Herren I+II	Di / Fr	19.00 - 21.00	W.Botschkarew, Ch. Sima, V. Nidens
A-Junioren (U19)	Mo / Do	19.00 - 21.00	A. Aktun
C-Junioren (05/06)	Di / Do	17.30 - 19.00	A. Sabanaj
D1-Junioren (07/08)	Mo/ Mi	17.30 - 19.00	Y. Aktas
D2-Junioren (07/08)	Di / Do	17.30 - 19.00	T. Gür
E1-Junioren (09)	Di / Do	17.30 - 19.00	J. Straub
E2-Junioren (09)	Di / Do	17.15 - 18.30	M. Hamma
E3-Junioren (10)	Di / Do	17.15 - 18.30	M. Antunovic
F1-Junioren (11/12)	Di / Do	17.00 - 18.15	S. Kinzelmann
F2-Junioren (11/12)	Di / Do	17.00 - 18.15	Ph. Usadel
F3-Junioren (12)	Di	17.00 - 18.15	M. Fuchs
Bambini (13/14)	Mi	17.30 - 19.00	A. Michejlis
Bambini (13/14)	Fr	15.30 - 16.30	M. Ianuazi

9

Die Trainingseinheiten finden auf den Plätzen des TSB Ravensburg im Sportzentrum statt (Rasen/Kunstrasen).

Ressortleiter Frauen / Mädchen: Jochen Schelenz, Handy: 0152. 345 533 52, j.schelenz@t-online.de

Sportliche Leitung Frauenfußball: Carina Gragnato, Handy: 0176 / 30355940, Carina-Gragnato@kabelbw.de

Koordinator Mädchenfußball: Jochen Schelenz, Handy: 0152. 345 533 52, j.schelenz@t-online.de

Frauen	Mi	19.00 - 20.30	Tobias Zodel
	Fr	18.30 - 20.00	Tobias Zodel
B-Juniorinnen	Mo + Mi	17.30 - 19.00	Maria Hessmer
C-Juniorinnen	Mo + Mi	17.30 - 19.00	Susanne Gramm
D-Juniorinnen	Mo + Mi	17.30 - 19.00	Carina Gragnato
E-Juniorinnen	Mo + Mi	17.30 - 19.00	Jochen Schelenz

Die Trainingseinheiten finden auf den Plätzen des TSB Ravensburg im Sportzentrum statt (Rasen/Kunstrasen).

Handball



Abteilungsleiter

Uli Wald, Mobil 0177. 888 91 61, abteilungsleiter@ravensburg-rams.de

Jugendleitung

Levente Farkas, Mobil 0160. 560 33 37, jugendleiter@ravensburg-rams.de

Training

Di	16.30 - 17.30	St. Konrad	Minis	Jugendleitung
Di	17.15 - 18.45	TH Kuppelnau	E1 & E2 gemischt	Jugendleitung
Do	17.15 - 18.45	TH Kuppelnau	E1 gemischt	Jugendleitung
Do	17.00 - 18.30	TSB Bewegungshalle	E2 gemischt	Jugendleitung
Mo	17.15 - 18.45	TH Kuppelnau	D männlich	Jugendleitung
Mi	18.30 - 20.00	St. Konrad	D männlich	Jugendleitung
Di	18.45 - 20.15	TH Kuppelnau	D weiblich	Jugendleitung
Do	17.15 - 18.45	TH Kuppelnau	D weiblich	Jugendleitung
Mo	18.45 - 20.15	TH Kuppelnau	C männlich	Jugendleitung
Do	18.45 - 20.15	TH Kuppelnau	C männlich	Jugendleitung
Di	18.45 - 20.15	TH Kuppelnau	C weiblich	Jugendleitung
Do	18.45 - 20.15	TH Kuppelnau	C weiblich	Jugendleitung
Mo	20.15 - 21.45	TH Kuppelnau	B männlich	Jugendleitung
Do	20.15 - 21.45	St. Konrad	B männlich	Jugendleitung
Mo	20.15 - 21.45	TH Kuppelnau	B weiblich	Jugendleitung
Do	20.15 - 21.45	TH Kuppelnau	B weiblich	Jugendleitung
Mo	20.15 - 21.45	TH Kuppelnau	A männlich	Jugendleitung
Do	20.15 - 21.45	St. Konrad	A männlich	Jugendleitung
Mo	20.15 - 21.45	TH Kuppelnau	A weiblich	Jugendleitung
Do	20.15 - 21.45	TH Kuppelnau	A weiblich	Jugendleitung
Di	20.00 - 21.45	Berufsschulzentrum Burach	Herren 1 & 2	Abteilungsleiter
Fr	19.45 - 21.30	TH Kuppelnau	Herren 1 & 2	Abteilungsleiter
Di	20.15 - 22.00	TH Kuppelnau	Damen 1 & 2	Abteilungsleiter
Fr	19.30 - 21.30	St. Konrad	Damen 1	Abteilungsleiter
Do	20.00 - 21.30	St. Konrad	„Alt-Herren“	Abteilungsleiter

Altersangaben

Bis 04.2020: Minis < 10; E-Jugend: Jg.09/10; D-Jugend: Jg.07/08; C-Jugend: Jg.05/06;

B-Jugend: Jg.03/04; A-Jugend: Jahrg.01/02

Ab 05.2020: Minis < Jg.11; E-Jugend: Jg.10/11; D-Jugend: Jg.08/09; C-Jugend: Jg.06/07;

B-Jugend: Jg.04/05 /A-Jugend: Jg.02/03

Weitere Informationen auf www.ravensburg-rams.de

Inklusiver Sport

Ansprechpartner TSB Geschäftsstelle
Tel. 0751. 222 47

Mo 17.30 - 19.00	Bewegungshalle	Frauen und Männer ab 14J.	R. Fridrich
Di 17.15 - 18.15	Turnhalle Weststadt	„Minirakete“ Kinder 6-12 J.	S. Wusthorn
Fr 16.00 - 17.30	Turnhalle Neuwiesen	Frauen und Männer ab 16J.	S. Wusthorn

Jazzgymnastik / Dance



Leiterin Daniela Steeb
Charmorweg 19
88250 Weingarten
Tel. 0751. 530 17

Training

Do 20.00 - 21.15 TH Welfengymnasium Jazzgymnastik/Tanz (mit Auftritten) D. Steeb

11

Judo



Abteilungsleiter Gerolf Müller
Am Schlittenberg 9
88370 Ebenweiler
Tel. 07584. 911 20

Training

Mo	17.15 - 18.30	U 10 - U 12	Michael Müller / Christian Ließ
	18.30 - 20.00	U 12 - U 15	Michael Müller / Christian Ließ
	20.00 - 22.00	Wettkampftraining U18 / Aktive	Uli Rothenhäusler
Di	16.15 - 17.15	Anfängerkurs ab 6 J.	Manuel Müller
	17.15 - 18.30	U 8 und U 10	Manuel Müller / Sunny Petrovic
Mi	15.00 - 16.00	Bärenjudo I ab 4 J.	Sabine Schneider / Inken Wolf
	16.15 - 17.15	Bärenjudo II ab 4 J.	Sabine Schneider / Irina Lazareva
	17.15 - 18.30	U 10 - U 12	Michael Müller / Christian Ließ
	18.30 - 20.00	U 12 - U 15	Michael Müller / Christian Ließ
	20.00 - 22.00	Wettkampftraining U18 / Aktive	Uli Rothenhäusler

Do	17.15 - 18.30	U 8 und U 10	Dagmar Müller
Fr.	15.00 - 16.00	Gürtelprüfung	Uli Rothenhäusler
	16.30 - 18.30	Bezirkstraining	Uli Rothenhäusler
	18.30 - 20.00	Freizeitjudo Erwachsene	Uli Hörl

Kurse für Anfänger

Die Judoabteilung bietet mehrere Anfängergruppen für Kinder ab 6 Jahren an, für die ganz Kleinen (ab 4 Jahre) gibt es zusätzlich das Bärenjudo. In beiden Gruppen ist ein Einstieg jederzeit möglich.

Weitere Informationen unter www.judo-ravenburg.de

Ju-Jutsu



Ansprechpartner Patrick Lange
Tel. 0751. 977 855 35
Email Ju-Jutsu-Ravensburg@gmx.net

Kindertraining

Di 18.30-19.30	TSB Dojo	Einsteiger	S. Fischer
Di 18.30-20.00	TSB Dojo	Fortgeschrittene	P. Lange
Do 18.30-19.30	TSB Dojo	Einsteiger	E. Korman
Do 18.30-19.30	TSB Dojo	Fortgeschrittene	P. Lange

Jugend-/ Erwachsenenentraining

Di 19.30 - 21.15	TSB Dojo	Einsteiger u. Fortgeschrittene	P. Lange
Di 21.15 - 21.45	TSB Dojo	freies Training	P. Lange
Do 19.30 - 21.15	TSB Dojo	Einsteiger u. Fortgeschrittene	P. Lange
Do 21.00 - 21.45	TSB Dojo	freies Training	P. Lange
Fr 20.00 - 21.30	TSB Dojo	Einsteiger	C. Hippler
Fr 21.30 - 22.00	TSB Dojo	freies Training	C. Hippler

Nach Absprache

So 10.00 - 12.00	TSB Dojo	Einsteiger u. Fortgeschrittene	P. Lange
------------------	----------	--------------------------------	----------

Interessierte können jederzeit zum Probetraining vorbeikommen.

Leichtathletik (Mitglied der LG Welfen)



Abteilungsleiter
Jugend und Aktiventraining

Tobias Aberle
Hagenbach 3
88213 Ravensburg, Tel. 0751. 556 644
Email tobias.aberle@mail.de

Ansprechpartnerin für das Kinder- und Schülertraining

Karin Hiller, Ebertstraße 15, 88214 Ravensburg
Tel. 0751. 958 67 67, Email karin-hilli@web.de

Ansprechpartner für das Langstreckentraining

Alfred Berner, Tettmanger Straße 237, 88214 Ravensburg
Tel. 0751. 642 95, Email alfredberner@versanet.de

Ansprechpartner für das Senioreentraining

Werner Bucher, Alte Bachgasse 11, 88339 Bad Waldsee
Tel. 07524. 498 04, Email werner-bucher@web.de

Ansprechpartner Walking

Ulrike Hänssler, Leinerweg 8, 88214 Ravensburg
Tel. 0751. 142 24

Schüler (Dienstag ganztätig; Freitag im Winter: jeweils Gymnasiums-sporthalle gr. Freitag im Sommer: TSB Stadion)

Di 17.30 - 19.00	Schüler 7-14 Jahre	Karin Hiller / Anja Regedzinski /
Fr 17.00 - 18.30	Schüler 6-14 Jahre	Karin Hiller / Anja Regedzinski / Sylvia Blank

Jugend/Aktive (Sommer: TSB Stadion; Winter: Gymnasiums-sporthalle gr.)

Di 19.00 - 21.00	Jugend ab 14 Jahre Aktive ab 18 Jahre	Tobias Aberle / Andreas Hund
Fr 18.30 - 20.00	Jugend ab 14 Jahre Aktive ab 18 Jahre	Karin Hiller

Läufergruppen (TSB Stadion)

Di 18.15 - 19.45	Aktive alle Altersklassen	Alfred Berner
Mi 18.30 - 19.45	Hobby	Bärbel Paul
Do 18.00-19.00	Walking	Ulrike Hänssler

Seniorengruppe (Sporthalle TSB Stadion)

Mi 20.00 - 21.30	Sporthalle/Sportzentrum ab ca. 30 Jahren	Werner Bucher
------------------	---	---------------

Walking Treff



Leiterin Ulrike Hänssler
Leinerweg 8
88214 Ravensburg
Tel. 0751. 142 24

Do 18.00 - 19.00

TSB Stadion

Ulrike Hänssler

Ringen



Vorstand Markus Bohmeier
Gartenstraße 36
88250 Weingarten
Tel. 0751. 561 660
Handy 0171. 231 02 15
markus.bohmeier@bohmeier-gmbh.de

Ehrenvorstand Otto Bausch
Wilder Hammer 1
88212 Ravensburg
Tel. 0751. 363 22 26

Baienfurt, Alte Turnhalle

Mo 18.00 - 19.30

Di 17.30 - 19.00

Di 19.00 - 20.30

Do 17.30 - 19.00

Do 19.00 - 20.30

Fr 17.30 - 19.00

Talentfördergruppe

Jugend ab 6 Jahre

Aktive

Jugend ab 6 Jahre

Aktive

Talentfördergruppe

Frank Rothweiler

R. Bolduan, F. Rothweiler, R. Müller

Dariusz Jelen, P. Dworczyk

R. Bolduan, F. Rothweiler, R. Müller

Dariusz Jelen, P. Dworczyk

Frank Rothweiler

Vogt, Sirgensteinhalle

Mi 18.00 - 19.30

Fr 18.00 - 19.30

Fr 18.00 - 19.30

Fr 20.00 - 22.00

Jugend

Jugend

Jugend

Erwachsene

H. Hirschbühler

H. Hirschbühler

H. Hirschbühler

Gerd Ibele

Ebenweiler, Dorfgemeinschaftshaus

Fr 18.00 - 19.30

Bambini ab 6 Jahre

Roland Bolduan, Rene Zirn

Rugby



Abteilungsleiter Manuel Merath Tel. 0157. 822 036 03
Email manuelmerath@yahoo.de
Ansprechpartner Nico Pueta
nicopueta@hotmail.com

Training

Do 19.30 - 21.30

TSB Kunstrasen/Rasenfeld 2 (Herren)

M. Merath /N. Pueta

www.facebook.com/ravensrugby

Ski-Abteilung



Abteilungsleiter Armin Mutschler
Brandenburger Straße 20
88250 Weingarten
Tel. 0751. 569 640

Ski- und Ferienheim

(Andelsbuch-Bersbuch 220, Bregenzerwald)

Auskünfte über Belegungen und Reservierungen des Ski- und Ferienheimes erteilt Frau Becker, morgens von 09.00-11.00 Uhr, unter Telefon 0751. 569 640 oder
Internet: www.tsb-ravensburg.de

Sportabzeichen (Training und Abnahme)

Leiterin Edeltraud Ehmer
Kalter Knebel 26
88212 Ravensburg
Telefon 0751. 244 48

15

Abnahme: Nach telefonischer Absprache

Leichtathletik, TSB Stadion

Schwimmen, Freibad Weingarten (durch zuständigen Bademeister)

Radfahren, Treffpunkt Staig, Fußgängerampel: nach Rücksprache oder Veröffentlichung in der SZ

Tanzsport



Abteilungsleiter Hans Georg Buchwald
 Altdorfstraße 9
 88255 Baienfurt
 Tel. 0751. 461 13
 Email hgbuchwald@gmx.de

Stellvert. Abteilungsleiter Herbert Nilles
 Breslauerstraße 8
 88212 Ravensburg
 Tel. 0751. 159 58
 Email tsb-tanzsport@web.de

16

Di 19.00 - 20.00	TH St. Christina	Paartanzen (Hobbygruppe) Standard/Latein	Herbert u. Gabi Nilles
Di 20.00 - 21.00	TH St. Christina	Paartanzen (Hobbygruppe) Standard/Latein	Herbert u. Gabi Nilles
Mi 19.00 - 20.00	TH St. Christina	Paartanzen (Hobbygruppe) Standard/Latein	Martin Korbély
Mi 20.00 - 21.00	TH St. Christina	Paartanzen (Hobbygruppe) Standard/Latein	Martin Korbély
Mi 16.00 - 17.00	TH Gymnasium (Gymnastiksaal)	Dancing Kids ab 6 Jahre	Carolin u. Antje Grieb
Mi 17.00 - 18.00	TH Gymnasium (Gymnastiksaal)	Hip Hop Crew - DNC ab 12 Jahre	Carolin Grieb
Do 18.15 - 19.15	TH Gymnasium (Gymnastiksaal)	Modern Dance - Kids ab 10 Jahre	Nane u. Antje Grieb
Do 19.45 - 20.45	TH Gymnasium (Gymnastiksaal)	Modern Dance Erwachsene	Antje Grieb
So 18.00 - 19.30	TH Neuwiesen	Freies Training für alle Paartanzgruppen	

Tischtennis



Abteilungsleiter Eugen Steigmiller
Königsbergerstrasse 22 Tel. 0751/33269
88212 Ravensburg Eugen.Steigmiller@web.de

Jugendleiter Werner Dengler
Galgenhalde 36 Tel. 0751. 964 27
88213 Ravensburg Email WG.dengler@web.de

Training

Mi 19.30 - 22.00	TH Neuwiesen	Aktive (Damen/Herren)	N. Sauter / T. Duffke
Do 18.30 - 20.00	TH Neuwiesen	Jugend/Schüler	W. Dengler / K. Löhle
Do 20.00 - 22.00	TH Neuwiesen	Aktive u. Hobbyspieler	W. Dengler

Trampolin



Abteilungsleiterin Stefanie Frei
Tel. 0160. 787 35 30
trampolin-rv@web.de

Training

Di 18.00 - 20.00	TH Weststadt	Reich, Stauber, Rothach – alle Altersklassen
Mi 15.30 - 17.00	TH Weststadt	Reich, Frei – nur Wettkampfgruppe
Fr 18.00 - 21.00	TH Weststadt	Reich, Stauber, Rothach, Frei – alle Altersklassen

17

Triathlon



Abteilungsleiter Aytun Narcin
St.-Rochus-Weg 5
88213 Ravensburg
Tel. 07546. 1839

Training

Di 18.00 - 19.00	TSB Stadion	Lauftraining	A. Narcin
------------------	-------------	--------------	-----------

Schwimmtraining (bitte telefonische Rücksprache bei Jürgen Porsch, Telefon 0751. 97229)

Mo 20.00 - 22.00

Do 20.00 - 22.00

Turnen



Abteilungsleiterin Jutta Laslo
Tel. 07542. 512 37
juttalaslo@web.de

1. Eltern und Kind

Di 16.15 - 17.15	TH Weststadt (2-4 Jahre)	I. Wolf
Mi 16.30 - 17.30	TH Kuppelnau (2-4 Jahre)	Ph. Riebler
Fr 16.00 - 17.00	TH Gymnasium kl. (2-4 Jahre)	N. Heine

2. Erlebnisturnen für Kinder

Di 16.15 - 17.15	TH Weststadt	Kinder 4-6 Jahre	H. Arndt / A. Arndt
Di 16.15 - 17.15	TH Weststadt	Kinder 6-8 Jahre	S. Wursthorn / F. Wolf
Di 17.15 - 18.15	TH Weststadt	Minirakete 6-12 Jahre*	S. Wursthorn / F. Wolf
Di 17.15 - 18.00	TH Weststadt	Kinder 4-6 Jahre	H. Arndt / A. Arndt
Mi 15.50 - 16.50	TH Weststadt	Kinder ab 1,5 Jahre	N. Heine
Mi 16.30 - 17.30	TH Kuppelnau	Kinder 4-6 Jahre	B. Müller / H. Arndt
Mi 17.30 - 18.45	TH Kuppelnau	Kinder 6-8 Jahre	B. Müller / H. Arndt

*Inklusiver Sport

3. Gerätturnen

Ansprechpartner:	Für Minis und E-Jugend:	Antje Steiner, Tel. 0751. 791 41 11
	D/C-Jugend:	Nicola Winterkorn, Tel. 0751. 352 71 73
		Tatjana Schmid, Tel. 0176. 620 661 35
	Ligateam:	Antje Steiner

Di 17.00 - 19.00	Sporthalle Sportzentrum	Hobbygruppe ab 12 J.	E. Lindner / K. Bixenmann
------------------	-------------------------	-------------------------------------	---------------------------

Wettkampfbereich

Mo 16.00 - 18.00	Oberzell Sporthalle	Minis und E- und D-Jugend	Winterkorn / Schmid / Lindner
Mi 16.00 - 18.30	TH Neuwiesen		Winterkorn / Grünholz
Fr 14.00 - 16.00	Oberzell Sporthalle		Winterkorn / Schmid / Grünholz
Mo 17.30 - 20.00	Oberzell Sporthalle	C-Jugend und Liga	Blaha-Best / Steiner
Di 17.00 - 20.00	Oberzell Sporthalle (Sommer)		Blaha-Best / Steiner
Mi 17.00 - 19.00	TH Welfengymnasium		Blaha-Best / Steiner / Bixenmann
Fr 17.00 - 20.00	TH Welfengymnasium		Blaha-Best / Steiner / Hepperle
Di 17.00 - 19.00	Sporthalle Sportzentrum	Jungs 5-10 Jahre	K. Bixenmann / J. Laslo
Do 15.45 - 17.30	TH Weststadt	Jungs 5-10 Jahre	K. Bixenmann / J. Laslo

4. Frauengymnastik

Mo 19.00 - 20.30	Sporthalle Sportzentrum (Sommer TSB-Stadion)	E. Ehmer
Di 19.00 - 20.00	TH Weststadt (Gymn. Frauen ab 50 J.)	M. Raisch
Di 20.00 - 21.30	TH Weststadt (Volleyball ab 50 J.) mit Vorkenntnissen	R. Labidi
Di 20.00 - 21.00	TH Weststadt	E. Breitwieser
Di 18.30 - 19.30	TH Neuwiesen (Gymn. Frauen ab 60 J.)	B. Jans
Mi 19.00 - 20.00	TH Welfengymnasium (Gymn. Frauen v. 50 - 75 J.)	E. Breitwieser

5. Gymnastik-Mixed

Mo 20.00 - 21.30	TH St. Konrad (GHS) (Ball sport)	Misch-Masch Gruppe	T. König
Di 18.30 - 20.00	TH Weststadt (Volleyball)	Just for Fun	K. Huber
Di 19.00 - 20.00	Sporthalle Sportzentrum	Fitness-/Skigymn.	M. Hainick
Di 20.00 - 21.00	Sporthalle Sportzentrum	Fitness-/Skigymn.	M. Hainick
Mi 20.00 - 21.00	TH St. Konrad (GHS)	Sie und Er	E. Ehmer
Mi 21.00 - 21.30	TH St. Konrad (GHS)	Ballspiele	E. Ehmer
Mi 18.30 - 20.00	Sporthalle Sportzentrum	Fit for Fun	L. Kreschel

6. Seniorengymnastik

Mo 09.30 - 10.30	TSB Dojo	Frauen u. Männer	I. Buck
Do 18.30 - 19.30	Sporthalle Sportzentrum	Funktionsgymnastik	M. Krumm
Do 19.30 - 21.45	Sporthalle Sportzentrum	Männer u. Frauen	R. Labidi
Fr 17.00 - 18.00	Sporthalle Sportzentrum	Männer	K. Muschel
Fr 18.00 - 19.00	Sporthalle Sportzentrum	Männer	B. Wald

Volleyball



Abteilungsleiter Jessica Kapp
Seestraße 17
88214 Ravensburg
ssse_jessy@yahoo.de

Aktive

Herren 1	Trainer: Tobias Metzger / Sebastian Dürre
Dienstag	20.00 - 22.00 Uhr Weststadturnhalle
Donnerstag	20.30 - 22.00 Uhr Sporthalle bei den Gymnasien
Damen 1	Trainerin: Jessica Kapp / Doru Philihaci
Dienstag	19.00 - 21.00 Uhr Sporthalle bei den Gymnasien
Donnerstag	19.00 - 20.30 Uhr Sporthalle bei den Gymnasien

Jugend

U20 m	Trainer: Tim Müller / Jürgen Winterkorn
Mittwoch	18.30 - 20.00 Uhr Weststadturnhalle
Donnerstag	18.30 - 20.00 Uhr Sporthalle bei den Gymnasien

20 U12/14 m/w	Trainerin: Jessica Kapp
Mittwoch	17.00 - 18.30 Uhr Weststadturnhalle
Freitag	17.00 - 18.30 Uhr Turnhalle Neuwiesenschule (im zweiwöchigen Wechsel)
U16/U17 w	Trainerin: Julia Schiffler / Carina Büchle
Montag	18.30 - 20.00 Uhr Turnhalle Neuwiesenschule
Freitag	17.00 - 18.30 Uhr Turnhalle Neuwiesenschule (im zweiwöchigen Wechsel)

Seniorinnen/Hobby

Hobbygruppe	Trainer: Harald Hiller
Montag	20.30 - 22.00 Uhr Turnhalle im TSB-Sportzentrum
Donnerstag	20.00 - 22.00 Uhr Turnhalle bei den Gymnasien
Freizeitgruppe	Trainer: Philip Mayer
Freitag	20.30 - 22.00 Uhr Turnhalle im TSB-Sportzentrum

Sport auf Rezept

Koronarsport

Abteilungsleiterin Karin Bellrich-Bluhm
Panoramastraße 75
88255 Baienfurt
Tel. 0751. 468 90

Di 18.00 - 19.30	Turnhalle Klösterle	K. Bellrich-Bluhm / B. Löffler / A. Matzenmüller
Mi 17.45 - 18.45	Turnhalle Klösterle	K. Bellrich-Bluhm / I. Stumper / A. Matzenmüller
Mi 18.45 - 20.00	Turnhalle Klösterle	K. Bellrich-Bluhm / I. Stumper / A. Matzenmüller

Alle Stunden unter ärztlicher Aufsicht; Kursbeiträge sind in den Übungsstunden oder der Geschäftsstelle zu erfragen. Verordnungen von der BFA, LVA oder von einer Krankenkasse genehmigte Rezepte bitte in die Übungsstunden mitbringen.

Lungensport

21

Ansprechpartner Mirjam Lorch-Thiel Karin Zanutta
Tel. 07502. 911 616 Tel. 0173. 370 72 38

Mo 18.00 - 19.00	TH Gymnasium (Gymnastiksaal)	Mirjam Lorch-Thiel
Di 14.00 - 15.00	TH Gymnasium (Gymnastiksaal)	Karin Zanutta
Do 14.00 - 15.00	TSB Gymnastikraum / TSB Dojo	Karin Zanutta
Do 15.30 - 16.30	TSB Gymnastikraum / TSB Dojo	Karin Zanutta

Kursbeiträge sind in den Übungsstunden oder der Geschäftsstelle zu erfragen. Verordnungen vom Arzt bzw. von einer Krankenkasse genehmigte Rezepte bitte in die Übungsstunden mitbringen.

Rehasport Orthopädie

Ansprechpartner Iris Buck Tel. 0751. 180 95 85

Di 09.30 - 10.30	Sporthalle Sportzentrum	Rücken, Hüft- und Kniebeschwerden, künstliche Gelenke, Arthrose
------------------	-------------------------	--

Kursbeiträge sind in den Übungsstunden oder der Geschäftsstelle zu erfragen. Verordnungen vom Arzt bzw. von einer Krankenkasse genehmigte Rezepte bitte in die Übungsstunden mitbringen.

Sport nach Krebs

Leiterin Ulrike Hänssler
Leinerweg 8
88214 Ravensburg
Tel. 0751. 142 24

Do 9.10 - 10.10 TSB Dojo / Turnhalle im Sportzentrum Ulrike Hänssler

Kursbeiträge sind in den Übungsstunden oder der Geschäftsstelle zu erfragen. Verordnungen vom Arzt bzw. von einer Krankenkasse genehmigte Rezepte bitte in die Übungsstunden mitbringen.

ONKO-Walking für Krebspatienten

Leiterin Ulrike Hänssler
Leinerweg 8
88214 Ravensburg
Tel. 0751. 142 24

Termine Wenden Sie sich bitte direkt an Ulrike Hänssler

22

Kooperationen mit Schwerpunktpraxis für Tumorthherapie Dr. Nonnenbroich, PD Dr. Decker, Ärztehaus beim Elisabethenkrankenhaus

Wirbelsäulengymnastik + aktive Rückenschule

Funktionstraining für Wirbelsäulengeschädigte und Rheumakranke

Leiterinnen Edeltraud Ehmer
Mirjam Lorch-Thiel
Laura Stadler

Mo 09.00 - 10.00	Turnhalle Gymnasium (Gymnastiksaal)	Edeltraud Ehmer
Mo 10.00 - 11.00	Turnhalle Gymnasium (Gymnastiksaal)	Edeltraud Ehmer
Mo 17.00 - 18.00	Turnhalle Gymnasium (Gymnastiksaal)	Mirjam Lorch-Thiel
Mo 19.00 - 20.00	Turnhalle Gymnasium (Gymnastiksaal)	Laura Stadler
Di 09.00 - 10.00	Turnhalle Gymnasium (Gymnastiksaal)	Edeltraud Ehmer
Di 10.00 - 11.00	Turnhalle Gymnasium (Gymnastiksaal)	Edeltraud Ehmer
Di 17.15 - 18.15	Turnhalle Gymnasium (Gymnastiksaal)	Edeltraud Ehmer
Di 18.15 - 19.15	Turnhalle Gymnasium (Gymnastiksaal)	Edeltraud Ehmer

Kursbeiträge sind in den Übungsstunden oder der Geschäftsstelle zu erfragen.

Kurzinformation

Ski- und Ferienheim (Bregenzer Wald)

Die Ski-Abteilung des TSB Ravensburg e.V. freut sich, den Wintersport- und Wanderfreunden des Vereins einen Aufenthalt in einem gemütlichen und sauberen Ski- und Ferienheim anbieten zu können.

Dieses Ski- und Ferienheim befindet sich mitten im herrlichen Bregenzer Wald, und zwar in

Andelsbuch - Ortsteil Bersbuch

Folgende Räumlichkeiten bietet das Haus:

Erdgeschoss	Küche, Wohnstube, Aufenthaltsraum, 1 Schlafzimmer, Waschraum mit Dusche und Toilette, große Scheune mit Tischtennisplatte
Obergeschoss	2 Schlafräume und Toilette
Dachgeschoss	Matratzenlager

23

Das Heim kann mit ca. 25 Personen belegt werden.

Das Haus ist für Selbstversorger eingerichtet und hat fließend kaltes und warmes Wasser.

Als ehemaliges Bauernhaus im typischen „Wälder-Stil“ lädt es geradezu ein, dort erholsame, wie auch zünftige Tage zu verbringen.

Das Heim liegt mitten im bekannten Skigebiet des Bregenzer Waldes mit seinen zahlreichen Möglichkeiten für alpines und nordisches Skifahren.

Außerhalb der Skisaison eignet sich der Standort des Hauses für Wanderungen und Touren in die herrliche Voralberger Bergwelt.

Buchung über Frau Becker
morgens von 09.00 - 11.00 unter Tel. 0751. 569 640

Anfahrt Egg-Andelsbuch-Bersbuch
Am Ortsende Bersbuch biegt man in eine schmale Straße scharf links ab.
Das Haus liegt dann auf der rechten Seite und ist mit dem TSB-Wappen gekennzeichnet.

FRAUEN

ALTER	18-19	20-24	25-29	30-34	35-39	40-44	45-49	50-54	55-59	60-64	65-69	70-74	75-79	80-84	85-89	90-99
3.000 m Lauf (in Min.)	25:00	20:00	18:00	17:00	15:50	15:00	14:00	13:00	12:00	11:00	10:00	9:00	8:00	7:00	6:00	5:00
10 km Lauf (in Min.)	44:00	36:00	32:00	29:00	26:00	24:00	21:00	19:00	17:00	15:00	13:00	11:00	10:00	9:00	8:00	7:00
15 km Lauf (in Min.)	50:00	40:00	36:00	32:00	29:00	26:00	23:00	21:00	19:00	17:00	15:00	13:00	11:00	10:00	9:00	8:00
20 km Lauf (in Min.)	56:00	44:00	40:00	36:00	32:00	29:00	26:00	23:00	21:00	19:00	17:00	15:00	13:00	11:00	10:00	9:00
Schwimmen (in Min.)	24:00	21:00	18:25	16:50	15:00	13:40	12:20	11:00	10:00	9:00	8:00	7:00	6:00	5:00	4:00	3:00
20 m Rudern (in Min.)	32:00	28:00	25:00	22:00	20:00	18:00	16:00	14:00	12:00	10:00	9:00	8:00	7:00	6:00	5:00	4:00
Medienball (21g, m) (in m)	10	8,00	8,75	7,25	8,00	8,50	7,00	7,75	8,50	9,25	10,00	10,75	11,50	12,25	13,00	13,75
Steindrehung (13kg, m) (in m)	6,50	7,00	7,50	8,00	8,50	9,00	9,50	10,00	10,50	11,00	11,50	12,00	12,50	13,00	13,50	14,00
Stoßdrehung (in m)	1,15	1,05	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00
Greifhaken (in 54s)	18,7	16,5	15,3	14,5	13,6	12,6	11,6	10,6	9,6	8,6	7,6	6,6	5,6	4,6	3,6	2,6
25 m Schwimmen (in 54s)	25:00	20:00	18:00	17:00	15:50	15:00	14:00	13:00	12:00	11:00	10:00	9:00	8:00	7:00	6:00	5:00
200 m Rudern (in 54s)	2:20	2:00	1:50	1:40	1:30	1:20	1:10	1:00	0:50	0:40	0:30	0:20	0:10	0:00	0:00	0:00
Greifhaken (in 54s)	18,7	16,5	15,3	14,5	13,6	12,6	11,6	10,6	9,6	8,6	7,6	6,6	5,6	4,6	3,6	2,6
Reck (in 54s)	18,7	16,5	15,3	14,5	13,6	12,6	11,6	10,6	9,6	8,6	7,6	6,6	5,6	4,6	3,6	2,6
Wandsperrung (in 54s)	18,7	16,5	15,3	14,5	13,6	12,6	11,6	10,6	9,6	8,6	7,6	6,6	5,6	4,6	3,6	2,6
Schneiderball (1kg, m) (in m)	15:00	14:00	13:00	12:00	11:00	10:00	9:00	8:00	7:00	6:00	5:00	4:00	3:00	2:00	1:00	0:00
Schlingen (in m)	10	15	20	25	30	35	40	45	50	55	60	65	70	75	80	85
Greifhaken (in 54s)	18,7	16,5	15,3	14,5	13,6	12,6	11,6	10,6	9,6	8,6	7,6	6,6	5,6	4,6	3,6	2,6

MÄNNER

ALTER	18-19	20-24	25-29	30-34	35-39	40-44	45-49	50-54	55-59	60-64	65-69	70-74	75-79	80-84	85-89	90-99
3.000 m Lauf (in Min.)	25:00	20:00	18:00	17:00	15:50	15:00	14:00	13:00	12:00	11:00	10:00	9:00	8:00	7:00	6:00	5:00
10 km Lauf (in Min.)	44:00	36:00	32:00	29:00	26:00	24:00	21:00	19:00	17:00	15:00	13:00	11:00	10:00	9:00	8:00	7:00
15 km Lauf (in Min.)	50:00	40:00	36:00	32:00	29:00	26:00	23:00	21:00	19:00	17:00	15:00	13:00	11:00	10:00	9:00	8:00
20 km Lauf (in Min.)	56:00	44:00	40:00	36:00	32:00	29:00	26:00	23:00	21:00	19:00	17:00	15:00	13:00	11:00	10:00	9:00
Schwimmen (in Min.)	24:00	21:00	18:25	16:50	15:00	13:40	12:20	11:00	10:00	9:00	8:00	7:00	6:00	5:00	4:00	3:00
20 m Rudern (in Min.)	32:00	28:00	25:00	22:00	20:00	18:00	16:00	14:00	12:00	10:00	9:00	8:00	7:00	6:00	5:00	4:00
Medienball (21g, m) (in m)	10	8,00	8,75	7,25	8,00	8,50	7,00	7,75	8,50	9,25	10,00	10,75	11,50	12,25	13,00	13,75
Steindrehung (13kg, m) (in m)	6,50	7,00	7,50	8,00	8,50	9,00	9,50	10,00	10,50	11,00	11,50	12,00	12,50	13,00	13,50	14,00
Stoßdrehung (in m)	1,15	1,05	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00	1,00
Greifhaken (in 54s)	18,7	16,5	15,3	14,5	13,6	12,6	11,6	10,6	9,6	8,6	7,6	6,6	5,6	4,6	3,6	2,6
25 m Schwimmen (in 54s)	25:00	20:00	18:00	17:00	15:50	15:00	14:00	13:00	12:00	11:00	10:00	9:00	8:00	7:00	6:00	5:00
200 m Rudern (in 54s)	2:20	2:00	1:50	1:40	1:30	1:20	1:10	1:00	0:50	0:40	0:30	0:20	0:10	0:00	0:00	0:00
Greifhaken (in 54s)	18,7	16,5	15,3	14,5	13,6	12,6	11,6	10,6	9,6	8,6	7,6	6,6	5,6	4,6	3,6	2,6
Reck (in 54s)	18,7	16,5	15,3	14,5	13,6	12,6	11,6	10,6	9,6	8,6	7,6	6,6	5,6	4,6	3,6	2,6
Wandsperrung (in 54s)	18,7	16,5	15,3	14,5	13,6	12,6	11,6	10,6	9,6	8,6	7,6	6,6	5,6	4,6	3,6	2,6
Schneiderball (1kg, m) (in m)	15:00	14:00	13:00	12:00	11:00	10:00	9:00	8:00	7:00	6:00	5:00	4:00	3:00	2:00	1:00	0:00
Schlingen (in m)	10	15	20	25	30	35	40	45	50	55	60	65	70	75	80	85
Greifhaken (in 54s)	18,7	16,5	15,3	14,5	13,6	12,6	11,6	10,6	9,6	8,6	7,6	6,6	5,6	4,6	3,6	2,6

Leistungsstufen: 1 Punkt, 2 Punkte, 3 Punkte/Gewinnleistung Bronze 4-7 Punkte, Silber 8-10 Punkte, Gold 11-12 Punkte. Alle vier Leistungen müssen mindestens auf dem Leistungsschild Bronze erreicht werden, plus Nachweis Schwimmfähigkeit.



DEUTSCHES
SPORTABZEICHEN

www.deutsches-sportabzeichen.de

DOSB

KINDER UND JUGEND – WEIBLICH

	ÜBUNG	ALTER	6–7			8–9			10–11			12–13			14–15			16–17		
			Bronze	Silber	Gold	Bronze	Silber	Gold	Bronze	Silber	Gold	Bronze	Silber	Gold	Bronze	Silber	Gold	Bronze	Silber	Gold
AUSDAUER	800 m Lauf	(in Min.)	5:40	5:00	4:15	5:35	4:50	4:10	5:20	4:40	4:00	5:10	4:25	3:45	5:00	4:20	3:35	4:50	4:05	3:25
	Dauer-/Geländelauf	(in Min.)	8:00	12:00	17:00	10:00	15:00	20:00	15:00	20:00	30:00	20:00	30:00	40:00	30:00	40:00	50:00	45:00	60:00	75:00
	Schwimmen	(in Min.)	200 m			200 m			400 m			400 m			400 m			400 m		
	Radfahren	(in Min.)	09:00	07:40	06:20	08:00	07:00	05:55	07:20	06:25	05:30	14:50	12:55	11:00	13:05	11:40	10:00	11:50	10:30	09:05
KRAFT	Schlagball (80 g)	(in m)	Schlagball			Schlagball			Schlagball			Schlagball			Schlagball			Schlagball		
	Wurfball (200 g)	(in m)	6,00	9,00	13,00	9,00	12,00	15,00	11,00	15,00	18,00	16,00	19,00	23,00	20,00	24,00	27,00	24,00	27,00	32,00
	Kugelstoßen	(3 kg, in m)	3 kg			3 kg			3 kg			3 kg			3 kg			3 kg		
	Standweitsprung	(in m)	1,05	1,25	1,40	1,15	1,30	1,50	1,30	1,45	1,65	1,40	1,60	1,80	1,55	1,70	1,90	1,65	1,80	2,00
SCHNELLKEIT	Geräturnen		Boden			Boden			Barren			Reck			Boden			Reck		
	Laufen	(in Sek.)	30 m			30 m			50 m			50 m			100 m			100 m		
	25 m Schwimmen	(in Sek.)	8,0	7,1	6,3	7,4	6,6	5,7	11,0	10,1	9,1	10,6	9,6	8,5	18,6	17,0	15,5	17,6	16,3	15,0
	200 m Radfahren	(fl. Start, in Sek.)	46,5	38,5	30,5	42,0	34,0	28,0	39,0	31,5	25,5	35,0	29,0	23,5	33,0	27,5	21,5	30,5	25,5	20,0
KOORDINATION	Geräturnen		Sprung			Boden			Sprung			Sprung			Sprung			Sprung		
	Hochsprung	(in m)	Zonenweitsprung			Zonenweitsprung			Weitsprung			Weitsprung			Weitsprung			Weitsprung		
	Weitsprung	(in m)	18	21	24	24	27	30	2,30	2,60	2,90	2,80	3,10	3,40	3,20	3,50	3,80	3,40	3,70	4,00
	Zonenweitsprung	(in Punkten)	12	15	21	18	21	27	27	30	36	17,00	19,50	22,00	19,50	22,50	25,50	22,00	25,00	28,00
	Drehwurf	(in Punkten)	Drehwurf			Drehwurf			Drehwurf			Drehwurf			Drehwurf			Drehwurf		
	Schleuderball	(1 kg, in m)	10	15	25	10	15	25	20	30	40	10	15	25	10	15	20	10	15	20
	Seilspringen		Grundsprung vorwärts mit oder ohne Zwischen sprung ODER Galoppschritt			Grundsprung vorwärts mit oder ohne Zwischen sprung ODER Galoppschritt			Grundsprung vorwärts mit oder ohne Zwischen sprung ODER Galoppschritt			Grundsprung vorwärts mit oder ohne Zwischen sprung ODER Galoppschritt			Grundsprung vorwärts mit oder ohne Zwischen sprung ODER Galoppschritt			Grundsprung vorwärts mit oder ohne Zwischen sprung ODER Galoppschritt		
	Geräturnen		Schwebebecken			Reck			Ringe			Boden			Boden			Boden		

Jeder/jede kann das Deutsche Sportabzeichen machen. Jedes Jahr. Auch ohne Mitglied in einem Sportverein zu sein. Aus jeder der vier Disziplingruppen kann man eine Disziplin frei wählen. Ganz nach den eigenen, individuellen Neigungen und Stärken. Schwimmen muss Du (können). Der Nachweis kann auf unterschiedliche Weise erfolgen. Diesen Tabellen kannst Du entnehmen, welche Leistungen Du in den von Dir gewählten Disziplingruppen erfüllen musst!

Die Einbindung der Mitgliedsorganisationen des DOSB erfolgt durch die Anerkennung von verschiedenen sportartspezifischen Leistungsabzeichen (Verbandsabzeichen). Alle Landes-sportverbände mit ihren Vereinen und die Sporträuber geben gerne Auskunft, wo Training und Prüfungen möglich sind.

Weitere Infos rund um das Deutsche Sportabzeichen findest Du auf der Internetseite www.deutsches-sportabzeichen.de.

Leistungsstufen Einzelabzeichen:

■ 1 Punkt, ■ 2 Punkte, ■ 3 Punkte

Gesamtleistung:

Bronze 4–7 Punkte, Silber 8–10 Punkte, Gold 11–12 Punkte
Alle vier Leistungen müssen mindestens auf der Leistungsstufe Bronze erbracht werden, plus Nachweis Schwimmfähigkeit.

KINDER UND JUGEND – MÄNNLICH

	ÜBUNG	ALTER	6–7			8–9			10–11			12–13			14–15			16–17		
			Bronze	Silber	Gold	Bronze	Silber	Gold	Bronze	Silber	Gold	Bronze	Silber	Gold	Bronze	Silber	Gold	Bronze	Silber	Gold
AUSDAUER	800 m Lauf	(in Min.)	5:40	5:00	4:15	5:25	4:40	3:55	5:05	4:20	3:35	4:45	4:00	3:15	4:20	3:40	2:50	3:50	3:05	2:25
	Dauer-/Geländelauf	(in Min.)	10:00	15:00	20:00	12:00	17:00	23:00	17:00	25:00	35:00	25:00	35:00	45:00	35:00	45:00	60:00	55:00	70:00	90:00
	Schwimmen	(in Min.)	200 m			200 m			400 m			400 m			400 m			400 m		
	Radfahren	(in Min.)	09:00	07:20	06:10	08:00	06:45	05:40	07:00	06:20	05:30	13:30	11:30	09:45	12:00	10:15	08:50	11:00	09:40	08:20
KRAFT	Schlagball (80 g)	(in m)	Schlagball			Schlagball			Schlagball			Schlagball			Schlagball			Schlagball		
	Wurfball (200 g)	(in m)	12,00	15,00	17,00	17,00	20,00	23,00	21,00	25,00	28,00	26,00	30,00	33,00	30,00	34,00	37,00	32,00	36,00	40,00
	Kugelstoßen	(3 kg, in m)	3 kg			3 kg			3 kg			3 kg			3 kg			3 kg		
	Standweitsprung	(in m)	1,15	1,35	1,50	1,30	1,50	1,65	1,50	1,70	1,85	1,70	1,90	2,05	1,90	2,05	2,25	2,05	2,20	2,40
SCHNELLKEIT	Geräturnen		Boden			Boden			Barren			Reck			Boden			Reck		
	Laufen	(in Sek.)	30 m			30 m			50 m			50 m			100 m			100 m		
	25 m Schwimmen	(in Sek.)	7,7	6,8	6,0	7,2	6,4	5,7	10,3	9,3	8,4	9,7	8,9	8,1	17,0	15,4	14,1	16,3	14,8	13,5
	200 m Radfahren	(fl. Start, in Sek.)	46,0	38,0	30,0	41,0	33,0	26,0	36,0	29,0	22,5	33,0	27,0	21,0	31,0	25,0	20,0	29,5	24,5	19,0
KOORDINATION	Geräturnen		Sprung			Boden			Sprung			Sprung			Sprung			Sprung		
	Hochsprung	(in m)	Zonenweitsprung			Zonenweitsprung			Weitsprung			Weitsprung			Weitsprung			Weitsprung		
	Weitsprung	(in m)	18	21	24	27	30	33	2,60	2,90	3,20	3,20	3,50	3,80	3,80	4,10	4,40	4,30	4,60	4,90
	Zonenweitsprung	(in Punkten)	15	18	24	21	27	33	33	39	45	19,50	24,00	27,50	23,50	28,00	32,00	27,50	32,00	36,50
	Drehwurf	(in Punkten)	Drehwurf			Drehwurf			Drehwurf			Drehwurf			Drehwurf			Drehwurf		
	Schleuderball	(1 kg, in m)	10	15	25	10	15	25	20	30	40	10	15	25	10	15	20	10	15	20
	Seilspringen		Grundsprung vorwärts mit oder ohne Zwischen sprung ODER Galoppschritt			Grundsprung vorwärts mit oder ohne Zwischen sprung ODER Galoppschritt			Grundsprung vorwärts mit oder ohne Zwischen sprung ODER Galoppschritt			Grundsprung vorwärts mit oder ohne Zwischen sprung ODER Galoppschritt			Grundsprung vorwärts mit oder ohne Zwischen sprung ODER Galoppschritt			Grundsprung vorwärts mit oder ohne Zwischen sprung ODER Galoppschritt		
	Geräturnen		Schwebebecken			Reck			Ringe			Boden			Boden			Boden		

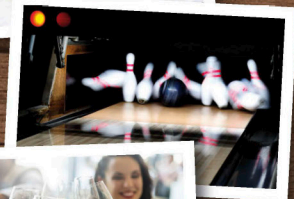
Jetzt auch mit

sky SPORT HD



halbzeit

restaurant. sportsbar. kegelbahn. feierlichkeiten.



Fussball live

Alle Spiele live auf drei Bildschirmen

Gutes Essen

Schwäbische Gerichte, Pizza, uvm.

Feiern bei uns

Egal, ob privat oder geschäftlich.

Wir richten Ihr Fest bei uns aus.

Öffnungszeiten

Di - So 17:00 - 23:00 Uhr
und bei allen Heimspielen

Reservierung

Tel. 0751. 214 38

