SOMMER 2015

RUNDBLICK

Die SG EK - Herren 1 sind Bezirks-Pokalsieger 2015
s. Bericht Seite 7

SPORT-
GEMEINSCHAFT

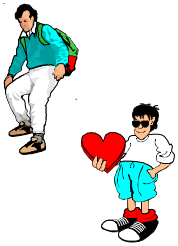
EICHENKREUZ
KARLSRUHE e.V.

www.sgek-karlsruhe.de

Olympia Partner Deutschland
Sparkassen-Finanzgruppe
Wir fördern den Sport –
zum Nutzen der Region!
Sparkasse
Karlsruhe Ettlingen
Sport ist ein wichtiges Bindeglied der Gesellschaft. Er stärkt den Zusammenhalt und schafft Vorbilder. Deshalb unterstützen wir den Breitensport und die Leistungsvielfalt in den Vereinen. National und international sorgen wir so mit unserem Engagement für die notwendigen Rahmenbedingungen. Damit sind wir der größte nichtstaatliche Sportförderer in Deutschland. Sparkassen-Finanzgruppe. Gut für die Region. Wenn's um Geld geht – Sparkasse.

INHALTSVERZEICHNIS

Der Vorstand berichtet		04
Jubilare / Ehrungen		05
Nordstadtfest 6.07.14		06
Basketball	- 1. Herren	07
	- Special Olympics	10
	- Ü 50	12
	- Ü 60	14
Kinder- und Jugendsport		
	- Basket U18	16
	- Basket U14	21
	- Basketball U10	22
	- Kindersport - Hilferuf	26
Freizeitsport	- Damengymnastik + Spiele	27
	- Männergymnastik +Spiele -	28
Volleyball	- Freizeitturnier 19.04.15	29
	- Volleyball - Aktionen	30
Gesundheitssport		
	-PITFIT	
	- Jahresbericht	32
	- Sportabzeichen mit 87 Jahren	33
	- Rennsteigwanderung, Okt 2014	34
	- Skilanglauf, März 2015	36
	- Zirkeltraining mit Baden-TV	37
	- Herzsportgruppe	38
	- Präventionsgruppe	40
Trainingszeiten		41



ANAGRAMME - 2015 ***Auflösung irgendwo in diesem Heft***

durch Umstellen der Buchstaben ergibt sich jeweils ein sinnvolles Wort

NIBESA	.....	BIGA	.....
JUSULI	.....	NADIEL	.....
ETABE	.....	AVSSENA	.....
FIZTR	.....	FIXEL	.....
NAHNE	.....	RINAMA	.....
DEIRET	.....	JOSAN	.....
ACMERN	.....	ARAL	.....
AMFREND	.....	AGRIBEL	.....
DIRGNI	.....	HILED	.....
MASTHO	.....	KINLAS	.....

Geschäftsstelle: Thomas Schuler, Alte Friedrichstr. 72, 76149 KA, Tel 0721-705523
Fax 0721-788114 / eMail sgek-ka@t-online.de **http://www.sgek-karlsruhe.de**

DER VORSTAND BERICHTET

Geschäftsjahr 2013/2014

HerbertSchuh, 1.Vorsitzender

Seit der letzten Mitgliederversammlung am 9.4.2014 haben sechs Vorstandssitzungen stattgefunden. Der Schwerpunkt 2014 lag durch das Ausscheiden unseres 2. Vorsitzenden Kurt Lehmann in der Suche neuer Mitarbeiter/innen, die die Bereiche Haushalt, Betreuung unserer EDV-basierten-Mitgliederverwaltung und Betreuung unserer Homepage übernehmen könnten.

Sowohl im Berich Haushalt als auch in der Mitgliederverwaltung konnte, in Zusammenarbeit mit Kurt, Eva-Maria Enderlein für den Haushalt und Wolfram Keller für die Mitgliederverwaltung gewonnen und eingearbeitet werden. Für die Betreuung der Homepage, Pflege unseres Internetauftrittes bekundete spontan bei der Mitgliederversammlung am 25.03.2015 ***Anette Rößler*** (Übungsleiterin Eltern-Kind-Turnen) Interesse.

Am 26.9.2014 hat der Vorstand alle Mitglieder zu einem INFO-Abend mit einem Vereinscoach, Herr Stahlberger, eingeladen. Die Ausführungen und Anregungen waren für den Vorstand sehr informativ und hilfreich. Leider sind unserer Einladung nur 10 Mitglieder, davon sieben Übungsleiter/innen, gefolgt, so dass wir unsere Probleme in der ehrenamtlichen Vereinsführung nicht weitertragen konnten.
Trotzdem haben wir mehrere Vorschläge aus dieser Aktion in den folgenden Vorstandssitzungen diskutiert und die ersten schon umgesetzt:

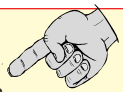
- Die Erhöhung der Aufwandsentschädigungen für unsere Übungsleiter zum 1.1.2015
- Die Stellenbeschreibung jeder Position im Vorstand zur leichteren Mitarbeiterfindung.

Weitere Vereinsziele sind:
- Schaffung eines Vereinszentrums
- Öffentlichkeitsarbeit
- Das Finden und Unterstützen von aktiven und qualifizierten Übungsleiter/innen

In der Mitgliederstatistik bleiben wir über der 500er Marke mit Schwankungen in den einzelnen Altergruppen. Unser Verein setzt sich zu je einem Drittel aus Jugendlichen, 18-65jährigen und Senioren zusammen. Auffallend ist die Tatsache der Überalterung unserer Seniorengruppen. Schon sieben Gruppen erreichen einen Schnitt von über 76 Jahren.

Herbert Schuh - 1. Vorsitzender

Vormerken:



Gepäck stapeln wir wieder am **Sonntag 20.09.2015** beim
33. FIDUCIA Baden-Marathon
zum letzten Mal an der Europahalle !!

JUBILARE - 2015

Herzlichen Glückwunsch

zum runden Geburtstag

60
Gerlinde Möller

70
Iko Miletic
Karl-Heinz Mainzer
Wolfgang Nusche
Ingrid Ries
Kurt Nollert

80
Gisela Tröndle
Karl-Heinz Hehn
Werner Gogel
Wolfgang Haake
Barbara Rees
Peter Reuß
Rudi Ringwald
Doris Bender
Gerhard Stuber
Siegfried Birkle
Hans Adler
Valentin Kunz
Wolfgang Spieker

Wir wünschen allen ein gesundes, erfolgreiches und sportliches Jahr.

zur langjährigen Vereinszugehörigkeit

25
Carmen Zimmer
Eberhard Wanner

40
Mila Bittighofer
Uta Doll
Kurt Streit

DANKE
für die langjährige Treue zum Verein

Kurt Streit, aus der Abteilung Basketball, bei der Ehrung zur 40jährigen Mitgliedschaft bei der Mitgliederversammlung am 25.3.15

Herzlich willkommen in unserem Verein

Wir begrüßen alle neuen Mitglieder ganz herzlich und wünschen ihnen in unserem Verein viel Spaß, neue Freunde und Erfolg.

NORDSTADTFEST - 6. Juli 2014

Beim Nordstadtfest im Juli 2014 hatte unser Verein die Möglichkeit sich durch Gespräche und kleinen Geschicklichkeitsspielen zu präsentieren. Das Wetter spielte mit und das Interesse war groß.

an alle fleißigen Artikelschreiber, ohne die es keinen Rundblick gäbe!

Das nächste Heft erscheint im Sommer 2016

Erfolgreiche Saison der Herren 1 mit dem Double gekrönt.

Nach dem letztjährigen Abstieg in die Bezirksliga meldete sich die Herren 1 der SG EK Karlsruhe fulminant zurück und konnte neben dem direkten Wiederaufstieg in die Landesliga nun auch den Bezirkspokal gewinnen.

Bereits im Vorfeld der Saison war allen verbleibenden Beteiligten klar, dass sich einiges würde ändern müssen, um wieder in die Erfolgsspur zurückkehren zu können. An erster Stelle musste man wieder zu mannschaftlicher Geschlossenheit und Charakterstärke zurückfinden, darüber hinaus musste man sich auch spielerisch verstärken.

In frühen Gesprächen konnten die meisten Spieler von dieser Idee überzeugt werden und viele Leistungsträger konnten gehalten werden. Als Folge dessen konnten dann talentierte und hochkarätige Neuzugänge für das diesjährige Konzept unter dem Motto „Mit hoher Intensität zurück in die Landesliga“ dazugewonnen werden.

Allen voran die Eigengewächse Dario Redzovic, Niko Kiefer und Jakob Krnjaca, die wieder ihren Weg zurück in die Nordstadt fanden. Mit Ruben Reichle stieß ein erfahrener und ehrgeiziger Spieler hinzu. Emre Semen rückte von der zweiten Mannschaft hoch und komplettierte den Kader.

Mit großer Begeisterung studierte man die notwendigen Spielsysteme, verinnerlichte die Spielphilosophie (immer schnell, Ball auf die Seite, allzeit bereit, viel Reden, Mitte zu, Arme hoch, mittleres Drittel, Rebound sichern, clevere Wurfauswahl, auf die anderen vertrauen..) und rannte ausdauernd und anaerob durch den Hardtwald.

Wichtig war und ist die Reihenfolge der Saisonziele.

1. Zweimal in der Woche vollzählig, intensiv und mit Spaß trainieren.
2. Sich als Team entwickeln.
3. Eine erfolgreiche Saison spielen.

Anfang Oktober brannten alle auf den Saisonstart. Und los ging’s: Durlach, Pforzheim und Bretten wurden erwartungsgemäß geschlagen. Man spielte auf einem anderen Level und doch sollte sich bald zeigen, dass auch noch andere Teams in dieser erstaunlich stark besetzten Bezirksliga ebenfalls auf diesem Niveau spielen können.

Der erste Dämpfer war dann die knappe Niederlage gegen Rastatt, wo man durch taktische Unerfahrenheit einen Vorsprung, acht Sekunden vor Spielende bei eigenem Ballbesitz, noch aus der Hand gab. Eine Lektion zur rechten Zeit.

Es folgte die nun wohl stärkste Phase der Saison. Sowohl der Tabellenführer Ettlingen, als auch die hochgehandelte Mannschaft aus Mühlacker konnten überzeugend geschlagen werden.

Turbulenzen gab es dann nochmals um die Weihnachtszeit. Zunächst kassierte man eine völlig unnötige Niederlage beim Auswärtsspiel in Offenburg. Dann mussten Ruben Reichle und Apo Caglar aus beruflichen Gründen ihren Weggang aus dem Team verkünden. Hinzu kamen noch einigen Verletzungen und anderweitige Verpflichtungen einzelner Spieler , so dass die Trainingsqualität (Verweis auf Ziel 1) nicht immer zufriedenstellend war.

Umso erfreulicher waren die Ergebnisse gegen die direkten Tabellennachbarn. Die starken Leistungen gegen den TSV Ettlingen und den TV Rastatt offenbarten dann doch wieder die Extraklasse des Teams in der Bezirksliga. Die zahlreichen Zuschauer sahen einen attraktiven und manchmal sogar spektakulären Basketball. Mit einem mühsamen, aber hochverdienten Auswärtssieg in Karlsbad konnte letztlich im März die Meisterschaft gesichert werden.

In der nächsten Saison möchte man sich nun in der Landesliga etablieren und den eingeschlagenen Weg fortsetzen.

Für die erste Mannschaft spielten in diesem Jahr:
Dario Redzovic, Mathias Trefzger, Lukas Schoen, Nikolai Kronenwett, Niko Kiefer, Jakov Krnjaca, Emre Semen, Abdullah Caglar, Ruben Reichle, Carlos Cuesta, Michele Verdone, Karim Chehalfi
außerdem: Carlos Ries, Lukas Moll, Philip Martin, Naseem Salem. ***Patrick***

Pokalfinale gegen Rastatt

Am 16. Mai fand in Baden-Baden das Bezirkspokalfinale gegen den TV Rastatt statt. Qualifiziert hatten sich die Jungs der Herren 1 durch einen überzeugenden Halbfinalauftritt gegen den Landesligavertreter Goldstadt Baskets aus Pforzheim (92: 43).

Vor etwa 300 Zuschauern präsentierten sich beide Teams in bester Spiellaune und zeigten von Beginn an eine kämpferische und bissige Einstellung. Nach einer Schwächephase in den ersten fünf Minuten, in denen der Topscorer des Gegners D. Gorka mit 9 Punkten (2 Dreier!) glänzte, stellte man nach einer Auszeit in der Verteidigung um, indem man Nikolai „die Kette“ auf den selbigen ansetzte. Diese Maßnahme zeigte sofort Wirkung und durch mehr Sicherheit in der Defense wurde jetzt auch die Offensive besser und mutiger. Angeführt von einem starken Kapitän Dario und einem entfesselt aufspielenden Lukas M. (4 Dreier in dieser Phase !!!)

konnte unser Team das Spiel wieder offen gestalten und man ging trotz einer unglaublichen Trefferquote der Rastätter (gefühlte 80 Prozent aus dem Feld) nur mit einem 2-Punkte-Rückstand in die Halbzeitpause (41 : 43). Nach dem Seitenwechsel offenbarte sich die mannschaftliche Geschlossenheit und die tiefe Bank als großer Vorteil und das Spiel kippte zu Gunsten des Bezirksligameisters. Die Center-Rotation mit Niko, Carlos und Lukas S. sorgte für eine stabile Reboundarbeit. Die Außenspieler Dario, Lukas M., Jakov und Mathias konnten immer wieder Nadelstiche setzen und damit auch die Foulbelastung des Gegners erhöhen. Nikolai war unterdessen in sensationeller Weise damit beschäftigt, den vermeintlichen Topscorer des Gegners nun komplett aus dem Spiel zu nehmen. Spannend wurde es dann in der Schlussphase, als der tapfer aufspielende Gegner nochmals in Führung ging. Doch selbst jetzt konnte in der Verteidigung nochmals angezogen werden und mit einigen wichtigen Treffern die Oberhand zurückgewonnen werden. Mathias avancierte dann mit einem getroffenen Freiwurf und dem Rebound nach einem verworfenen Versuch mit anschließendem Foul zum Matchwinner.

Endstand: 87 : 82 für die SG EK Karlsruhe. Unter Standing Ovations der begeisterten Zuschauer und mitgereisten Fans für ein spannendes und hochklassiges Endspiels folgte die Pokalübergabe des Bezirksvertreters Frank Rau. Ein Denkwürdiger Sieg!

Es spielten: Dario (25 P.), Lukas Moll (18 P.), Niko (16 P.), Mathias (11 P.), Jakov (7 P.), Nikolai (4 P.), Lukas S. (4 P.), Carlos (2 P.), Lukas Mayer.

„EK Löwen“ unser Special Olympics Basketballteam für Menschen mit geistigem Handicap bei Wettkämpfen

EK - Löwen beim Turnier in Stuttgart

Mit zwei Bussen, die uns mit Unterstützung der Lebenshilfe Karlsruhe von der HWK Bertriebsstelle Neureut kostenlos zur Verfügung gestellt wurden ging es am Samstag, 18. April nach Stuttgart.

Dort trafen sich 13 Mannschaften aus ganz Deutschland um sich für die National Olympic Games 2016 in Hannover zu qualifizieren.

Im Gegensatz zu unseren Gruppengegnern aus Schleswig und Weckelweiler haben wir ein Team mit Spielern und einer Spielerin mit sehr unterschiedlichem Leistungsvermögen. Trotzdem bringen wir bei jedem Spiel Alle zum Einsatz weshalb es dann auch zu deutlichen Niederlagen in den Gruppenspielen kam.Beim hohen Sieg im Platzierungsspiel gegen die Pestalozzischule Rastatt zeigte sich dann, dass wir die deutlich schwerere Gruppe erwischt hatten.

Gruppenspiele: EK Löwen - Schleswig 4 : 29 / EK Löwen - Weckelweiler 7 : 27

Platzierungsspiel: EK Löwen - Rastatt 29 : 8

Bei einer glücklicheren Gruppenauslosung oder einem anderen Turniermodus wäre für uns auch der vierte Platz möglich gewesen, aber auch mit dem fünften Platz ist uns die Qualifikation für die einwöchigen National Olympic Games im nächsten Jahr in Hannover gelungen. Um dieses aufwändige und kostspielige Projekt realisieren zu können erhoffen wir uns vielseitige Unterstützung.

Tommy Schuler

EK Löwen gegen Pestalozzischule Rastastt

Am Donnerstag, 07. Mai 2015 hatten wir zwei Mannschaften der Pestalozzischule Rastatt zu Trainingsspielen in der Sporthalle der Merkur Akademie in der Nordstadt zu Gast.

Nach unserer gemeinsamen Busfahrt nach Nürnberg im letzten Jahr und dem Aufeinandertreffen in Stuttgart war bei Allen die Wiedersehensfreude groß. Die Pestalozzischule war mit einer Unified-Mannschaft (verstärkt durch Spieler ohne Handicap) und einer Traditional-Mannschaft gekommen.

Unterstützt wurden wir durch das Kampfgericht Tina Schuler und Rike Kolb, sowie den mit gutem Einfühlungsvermögen agierenden Schiedsrichtern Nils und Olaf Scholtyssek-Rippl. Beide Spiele waren ausgeglichen und spannend.

Unsere starke Traditional-Mannschaft unterlag dem Unified-Team nur mit 12:20, während wir bei den schwächeren Teams einen knappen 6:5 Sieg erringen konnten.

Aber die Freude über gelungene Aktionen, erzielte Körbe und gewonnene Freundschaften stand deutlich im Vordergrund und wir haben schon für den Herbst ein weiteres Aufeinandertreffen geplant. ***Tommy Schuler***

DM Ü 50 ohne SGEK KA - Team

Für dieses Jahr hatten bei der Altersklasse Ü 50 insgesamt 27 Teams gemeldet. Da sich für das Endturnier in Feuerbach aber nur 16 Teams qualifizieren können, mussten sich in regionalen Vorturnieren insgesamt 18 Teams um die begehrten Startplätze streiten.

In der Regionalgruppe Baden/Württemberg-Bayern mussten wir am Samstag 08.03.15 in Erlangen beim Ausrichter TV Erlangen antreten.

Zum Einstieg gelang ein knapper aber wichtiger Sieg mit 40:38 Punkten gegen die SG Möhringen/Tübingen. Auch die zweite Partie gegen den FC Tegernheim ging mit 28:22 Punkten an uns. Das Team war guten Mutes, denn mit noch einem weiteren Sieg wären wir sicherer Zweiter und somit direkt qualifiziert gewesen. Die nächste Begegnung gegen die SG Erlangen/Ansbach wurde jedoch deutlich mit 23:34 Punkten verloren und die letzte Chance hatte man nun im Spiel gegen die SG Leimen/Kirchheim. Doch auch diese Partie verloren wir knapp mit 45:48 und landeten somit auf dem dritten Platz.

Die allerletzte Möglichkeit ergab sich durch ein Losverfahren gegen die SG Dürkheim/Bad Bergzabern, die sich in der Regionalgruppe Hessen-Rheinlandpfalz-Saarland auch nicht direkt qualifizieren konnte. Aber auch bei dieser 50:50 Chance hatten wir kein Losglück und die DM Ü 50 in Feuerbach findet dieses Jahr ohne das Team der Sportgemeinschaft statt.

Vielen Dank an Albrecht, der die Jungs im Kleinbus sicher hin und zurück chauffiert hat und an Marius und Jürgen, die als Coaches das Team unterstützt haben.

Hans Peter

Das SGEK KA-Team:

hvl: Hans Schmidt, Corneliu Stanescu, Coach Jürgen Schmeißer, Albrecht Fitterer-Pfeiffer, Reinhard Pfann, Viktor Kisser, Wilbert Watson

vvl: Jose Hernandez, Coach Marius Machowsky, Markus Heier

Karlsruhe feiert rund um die Uhr den 300. Stadtgeburtstag. Machen Sie sich eine schöne Zeit und feiern Sie mit. Nehmen Sie jetzt an der großen Verlosung von 300 Erlebnissen teil. Mehr erfahren Sie bei Ihrer Volksbank Karlsruhe und auf **www.300momente.de**

Telefon 0721 9350-0
www.volksbank-karlsruhe.de

VOLKSBANK
KARLSRUHE
Wir machen den Weg frei.

Leistungsstärke bestätigt

Nachdem wir ja im letzten Jahr zusammen mit dem damaligen Ausrichter VfL Osnabrück eine Spielgemeinschaft gebildet hatten, konnten wir dieses Jahr wieder ein eigenständiges Team für die 26. Deutsche Meisterschaft der AK Ü 60 melden.

Am Wochenende 09. und 10. Mai hatte der Ausrichter SV Möhringen zum Turnier eingeladen. Auf Grund der geringen Entfernung konnten wir erst am Samstag anreißen und kamen nach guter Fahrt sehr pünktlich in Stuttgart an. Das Turnier war schon im Gange und wir konnten unsere Gegner schon einmal begutachten. In unserem ersten Spiel mussten wir gleich gegen den VfL Osnabrück antreten. Nach gutem Start und einem Vorsprung von über 10 Punkten ließen wir uns den Sieg jedoch noch nehmen und mussten uns mit einem 18:18 Punkten - Unentschieden zufrieden geben. In der nächsten Begegnung gegen den letztjährigen Vizemeister, die SG USC Heidelberg, hatten wir nicht viel Chancen und das Spiel ging mit 23:11 Punkten deutlich an die Kurpfälzer. Leider wartete als nächster Gegner der SV Möhringen - Deutscher Meister 2014 - auf uns und wieder war außer Erfahrung nichts zu holen für uns. Die Partie ging mit 35:20 Punkten eindeutig an die Schwaben. Für unsere letzte Vorrundenbegegnung gegen die SG Neuköllner SF aus Berlin hieß es nun Alles oder Nichts, denn bei einer Niederlage wären schon alle Träume geplatzt und maximal nur noch der 9. Platz möglich gewesen. Das Spiel verlief ausgeglichen, spannend und erst zum Schluss konnten wir uns mit 30:28 Punkten ins Ziel retten. Dieser knappe Sieg brachte uns den 4. Platz in der Vorrundentabelle ein und eröffnete uns die Teilnahme an der Zwischen- und Endrunde um die Plätze 5 bis 8.

Entsprechend erleichtert bezogen wir unser Hotelzimmer und konnten uns entspannt auf den Spielerabend, ein gutes Buffet und kalte Getränke freuen. Die Organisatoren hatten nicht zu viel versprochen und das Buffet war reichhaltig und gut sowie räumlich großzügig und mehrfach aufgebaut, sodass keinerlei Schlangen entstanden und alle Hungrigen schnell ans Ziel gelangten.

Entsprechend gestärkt und gut ausgeschlafen trafen wir am Sonntagmorgen in der Zwischenrunde auf die SG Feuerbach-Saarlouis, mit denen wir uns schon öfter ein Duell

unter den BB-Körben geliefert hatten. Auch diese Begegnung entpuppte sich als kämpfersch, wurde recht körperbetont geführt und mehrfach wechselte die Führung. Beim Schlusspfiff hatten wir die Nase leicht vorne und gewannen die Partie mit 32:30 Punkten.

Im abschließenden Spiel um den Platz 5 trafen wir auf die SG VfB Gießen. Die Begegnung verlief ausgeglichen und keines der Teams konnte sich im Verlauf entscheidend absetzen. Am Ende ging die Partie jedoch mit 26:23 Punkten an die Jungs aus Gießen und wir landeten, wie letztes Jahr auch, auf dem 6. Platz in der Abschlusstabelle.

Vielen Dank an unsere Fahrer Kurt, Klaus und Fritz, der auch die gesamte Organisation übernommen hatte sowie an Michael, der wieder sein Wochenende geopfert hat um uns als Coach zu unterstützen.

Vielen Dank für Deine Mühe.

Hans Peter

Offseason/Qualifikation

Die diesjährige Basketballsaison startete etwas turbulenter als gedacht. Da aus unserer U16 sehr viele Spieler in den U18 Jahrgang aufstiegen, entschied sich der EK Coachingstab zwei Mannschaften zu formen, um dem vorraussichtlichen Leistungsgefälle entgegenzuwirken. In die U18/1 wurden alle Spieler aus dem vergangenen U16 Bezirksmeisterkader aufgenommen, um einen leistungsorientierten Kader zu ermöglichen. Zusätzlich dazu wurde der U18/2 Kader gegründet. Jener fungierte als Perspektivkader, in dem Spieler mit Potential, welches das Oberliganiveau noch nicht erreicht, gefördert werden sollten. Diese Aufgabe wurde Coach Adrian Musoke aufgetragen.

Sobald diese Aufteilung organisatorisch sowie coachingstechnisch geklärt worden war, wurde auch schon mit der Vorbereitung für die Oberliga begonnen. Innerhalb von drei anstrengenden und leistungsfordernden Trainingseinheiten pro Woche wurden die Spieler auf die anstehende Qualifikation im Juli´14 so gut wie möglich vorbereitet. Währenddessen war Coach Kevin Beiko damit beschäftigt, für die Oberliga taugliche Neuzugänge aus umliegenden Vereinen zu rekrutieren, da allen bewusst war, dass die bevorstehende Saison keinen Vergleich zu den letzten drei Jahren in der Bezirksliga geben würde.

Am elften Juli war es dann soweit: gut vorbereitet und vollbesetzt fuhr der U18/1 Kader unter der Leitung von Coach Beiko nach Freiburg, um dort die Qualifikation zu spielen. Es wurden innerhalb von fünf Stunden drei Spiele jeweils gegen USC Freiburg, CVJM Lörrach und TV Bad Säckingen gespielt, wobei sich die SG EK durch einen ziemlich deutlichen Sieg über Bad Säckingen einen Startplatz in der Jugendoberliga 2014/2015 sicherte.

Regular season

Nach einem anstrengenden Qualifikationstag standen die Teams der diesjährigen Oberliga also fest. Aus Südbaden hatten sich folgende Teams qualifiziert: PS Karlsruhe, USC Freiburg, CVJM Lörrach, TB Emmendingen und die SG EK Karlsruhe. Aus Nordbaden wurde die Liga außerdem durch folgende Teams verstärkt: USC Heidelberg, SG Mannheim, SG HD Kirchheim, BG Weinheim/Viernheim und der TSG 1885 Wiesloch.

Gemeinsam mit zwei großen Neuzugängen vom SSC Karlsruhe (Benjamin Breitenstein 2.00m und Florian Wagner 1.93m) wurde also die hochrespektierte JOL Saison angegangen. Die jeweiligen Saisonziele - das Erreichen einer Mittelplatzierung und die weitere individuelle Entwicklung jedes einzelnen Spielers - wurden gleich zu Beginn von Coach Kevin Beiko festgesetzt.

Die Umstellung von Bezirksliga auf Oberliga fiel unseren Jungs trotz ausgiebiger Vorbereitung, unter anderem durch Vorbereitungsturniere, relativ schwer - so wurden viele Spiele durch fehlende Konzentration und Intensität sehr oft im letzten Viertel abgegeben oder man konnte sich gegen Mannschaften wie den USC Heidelberg nicht beweisen. Highlights der Hinrunde waren zwei Siege: ein deutlicher Sieg gegen die Mannschaft aus Wiesloch, die sich über die Saison als siegloses Schlusslicht herausstellen sollte, und den Overtime-Thriller-Erfolg gegen die Emmendinger U18 in ihrer eigenen Halle vor versammelten uns gegenüber offensiv eingestelltem Publikum. Außerdem wurde gegen Lörrach unter anderem auch durch die Begegnungen in der vergangenen Saison eine

Rivalität eröffnet, da es unseren Jungs in der Hinrunde nicht gelang, den „Lörracher Fluch“ zu brechen und man wieder mit zwei Punkten Differenz vor eigenem Publikum eine Niederlage verkraften musste.

Geschlaucht von der langen und kräftezerrenden Hinrunde kam die Winterpause gerade gelegen.Durch einen kleinen Ausflug ins Bühlertal durften sich die Jungs einen freien Kopf verschaffen, was der gesamten Mannschaft gut tat.

Kapitän Naseem Salem

„Was uns nicht umbringt macht uns nur stärker“- mit dieser Einstellung ging der Kader erhobenen Hauptes in die Rückrunde, die glücklicherweise auch deutlich erfolgreicher als die Hinrunde verlief. Es wurde sich nun auf jedes Match-Up konzentrierter und intensiver vorbereitet. Zusammen mit dem Kapitän Naseem Salem bereitete Coach Kevin Beiko auf jedes Team eine individuelle Taktik vor, was dazu führte, dass die Ergebnisse deutlich besser als zuvor ausfielen. So spielten wir ein wahnsinnig gutes Rückspiel gegen eine körperlich und technisch vollkommen überlegene Heidelberger Truppe - bestehend aus JBBL- und NBBL-Spielern -, in dem wir das dritte Viertel deutlich für uns entschieden haben. Auch die Revange gegen die Lörracher entschieden wir zu unseren Gunsten, indem wir den „Lörracher Fluch“ brachen und die Heimmannschaft mit 16 Punkten Abstand trotz des verletzungsbedingten Ausfalls von Kapitän Naseem Salem (16.3 PPS) aus der eigenen Halle katapultierten.

Max Pauli

Marcel Kraft

Letzen Endes wurde mit fünf Siegen in der Saison ein solider siebter Platz belegt, welcher dem Ziel des Mittelplatzierung genügte. In dieser Saison besonders zu betonen sind der „Staraufbauspieler“ Marcel Kraft (1.80m; Aufbauspieler), der sich mit 44 (2.9 Dreier pro Spiel) Dreiern gegen Lukas Kreutzer (1.94m; Flügelspieler; BG Weinheim/Viernheim 43 Dreier) als bester Schütze der Oberliga durchsetzte, und Max Pauli (1.83m; Flügelspieler), welcher mit Abstand die größte individuelle Entwicklung vorweisen konnte (Season-High: 12 Punkte gegen die SG Mannheim). Nach einer kräftezerrenden und dennoch bereichernden Saison schauen Coach Kevin Beiko und der U18 Kader motiviert nach vorne, um 2015/2016 eine weitere Saison in der Oberliga zu verbringen und damit die EK Jugend bestmöglich auf die Einsätze und die Integration im jeweiligen Herrenbereich vorzubereiten.

Wir bedanken uns recht herzlich bei all unseren engagierten Fans, Eltern und Freunden und freuen uns gemeinsam mit diesen in die kommende erfolgreiche Saison starten zu können.

Kevin Beiko

U 18/1 Jugendoberliga

U 18 -Kader 14/15

Easter-Cup - Berlin 2. bis 6. April 2015 mit 96 Teams

Tag 1 Am ersten Tag (1.4.) fand die Anreise per Bus und die Unterbringung der Spieler statt.

Tag 2 *Leandro Verdone & Marcel Kraft*

Als wir am zweiten Tag aufgestanden sind kamen wir zu spät zum Frühstück und mussten stattdessen beim Bäcker frühstücken. Laut Lennert waren die belegten Brötchen die besten die er je gegessen hat und so ging es gestärkt zum ersten Spiel gegen die holländische Talentschule aus Twente. Die Mannschaft war geschockt als sie den Zustand der Körbe gesehen hatte, denn der eine Korb war halb abgerissen und kaum bespielbar. In der ersten Hälfte spielten die Holländer auf den kaputten Korb und kamen wesentlich besser klar als wir in der zweiten. Das Spiel war sehr ausgeglichen bis zum Ende des 3. Viertels. Doch dann drehten die Holländer auf und es kam zu allem Überfluss zu einer Verletzung (Marcel Kraft). Das Team kämpfte bis zum Ende und verlor dann knapp. Trotzdem war unser Coach Kevin stolz dass wir so

stark gespielt haben. Nach dem Spiel ging es dann zum Ku'damm, um bei Ribs&more zu speisen. Dann besuchten wir noch Kickz Basketball , Nike store und JD. Abends stand das Spiel gegen die Auswahl von St. Petersburg an. Direkt nach den ersten Minuten gingen die Russen deutlich in Führung und wurden ihrer Favoritenrolle gerecht. Sie spielten eine starke Defense, jedoch ihre Offense überragte und sie trafen so gut wie jeden 3 Punktewurf. Trotz einer sehr starken Leistung unsererseits, verloren wir mit 40 Punkten Differenz. Darauf mussten wir unsere Wohnung wechseln und machten dazwischen einen Stop beim Döner-Turm einer der Top 10 Dönerbuden Deutschlands, die wir während unserem Aufenthalts in Berlin noch oft besuchen durften.

Tag 3 *Naseem Salem & David Jährling*

Schon zu Beginn des dritten Tages wusste jeder, dass es ein anstrengender Tag wird. Es standen nämlich an diesem Tag zwei Spiele gegen zwei unterschiedliche Teams in zwei verschiedenen Hallen statt. Zudem gab es erstmal Probleme, da die beiden Spiele so angesetzt waren, dass wir nicht einmal zum Mittagessen gehen konnten. Nach längeren Diskussionen und Telefonaten wurde das zweite Spiel dann auf den Abend desselben Tages verschoben, sodass wir zumindest nachmittags Zeit zum Essen hatten. Es war hier also schon jedem von uns klar, dass der Tag nicht nur anstrengend, sondern auch stressig sein wird. Nachdem wir uns zum ersten Court begaben, um uns für das erste Spiel aufzuwärmen, fiel schon auf, dass das Team aus Riga (Lettland) ein sehr starkes sein muss. Somit mussten wir dann leider mit unserer zweiten Niederlage im Turnier zurechtkommen. Als wir uns dann nach dem Essen gestärkt auf dem Weg zur nächsten Halle machten, hatten wir alle etwas genervt die Hoffnung, das nächste Spiel endlich zu gewinnen. Doch zu dem Zeitpunkt wussten wir noch nicht, was uns erwartet. Die Spieler von Froya (Norwegen) waren nicht nur körperlich sondern auch technisch sehr stark. Wir mussten also versuchen auf irgendeine Art und Weise gegen die verdammt treffsicheren Norweger Widerstand zu leisten. Am Ende war es jedoch ein Spiel, welches Froya sehr deutlich für sich entscheiden konnte. Diese weitere Niederlage im 3. Gruppenspiel tat natürlich nicht sehr gut. Jedoch heizte uns das umso mehr an, das 4. und letzte Gruppenspiel am nächsten Tag gewinnen zu wollen.

Tag 4 *Max Pauli & Lennert Lehmann*

Der 4. Tag fing etwas besser an als der 3. Tag, da wir zum ersten Mal das Turnierfrühstück genießen konnten. Allerdings half uns dieses vorzügliche Frühstück nicht ganz die Niederlagen vom Vortag zu verdauen. Schon bald danach machten wir uns auf den Weg zur Halle, in der wir am Vorabend von den Elite-Russen demoliert wurden, um dort gegen die Letten, ein paar sehr spezielle Zeitgenossen und ihren übermotivierten und übergewichtigen Eltern zu spielen. Nach einem einseitigem Spiel und wenig Schiedsrichterbeteiligung konnten wir immer noch keinen Sieg erlangen. Halb verprügelt traten wir am späten Nachmittag noch gegen die norwegische Auswahl auf einem sehr kleinen Court an. Die Norweger wussten dies geschickt auszunutzen und nahmen uns sehr schnell aus dem Spiel und schickten uns unter die Dusche. Nach einer weiteren Niederlage war die Moral der Spieler am Boden. Doch durch gegenseitiges aufmuntern konnten wir die Stimmung schnell wieder heben. Ein Teil der Manschaft entschloss sich nach den Spielen noch dazu den Alexanderplatz zu besichtigen, während der Rest der Mannschaft den Allstar Abend besuchte. Nach diesem anstrengendem und ereignisreichem Tag machten wir einen Abstecher zu unserem Stammlokal „Der Döner-Turm“ (Zitat Headcoach Kevin Beiko: „Ahja der Turndöner, davon hab ich gelesen.“)

Tag 5 *Florian Wagner & Benjamin Breitenstein*

Am nächsten Tag musste das Team schon sehr früh aus den Federn, da das erste Playdowns-Spiel schon um 11:00 Uhr morgens bestritten werden musste. Deshalb wurde davor noch gefrühstückt, um dann gestärkt gegen die moabiter Streetballmannschaft namens „What you need“ antreten zu können. Zu Beginn sahen die Chancen des SG EK noch gut aus, den ersten Sieg im Turnier einzufahren, denn „What you need“ war eine schlecht eingespielte Mannschaft, die nur von mittelmäßigen Einzelaktionen lebte. Jedoch scheiterte das Karlsruher Team beim Versuch durch eingespieltes Teamplay die recht unseriösen Berliner auszuspielen, da selbst die einfachsten Aktionen schief liefen. Da eine Besserung unseres Teams nicht in Aussicht war, verlor Coach Beiko irgendwann die Nerven und beschloss, uns keine Ratschläge mehr zu geben. Somit gewann das Team „What you need“ aus Berlin am Ende viel zu deutlich und frustriert, sowohl über das Endergebnis, als auch das Verhalten des Trainers, verließ das Karlsruher Team die Halle. Als das Team sich zum Mittagessen in der Kantine auf Anweisung des Headcoaches einfand, fand eine kurze Entschuldigung des Trainers und eine darauffolgende pregame conferense für das noch anstehende Spiel statt. Danach begab sich ein Teil des Teams zu Court 1, um die noch vielen anstehenden Stunden bis zum Spiel mit Zuschauen zu verbringen, der andere schlug die Zeit in der Berliner Innenstadt tot.

Ausgeruht und siegeshungrig begab sich das Team nun zu Court 2. Ein zweites Mal traf man auf die „Sports Talent Academy“ aus Twente. Schon zu Beginn schafften es die Karlsruher sich von ihrer besten Seite zu zeigen und gingen durch aggressives und intelligentes Spiel sowohl offensiv als auch defensiv früh in Führung. Obwohl es am Ende noch einmal eng wurde, konnte diese bis zum Schlusspfiff gehalten werden. Froh und stolz darüber, dass dem Karlsruher Team am Ende trotz der starken Gegner ein Sieg gelang, beschloss man, den Abend in einer Bierkneipe in der Berliner Innenstadt ausklingen zu lassen.

Spieler- und Spielerinnen der letzten Monate

Simon Gissel ist Spieler des Monats Dezember 2014
Zum Abschluss unserer Hinrunde stand im Dezember noch die Wahl zum Spieler des Monats der U14 an.
Nach einer starken Trainingsleistung im Dezember und einem sehr guten Spiel gegen PSK Karlsruhe ist der Knoten bei Simon Gissel endlich geplatzt. Das fehlende Selbsvertrauen, welches zu Beginn der Saison und im Training noch vorhanden gewesen ist, war seit dem letzten Spiel in der Hinrunde und im Training wie weggeblasen. Endlich war das Selbstvertrauen zum Korb zu ziehen, entsprechende Fouls zu ziehen und Würfe zu nehmen da. Bitte weiter so ...

Rudi Weinberger ist Spieler des Monats Januar 2015
Für Rudi Weinberger konnte der Start ins neue Jahr 2015 nicht besser sein. Mit einer tollen Trainingsleistung und einer Steigerung seines Spielverständnisses hatte er sich den Titel zum "Spieler des Monats Januar" redlich verdient.
Mit einem breiten Grinsen nahm er endlich seine langersehnte Urkunde in Empfang. Herzlichen Glückwunsch! ...

Laura Bamberg+Shareen Tek Spielerinnen des Monats Febr 15
Nach einer starken Rückrunde im Training und Spiel konnten Laura Bamberg und Shareen Tek endlich einmal beweisen was in ihnen steckt.
Waren beide zu Beginn der Saison noch unregelmäßig im Training und den Spielen, schien es nach der Hinrunde so, dass sie endlich die Lust am Training und den Spielen entdeckt haben.
Beide haben einen tollen Trainingseinsatz gezeigt und sich hier sehr stark verbessert. Auch haben sie an Aktivitäten ausserhalb der regulären Traingingszeiten mit der Mannschaft teilgenommen. Besonders in den Spielen ist aufgefallen, dass viele Gegner mit beiden in der Verteidigung und Angriff Probleme hatten. Leider werden uns Laura und Shareen zum Ende der Saison verlassen müssen, da es bei uns keine entsprechende Mädchenmannschaft in der U16 gibt ...

Eren Sahin und Mark Weigele Spieler des Monats März 2015
Für Eren Sahin hatte das Warten auf den Spieler des Monats im März endlich ein Ende gehabt. Technisch schon von Beginn der Saison auf einem guten Niveau war für ihn die Hürde etwas höher als für manch anderen. Doch auch er musste und muss nachwievor an einer Stelle hart an sich arbeiten, nämlich an seiner Kondition. Mit Disziplin und Einsatz konnte er das für ihn gesetzte Ziel im März erreichen. Schön, dass er dies geschafft hat. Jetzt heißt es weitermachen und dranbleiben und sich nicht ausruhen.
Auch Mark Weigele durfte sich im März über den Spieler des Monats freuen. Neben einer regelmäßigen Trainingsanwesenheit und einem guten Einsatz im Training konnte Mark zusätzlich im Spiel gegen Berghausen mit einer tollen defensiven Leistung überzeugen ...

Christian Weigert

BASKETBALL U10

Krönender Saisonabschluss der U10: Zweiter Platz beim Bezirksturnier in der Wildparkhalle am 10. Mai 2015

Nach mehreren Jahren vergeblicher Bemühungen bei den U12 zwei Teams für die Spielrunde zu melden und dadurch auch unseren Jüngsten bei den U10 die Gelegenheit zu geben nicht nur auf Turnieren, sondern eben auch in regulären regelmäigen Rundenspielen Erfahrung zu sammeln, war dieses Anliegen in der zurückliegenden Saison endlich von Erfolg gekrönt und 6 Kinder aus den U10 nahmen regelmäig an den U12-Spielen teil.
Die damit verbundene Hoffnung, die gewonnene Erfahrung dann auch erfolgreich bei U10-Turnieren einzusetzen wurde in diesem Jahr allerdings vorerst enttäuscht: Durch die starke zeitliche Belastung in der Spielrunde der Älteren, fanden wir dann nicht genug Spielerinnen und Spieler um überhaupt an den zwei einzigen U10- Turnieren teilnehmen zu können, die angeboten wurden. Wir hatten einfach zu wenig einsatzbereite Spielerinnen und Spieler, zumal der Zulauf zum U10-Training in dieser Saison im Laufe des Jahres nicht so anstieg wie in der vergangenen Saison. Oft nur mit sechs oder acht Leuten zu trainieren war zwar nicht selten recht intensiv, aber es reicht nicht, um die nötigen Voraussetzungen zum Rundenspiel zu erarbeiten.

Etwas gewagt nahmen wir dann aber zum Abschluss der Saison eine Einladung des SSC Karlsruhe zu einem Bambini-Turnier (U10) in die Wildparkhalle an. Fast bis zur letzten Minute war es fraglich, ob wir überhaupt ein spielfähiges Team zusammenbringen. Zwei Spieler hatten morgens noch ein U12-Spiel, zwei hatten nachmittags andere Verpflichtungen. Umzüge, Verwandschaftsbesuche, Muttertagsausflüge ließen sich nicht mehr wegen eines kurzfristig anberaumten Basketballturniers verlegen. Aber immerhin: Am Sonntag, dem 10. waren wir nie mit weniger als fünf Spieler und einer Spielerin in der Wildparkhalle vertreten.

Beim ersten Spiel gegen Ettlingen klappte noch lange nicht alles reibungslos - immerhin musste sich unser Team gegen Mannschaften behaupten, die schon mehrere Turniere gespielt hatten, bei uns war es für die meisten das erste Mal. Ganz knapp konnten wir das Spiel mit nur einem Punkt mehr für uns entscheiden.Dann ging das Turnier gleich mit dem schwersten Gegner weiter: SSC 1 hatte schon die beiden vergangenen Turnier für sich entschieden und wir waren alles andere als vollständig. So mussten wir dieses Spiel klar

verloren geben - und erst als andere Teams weit höher verloren, wurde deutlich, dass unsere Jungs und unser Mädchen sich gar nicht so schlecht gegen den klaren Favoriten des Turniers geschlagen hatten.

Im dritten Spiel gegen die U11 von Keltern spielten wir gegen ein Mädchenteam das uns rein körperlich weit überlegen war. Aber immerhin konnten wir erstmals mit acht Kindern vollzählig antreten. Lange spielten wir ausgeglichen, die meiste Zeit waren die Mädels aus Keltern mit einem oder zwei Körben vorne. Etwas unkonzentriert gingen uns immer wieder eigentlich sichere Korbleger daneben. Trotz vieler Ballgewinne und starker Konter vor allem von Colin, kamen wir nicht sicher genug zum Abschluss. Und so gelang erst in der letzten Spielminute ein Lauf mit drei Körben, mit dem wir uns von den Gegnerinnen absetzen konnten und den zweiten Platz in unserer Gruppe sicherten.

Die etwas lang geratene Mittagspause wäre eine gute Gelegenheit für unsere Kids gewesen sich von den recht anstrengenden Spielen zu erholen, aber da musste unbedingt der Kunstrasenplatz des KSC ausprobiert werden.

Im folgenden Qualifikationsspiel musste wir als Gruppenzweite gegen die Sieger der anderen Gruppe antreten: Keltern U10. Die U10 von Keltern ist zwar körperlich nicht ganz so kräftig wie die U11, gegen wie wir gerade gewonnen hatten, aber dafür technisch deutlich besser. Zum Glück gelangen uns am Anfang des Spieles die Schnellangriffe, an denen wir im letzten Spiel immer wieder gescheitert waren und so konnten wir im ersten Viertel schnell um drei oder vier Körbe davon ziehen. Dieser Vorsprung reichte aber nicht aus und schmolz im zweiten und dritten Viertel langsam vor sich hin, so dass wir nach dem dritten Viertel gerade noch einen Punkt vorne lagen.

Das letzte Viertel erwischte uns erst mal auf dem falschen Fuß, Keltern überholte uns und zog davon. Eine gute halbe Minute vor Spielende lag Keltern mit vier Punkten vorne. Dazu war Keltern im Ballbesitz. Im Grunde kaum noch eine Chance für unser Team. Doch da, ein unkonzentrierter Pass der Gegner, Colin schnappt sich den Ball, Schnellangriff, 2 Punkte für uns. Noch zehn Sekunden zu spielen, zwei Punkte für die Gegner. Die brauchen eigentlich nur noch den Ball festhalten. Und endlich hören mal alle Eichenkreuzler auf dem Feld das Geschrei ihres Trainers: “Ran, ran, ran, angreifen, holt euch den Ball!“ Gleich drei Kinder stürzen auf einmal in Richtung Ball - und tatsächlich die Gegnerin ist überrascht, verunsichert, verliert den Ball, Colin erwischt ihn, Pass zu Jayden und mit dem Schlusspfiff wirft Jayden einen Dreier. Sieg für uns mit einem Punkt!

Aber noch ist der Krimi “Platzierung ums Endspiel“ nicht zu Ende: Zurecht reklamieren die Gegner, dass es bei den U10 noch nicht erlaubt ist, dass gleich drei Leute die ballführende Spielerin angreifen. Eigentlich hätte da der Schiedsrichter abpfeifen müssen. Wenn er das aber nicht bemerkt, dann hat das wie bei einem übersehenen Foul oder Schrittfehler keinen weiteren Einfluss auf den Spielverlauf. Nach kurzen Verhandlungen zwischen Veranstaltern, Schiedsrichter und den beiden Teambetreuern einigten wir uns auf einen Kompromiss:

Das Spiel wird unentschieden gewertet und es werden zwei Minuten nachgespielt.

UnseremTeam aber hatte die etwas glückliche, vor allem aber engagierte Wende kurz vor Ende des Spiels so viel Auftrieb gegeben, dass wir klar mit drei Körben gewannen. So war uns der zweite Platz sicher. Dass wir im Endspiel gegen den SSC nicht gewinnen konnten, war nach dem Vorrundenspiel klar. Immerhin gelang es unserem Team aber zwischendurch, den Trainer des SSC wenigstens ein wenig ins Schwitzen zu bringen, als wir das erste Viertel mit nur einem Korb Unterschied verloren hatten. Vielleicht gelingt es uns ja noch mal bei einem weiteren Turnier ein wenig vollständiger anzutreten und irgendwann den seit Jahren erstplatzierten SSC vom Thron zu stoßen. Für die, die dabei waren, war das Turnier jedenfalls eine tolle Erfahrung und einige sind vor allem in ihrer Verteidigungsleistung weit über sich hinausgewachsen.

So hoffen wir zum Abschluss der Saison noch bei einem weiteren Turnier Ende Juni in Pforzheim dabei zu sein.

Für die nächste Saison bleibt zu wünschen, dass wir wieder ein paar Kinder mehr im Training und damit einen etwas breiteren Spielerstamm haben werden. Und wenn ich bedenke, das drei von acht Spielerinnen und Spielern, die am Wochenende in der Wildparkhalle dabei waren, noch 2 Jahre bei den U10 bleiben, dann haben wir für die Zukunft bei den kleinsten Basketballern glänzende Aussichten! ***Albrecht Fitterer-Pfeiffer***

Die stolzen Zweiten:

von links nach rechts

Jayden Brasswell
Julian Grauer
Lucie Keller
Elias Amann
Colin Schuler
Jannis Frey

Wir machen
Ihr Haus
zukunftsicher
EMIL FRITZ
STUCKATEURFACHBETRIEB
Qualität von Meisterhand seit 1925
76135 Karlsruhe • Schillerstraße 49
Fon 0721 844603 • Fax 0721 858190
info@emil-fritz.de • www.emil-fritz.de

KS SCHÜBEL
0721/48 27 09
Weingartenerstr. 29
76229 Karlsruhe
www.ks-schuebel.de
neues Bad...
...und gut!
SANITÄR · HEIZUNG · BAD
BLECH · SOLARSYTEME

Kindersport

Die Merkurhalle in der Nordstadt ist der Tummelplatz für nicht weniger als mittlerweile 5 Kindersport-Gruppen. Da sich so viele Kinder für den Kindersport interessieren, wurde innerhalb der letzten 14 Monate das Angebot von 3 bestehenden auf 5 Gruppen ausgeweitet.

Das Toben in der Halle und die fröhlichen Kinder sind ein stetiger Ansporn das Angebot aufrecht zu halten.Dies erfordert immer wieder Energie um neue Helfer und Übungsleiter zu gewinnen.

Derzeit gibt es Donnerstags zwei Kindergruppen für 2-4 jährige sowie Freitags zwei Gruppen für 4-6- Jährige sowie eine Ballsportgruppe für 7-9 Jährige.

Wir sind ständig auf der Suche nach neuen Helfern und Übungsleitern, denn die Nachfrage ist weiterhin größer als das Angebot, das wir anbieten können

Auch für zuverlässige Jugendliche bietet das Kinderturnen eine große Chance sich ein Taschengeld zu verdienen.

Wir hoffen sehr, mehr Unterstützer und Unterstützerinnen zu finden. ***Toni***

ANAGRAMME - 2015 **- Auflösung -**

NIBESA	-SABINE	BIGA	- GABI
JUSULI	- JULIUS	NADIEL	- DANIEL
ETABE	- BEATE	AVSSENA	-VANESSA
FIZTR	- FRITZ	FIXEL	- FELIX
NAHNE	- HANNE	RINAMA	-MARINA
DEIRET	- DIETER	JOSAN	- JONAS
ACMERN	-CARMEN	ARAL	- LARA
AMFREND	-MANFRED	AGRIBEL	- GABRIEL
DIRGNI	- INGRID	HILED	- HILDE
MASTHO	-THOMAS	KINLAS	- NIKLAS

Miezen on Tour - diesmal in die Pfalz

Mit dem Zug machten wir (7 Personen) uns am 20.09.2014 auf in die Pfalz. Zuerst nach Landau, dort Umstieg in den Bus nach Hainfeld. In Hainfeld „speisten“ wir im Restaurant „Am Dorfbrunnen“. Der Andrang der Gäste war groß, ohne Reservierung durch Ingrid hätten wir keinen Platz gefunden. Die bestellen Essen überraschten uns sehr: Dekoriert, wie man es von einer Gourmetküche kennt und geschmacklich ausgezeichnet.

Anschließend ging es mit dem Bus weiter nach Weiher, von dort zu Fuß zur Talstation der Bergbahn der Rietburg. Mit dieser herrlich altmodischen Doppel-Sesselbahn wurden wir hoch befördert. Auf der Burg angelangt, hatten wir einen herrlichen Ausblick, u.a. auch auf die vollbesetzte Terasse. Mit etwas Geduld ergatterten wir nach einiger Zeit einen Tisch. Angesagt waren Eis, Kaffee, Kuchen und eine zweimalige Rucksackkontrolle durch Ingrid, die ihren Fahrausweis für die Bergbahn suchte, ihn dann auch tatsächlich fand.

Jetzt ging es wieder mit der Sesselbahn nach unten und zu Fuß nach Rhodt unter Rietburg. Wir besichtigten diesen sehr schönen Ort mit seinen Winzerhöfen und Geschäften.In einen Winzerhof mussten wir auf alle Fälle einkehren, um ein „Gläschen“ zu trinken, Dann ging es trab, trab zur Busstation. Nach dem Umstieg in Landau vom Bus in die Bahn (ja wo ist sie denn, von wo fährt sie denn?) erwischten wir einen offensichtlich frisch hergerichteten Wagen Marke „Holzklasse“ - aber wunderschön. Wir waren begeistzert!

Dieser Ausflug hat uns allen sehr gut gefallen. Unser Dank gilt der Organisatiorin Ingrid und unserer Zeitplanerin Luise.

Monika Möhrle

Die Unverwüstlichen

gibt es nicht! Wir, die Männer der EK-AH „Gymnastik und Spiele“ haben das bitter erfahren. Unser Sportfreund Norbert Jähnke verstarb am 12. August 2014 . Ehre seinem Andenken.

Ein solches Ereignis macht nicht nur traurig sondern lässt auch nachdenken über Stand und Zukunft einer Sportgruppe, die seit mindestens 1962 gemeinsam sportlich aktiv ist.

18 Aktive, im Schnitt 13 wöchentlich aktiv, die Jüngsten (2) sind/werden 65, die Ältesten (2) sind/werden 81 in 2015. Das Durchschnittsalter 74. Unser Senior Otmar Schübel , 83 Jahre alt, seit Jahren im Rollstuhl. Das ist der derzeitige personelle Status der Gruppe, ohne Berücksichtigung der altergemäßen Beeinträchtigungen.

In der schönen Grötzinger Schulsporthalle ist der Dienstagabend von 20 – 22h unser regelmäßiger sportlicher Termin. „Gymnastik und Spiele“ , unser sportlicher Auftrag, wird mit jeweils halbstündigem Aufwärmen und Gymnastik, 20 Minuten Basketball und 40 Minuten Volleyball erfüllt. Fußball, lange Jahre unser bevorzugtes Spiel musste in Folge der sich einstellenden Knieprobleme schon vor Jahren aufgegeben werden. Die Spuren der Jahre haben die Perfektion verändert , nicht aber die Leidenschaft.

Unsere Sportgruppe, ein Verein im Verein, hat ein über Jahre gewachsenes Jahresprogramm. Ein Schwund ist unabsehbar. Rein sportliche Termine sind mit der Aufgabe von Sportarten wie alpines Bergsteigen, Skitouren, Skilanglauf, Kanu, Fußballturniere, Volksläufe, Sportabzeichen längst schon Vergangenheit, wenn auch von einzelnen immer noch ausgeübt. Geblieben ist das Gesellschaftliche, das gesellige Treffen zum Jahresanfang, zum Wandern, zum Sommerfest und seit 2014 auch wieder zum „Bösen Buben Lauf“. Alles immer zusammen mit den Lebenspartnern und oft und zunehmend in Kooperation mit den von Monika Möhrle geleiteten Gruppen Damen-Gymnastik und Er+Sie. Die Ausnahme ist das „Bärenfest“. Dieses legendäre Ereignis, immer verbunden mit einer „Wanderung“ spezieller Art, bleibt nur den Bären und das sind wir, vorbehalten.

Wie geht‘s weiter? Die Zeit scheint zu rasen. Nützen wir sie! Kommt Zeit, kommt Rat!

Unsere Wanderung am 22.05.15 in Baiersbronn auf dem Erlebnispfad „Wilder Wald“ dokumentiert als Schlaglicht eine unsere Aktivitäten.

Dieter Borcherding

Er + Sie - Freizeitturnier 19.04.2015

Das diesjährige Freizeitvolleyballturnier fand am 19. April in der Emil Arheit Halle in Grötzingen statt. Das wunderschöne Wetter lud prächtig dazu ein, sich zwischen den Spielen bei einem kühlen Getränk vor der Halle auf den dort platzierten Stühlen zu erholen. Wir hatten bei der Organisation Schwierigkeiten, 12 Mannschaften zusammenzubringen. Am Ende klappte es mit drei eigenen Mannschaften, einer reinen Männermannschaft und einem Trupp der Skizunft Durlach aber doch. Die Plazierungen waren wie folgt:

1. Volleyfanten
2. SSV Ettlingen
3. City Team
4. Let's Bätsch
5. Querschläger
6. ASV Landau
7. Alte Springteufel
8. Gummibärenbande
9. Mixed Pickles
10. Atomic Spikers
11. Skizunft Durlach
12. Hefe Hell

Als Preise hatten wir dieses Jahr eine schöne Einkaufsstofftasche pro Mannschaft von ***pingwin.*** Produziert werden die bunten Stofftaschen in der Tagesstätte „Club Pinguin“ im Zentrum für seelische Gesundheit in Karlsruhe aus gespendeten Stoffresten (***s. Seite 31***). Wir hatten die Taschen mit kleinen Tüten selbstgebackener Kekse gefüllt. Der DRK Grötzingen betreute die Veranstaltung und Verletzte gab es keine. Ein wenig Unmut gab es wegen der reinen Herrenmannschaft, was laut Ausschreibung eigentlich nicht erlaubt war. Die Gruppe wollte aber gerne einmal zusammen spielen und fand keine Damenbegleitung. Da wir schließlich flexibel sind, ließen wir die Ausnahme zu. Die Herren waren weder spielerisch noch körperlich den anderen überlegen. Nichtsdestoweniger gewannen sie doch eine Begnung und der Gegner war vom reinen Männerteam auf der anderen Netzseite nicht begeistert. Unser Turnierleitungsteam (Karl-Josef, Many) fand eine Lösung.Den Teilnehmern scheint die Verpflegung geschmeckt zu haben, der Kaffee war trinkbar und wir hoffen auf eine Wiederholung in 2016. Mal sehen. ***Karin***

Volleyball - Aktionen

Unterkunft in Mittelberg - im Haus Kalot

- Juli 2014 - Wanderwochenende im Kleinwalsertal

Wanderung zum Hohen Ifen

- 3. - 5. Okt. 2014 - Krottensteinwochenende und Wanderung zum Wildsee

„pingwin“-Tasche

Die Textilien, die zur Taschenherstellung verwendet werden, stammen aus dem Secondhand-Betrieb des Diakonischen Werks: Gespendete Altkleider, Vorhangstoffe oder Tischdecken, die aufgrund von Farbe oder Muster vermutlich zum Ladenhüter geworden wären – und die dank pingwin ein Comeback als ausgefallene Tragware erleben. Zur Verarbeitung werden maschinenwaschbare Stoffe ausgewählt, diese dann professionell gereinigt und gebügelt, danach mit Schablonen zugeschnitten, fest vernäht und einer Stabilitätsprüfung unterzogen; erst dann erhalten sie das unverkennbare pingwin-Label mit den drei Pinguinen.„Wer eine pingwin-Tasche kauft, kann sicher sein, ein Unikat zu erwerben, denn jedes Stück ist einzigartig“, so Carina Kebbel. Darüber hinaus steht das Projekt ganz im Zeichen der Nachhaltigkeit: Zum Einen werden noch funktionstüchtige Alttextilien wiederverwertet, zum Anderen tragen die waschbaren Taschen zur Vermeidung von Plastiktüten-Abfall bei. Nebenbei werden regionale Produktion gefördert und ein soziales Projekt unterstützt, denn der Verkaufserlös wird zu 100 Prozent als Zuverdienst an die Teilnehmer ausbezahlt bzw. in das Projekt reinvestiert.Die pingwin-Taschen kosten – je nach Größe – 7 oder 8 Euro pro Stück und sind in den Secondhand-Läden des Diakonischen Werks Karlsruhe Kashka (Kaiserstraße 172) und Déjà-vu (Fritz-Erler-Straße 1–3) erhältlich sowie direkt im Zentrum für seelische Gesundheit (Stephanienstraße 16). Damit wir bei Ihrem Besuch im Zentrum auch ganz für Sie da sein können, melden Sie sich vor Ihrem dortigen Besuch bitte kurz an unter Telefon 0721 98173-0 oder per Mail an zentrum@dw-karlsruhe.de.

(http://www.diakonisches-werk-karlsruhe.de/content03/detail.php?rubric=Startseite&nr=1748)

Jahresbericht

www.pitfit-senioren.de

2014

April — Vorbereitung für das Sportabzeichen

Mai — Sportabzeichen-Prüfung (Bericht Pit Reuß S. 33)

Juli — Sommerfest mit allen Gruppenmitgliedern und den Jubilaren, die im Jahr 2014 einen runden bzw. halbrunden Geburtstag feiern.

Oktober — Wanderungen auf dem Rennsteig, 4 Wandertage, 5 Übernachtungen, Organisation und Leitung Knud Mordhorst (Bericht Monika Scharrer S. 34)

Dezember — Adventswanderung Fischweier – Frauenalb, Führung durch die Klosterruine Gerhard Zehendner Organisation Dörthe von Frankenberg und Walle Reuß

2015

Januar — Schlachtfest und Wanderung im Kaiserberg, Landau Nußdorf Organisation Christel und Wolfgang Krüger

März — Skilanglauf/Winterwandern, Leutasch-Obern Organisation Pit Reuß (Bericht Barbara Hehn, Ilse Schollähn S. 36)

Mandelblütenwanderung von Oberderdingen nach Diefenbach zum Weingut Häusermann. Die Mandelblüte wurde leider um eine Woche verlegt. Mit Spaß und Freude trotzte die Gruppe der Kälte und dem eisigen Wind.
Organisation Ines und Rüdiger Schwenke

Anmerkung:

Der 85jährige **Heiner Geißler** – nicht nur ein bekannter Politiker, sondern auch ein begeisterter Alpinist, äußerte sich in einem Interview mit der „Frankfurter Allgemeinen Sonntagszeitung“ zum Thema Sport im Freien *(März 2015, Nr. 11)*:

FAS Frage: Welche Rolle spielt die Natur in ihrem Sportverständnis?

Heiner Geißler: Für mich war das Entscheidende immer: Raus ins Freie! Ich habe mich in Fitnesszentren nie wohl gefühlt. Wenn ich Sport im Freien mache, dann muss ich gewisse Schwachheiten überwinden. Dann darf ich keine Ausreden zulassen. Dass es regnet, dass es kalt ist – faule Ausreden sind schnell gefunden. Es braucht draußen ja nur ein bisschen zu tröpfeln, oder es tut irgendwo gerade etwas weh, dann bleibt man daheim und macht keinen Sport, aber das ist völlig verkehrt. Es gehört im Alter eine größere Portion Überwindung dazu, Sport zu treiben, als wenn man jung ist, deshalb ist Sport im Alter auch eine Frage der seelischen und charakterlichen Kompetenz.

Deutsches Sportabzeichen mit 87 Jahren

Dank des Pitfit-Trainings ganzjährig im Freien erwarben 18 Senioren der Sportgemeinschaft Eichenkreuz Karlsruhe mit einem Altersdurchschnitt von 76 Jahren das Deutsche Sportabzeichen.

Das Fitnesstraining draußen in der Natur bei jedem Wetter darf nicht mit „Barfußlaufen, Steine schleudern, auf die Bäume klettern und Gras fressen“ verwechselt werden. Das Trainingskonzept, das speziell für Senioren 60+ entwickelt wurde und seit 16 Jahren unter einfachen Bedingungen erfolgreich durchgeführt wird, hat sich nachhaltig bewährt. Nicht umsonst zeichnete der Deutsche Olympische Sportbund (DOSB) die Pitfit-Gruppe 2014 mit dem „Goldenen Stern des Sports“ aus. (s. RUNDBLICK - Sommer 2014)

Obwohl die Gruppe oft ihrer guten körperlichen Fitness wegen gelobt wird, gibt es auch Skeptiker, die vor allem die Sportlichkeit mit der Bemerkung: „Das ist doch kein richtiger Sport“ in Frage stellen.Zweifler kann man nur mit Fakten überzeugen, am besten mit dem Ergebnis der Sportabzeichenprüfung der Gruppe. Deshalb sollen einige Daten für sich sprechen: Von den 26 aktiven Mitgliedern der Gruppe erwarben 10 Frauen und 8 Männer alle zwischen 71 und 87 Jahren zum Teil das erste Mal das Sportabzeichen in Gold 8mal, Silber 7mal und Bronze 3mal. Und das bei einem betont gesundheitsorientierten Fitness-training mit moderaten Belastungen und ausgewählten altersgemäßen Sport-arten. Freude, Spaß und das soziale Wohlbefinden in der Gruppe spielen dabei eine große Rolle.

Im Anschluss an die traditionelle Adventswanderung 2014 überreichte Pit Reuß die Sportabzeichen und Urkunden ausnahmsweise nicht im Freien sondern in fröhlicher Runde in einem Lokal. Für ihn war es eine besondere Ehre seine ehemalige Kollegin Anita Rudolf (87 Jahre), Professorin für Sport an der Pädagogische Hochschule, auszeichnen zu dürfen.

Pit Reuß

für das Unterstützen unserer Werbeträger,
ohne die das Vereinsheft
nicht erscheinen könnte.

Rennsteigwanderung vom 5.10. - 10.10.2014

Unsere Sportgruppe hat sich für diesen Herbst den ***Rennsteig***, einen historischen Grenz- und Höhenweg als Ziel gewählt. Er verläuft auf der Kammlinie des Thüringer Waldes, des Thüringer Schiefergebirges und des Frankenwalds zwischen Hörschel, einem Stadtteil von Eisenach am Ufer der Werra und Blankenstein an der Saale. Planung und Organisation hatte dieses Mal Knud Mordhorst übernommen.

Die Anreise erfolgte mit dem Auto, überwiegend als Fahrgemeinschaft. Bestens untergebracht waren wir im Hotel *Klosterbräu* in ***Bad Liebenstein***. Ein Taxiunternehmen brachte uns morgens zum Ausgangspunkt der jeweiligen Wanderetappe und holte uns am Endpunkt wieder ab. An den vier Wandertagen konnten wir natürlich nicht die ganzen 169 km des Rennsteigs bestreiten. Immerhin haben wir vier Teilstrecken zwischen 15 und 23 km – mit einer Gesamtlänge von rd. 70 km bewältigt.

Die Wanderetappen haben wir nach aktuellen Gegebenheiten, wie Wetter und Kondition, ausgerichtet. Diese Anpassung hat sich bewährt. Der Rennsteig verläuft zwar größtenteils in Höhen von rund 500 bis 970m und weist somit keine extremen Höhenunterschiede aus. Es war aber doch angenehmer, gerade bei der längsten der vier Tagestouren mehr Gefälle als Anstieg zu haben. Zudem lagen viele der schönen Rundblicke vor uns und nicht hinter uns. An diesem ersten Tag der Wanderung von Ascherbrück nach ***Hörschel*** zeigte sich der Rennsteig von seiner schönsten Seite, freundliche, bereits bunte Mischwälder, markante Punkte mit interessanten Namen, wie „Flüchtiger Hirsch“, „Wilde Sau“ oder „Goldene Sonne. Wir konnten die immer wieder überraschenden Ausblicke genießen, auf die Wartburg, hinüber nach Eisenach, auf die Rhön, auf Gutshöfe mit Pferdekoppeln, auf geologisch interessante Gesteinsformationen. Nach über 23 km Fußmarsch freuten wir uns dann, Hörschel an der Werra zu erreichen. Hier ist der eigentliche Beginn des Rennsteigs und hier ist natürlich auch das auffallende weiße „R“ zu sehen, das auf den vielen Wegweisern den Verlauf des Rennsteigs markiert.

Am zweiten Tag ging die Wanderung von ***Oberhof*** zur Neuen Ausspanne. Leider regnete es – wir machten uns trotzdem auf den Weg. Diese Tour vom Rondell zur Neuen Ausspanne ist etwa 16 km lang. Es ging meist durch dichten Nadelwald. Ausblicke waren daher eher selten. Auch hier begegneten uns wieder verschiedene Gedenksteine wie der „Grenzadler“ aus dem Jahre 1866, der Gustav-Freytag-Gedenkstein und das mit asiatischen Gebetswimpeln versehene Denkmal für Günter Jung, den Bergsteiger aus Thüringen, der 2004 tödlich am

Nanga Parbat verunglückte. Zeitig gegen 14 Uhr erreichten wir dann feucht und hungrig die Neue Ausspanne. Die dort brutzelnden Rostbratwürste waren da recht willkommen.

Der Ausgangspunkt unserer dritten Wanderung war die Grenzwiese. Sie liegt an der Kreuzung des Rennsteigs mit der Straße Gotha – Meinigen auf einer Höhe von 725 m. „Grenzwiese“ deshalb, weil hier das Fürstentum Sachsen-Coburg Gotha und das preußische Kurfürstentum Hessen-Kassel aneinander grenzten. Es handelt sich dabei weniger um eine Wiese, eher um einen Parkplatz mit mehreren Gasthäusern – für jedes angrenzende Land eines. Von hier ging es bergauf zum Großen Inselsberg. Mit seinen 916 m ist er zwar nicht der höchste, aber sicherlich einer der bekanntesten Berge Thüringens. Von Pit gut trainiert, bewältigten wir den Höhenunterschied von 200 m ohne große Mühe. Auf dem weiteren Weg an der Berghütte „Dreiherrenstein“ stießen wir auf einen Gedenkstein eines berühmten Karlsruher Bürgers - Victor von Scheffel. Er war auf dem Rennsteig gewandert und hatte seine Begeisterung in einem Gedicht über den Rennsteig verewigt. Mit diesen Versen im Hinterkopf schafften wir auch noch den Rest der etwa 18 km langen Tour. Obwohl wir bereits den 8. Oktober schrieben, fand Marlies am Wegrand noch genügend ungeschützte Blumen für einen echten „Rennsteigstrauß“ zu Rüdigers Geburtstag.

Der letzte Wandertag fing beeindruckend an. Ein kleiner Bergsee, umgeben von hohen, steilen Felswänden, war Ausgangspunkt auf dem Weg zur Ebertswiese, und schließlich zur Grenzwiese. Durch Misch- und Buchenwälder ging es dann hinauf zur Passhöhe. Zwischendurch bot uns ein Aussichtsturm einen beeindruckenden Blick über die hügelige Landschaft, die manchmal auch an den Nordschwarzwald erinnerte. Wir wanderten am Heuberghaus vorbei, einem modernen Gasthaus an der Stelle, wo bereits zu Luthers Zeiten die „Herberge auf dem Heuberg“ stand. Um 14 Uhr erreichten wir die Grenzwiese. Unsere Busfahrer, von denen wir so nebenbei viel über Land und Leute erfahren haben, holten uns - wie jeden Tag - zuverlässig wieder ab. Kennzeichen der diesjährigen Wanderung war auch der Bezug dieses bekannten Weges im Herzen Deutschlands zur Deutschen Geschichte. Damit bleibt noch viel übrig zur „geistigen Nachbereitung“.Mit einem wie immer ausgesprochen köstlichen Nachtessen ging dann auch der letzte Wandertag zu Ende. Das ***Rennsteiglied***, das wir zu Ehren unserer netten Wirtin und ihrem tüchtigen kochenden Sohn an diesem Abend gesungen haben, klang zwar etwas dünn, aber mit dem ***Badnerlied*** konnten wir dann doch überzeugen. Am nächsten Tag war das Wetter so gut, dass viele von uns einen Abstecher auf die Wartburg machten. Von da aus schauten wir nochmals hinüber zum Rennsteig und dachten: schön war’s - und von dir super organisiert, lieber Knud.

Monika Scharrer

Skilanglauf in Leutasch-Obern vom 8.3. – 15.3.2015

Dank Karl-Heinz – er feierte im Januar seinen 80. Geburtstag - verlegten wir unsere Langlaufzeit in den März und wurden mit einer „Traumwoche“ – kalte Nächte, sonnige Tage und bestem Schnee belohnt.

Im gastfreundlich geführten „Hirschen“ fühlten wir uns wie immer sehr wohl. Die Tage waren von Marlies und Pit so gestaltet, dass wir neben den Loipentouren täglich Aufwärmübungen und Skilanglauf-Technik an steilen Hängen absolvierten. Von einem einheimischen Skilehrer wurde Marlies beim Üben mit uns beobachtet, der sie daraufhin ansprach und für ihre gekonnte Leitung der Gruppe lobte. Die Abende in unserer kleinen Gemeinschaft verbrachten wir besonders lustig, da Pit viele Spiele aus seiner Zeit mit Studenten hervorkramte. DieRoute unserer Abschlusstour von Obern bis zur „Alten Mühle“ entlang der Leutascher Ache und zurück war nicht nur reizvoll, sondern auch mit ca. 20 km für uns Senioren konditionell eine Herausforderung.

Schon heute freuen wir uns auf die Skiwanderwoche im März 2016

Barbara und Ilse

Zirkeltraining zum Karlsruher Stadtgeburtstag

Am 13. September 2015 wollen sich die Karlsruher Sportvereine im Rahmen der Jubiläumsveranstaltungen besonders sportlich präsentieren. Rund um das Schloss, im Schlossgarten und auf dem Zirkel geben mehr als 50 Vereine Einblick in ausgewählte Sportangebote und ermöglichen den Besuchern die verschiedensten Sportarten zu erproben. Auch das „**Deutsche Sportabzeichen**“ kann man erwerben, wenn die vorgegebenen Leistungen erfüllt werden. Unterstützt wird dieses Angebot durch den „Deutschen Olympischen Sportbund“, der auf seiner Sportabzeichen Deutschland-Tour an diesem Tag in Karlsruhe gastiert.

Was hat dieses Sportevent mit unserem Verein zu tun?

Das Stadtmarketing und der Badische Sportbund Nord gaben Baden TV den Auftrag einen Fernsehfilm zu drehen, der einen motivierenden Einblick in ausgewählte Sportangebote der Karlsruher Vereine geben soll.
Da die PITFIT-Gruppe beim

Badischen Sportbund Nord wegen des hohen Altersdurchschnitts und der abgelegten Sportabzeichen-Prüfungen großes Ansehen genießt *(siehe Bericht „Deutsches Sportabzeichen mit 87 Jahren“)* wurde sie neben einigen anderen Sportgruppen für den Film vorgeschlagen. Am Drehtag demonstrierte die Gruppe an 4 Zirkelstationen, wie man sich im fortgeschrittenen Alter mit Freude unter einfachen Bedingungen auf die Sportabzeichen-Prüfung vorbereiten kann. ***Pit Reuß***

Sendetermin: war der 11.06.15 im Baden TV.

auch zu sehen unter ***www.baden-tv/mediathek/kategorie/Sport/vereinssportimfokus/***

Herzsportgruppe - Humboldt-Gymnasium

Zwei neue Mitglieder konnten wir in der Herzsportgruppe begrüßen:
Frau Elfriede Hötzel und Herrn Stefan Breiler. Herzlich willkommen in unserer Gruppe.

Das Sommerferienprogramm der Herzsportgruppe Humboldtgymnasium umfasste 2014 wieder fünf Aktivitäten:

Am Dienstag, den 12.08.2014 trafen wir uns in der Sportgaststätte Fortuna-Kircheld zu einem **Kegelabend**. Ab 17 Uhr wurde zwei Stunden gespielt. Danach fuhren wir zum Abendessen nach Neureut in die Gaststätte „Zum Löwen“.

Zu einer **Fahrt mit der MS-Karlsruhe** ging es am Dienstag, den 19.08.2014 um 15 Uhr im Rheinhafen ab. Die Tour führte nach Plittersdorf. Nach der Rückkehr um 18 Uhr gab es Abendessen im VFB Knielingen im Restaurant „Mediterran“.

Ein Wunsch meiner Sportkameraden war ein Besuch im **Kloster Maulbronn**. Dieser Ausflug umfasste einen ganzen Tag. Am Donnerstag, den 28.08. 2014 trafen sich die Teilnehmer um 9:30 Uhr am Vorplatz des Hauptbahnhofes. Abfahrt um 10:05 Uhr. Bei dem Rundgang durch die Klosteranlage haben wir, durch die fachlichen Erklärungen unseres Sportkameraden Erich Reichert, sehr viel Geschichtliches über das Kloster Maulbronn erfahren. An dieser Stelle noch mal vielen Dank. Das Mittagessen gab es in der „Klosterschmiede“. Nach einem etwas kürzeren Rundgang endete unser Besuch im Kloster bei Kaffee und Kuchen im Cafè.

Dank der guten Wetterbedingungen war auch mal wieder eine **Radtour** möglich.
Wir machten die allseits beliebte Hardtwaldtour. Treffpunkt wie immer 14:30 Uhr am Humboldtgymnasium. Durch die Nord-West-Stadt, vorbei am weißen Haus, auf die Linkenheimer Allee. Auf der Fahrt Richtung Norden trafen wir uns auf der Höhe von Eggenstein mit weiteren Teilnehmern der Radtour. Im Andreasbräu machten wir eine ausgiebige Trinkpause. Die Radtour endete mit Abendessen im Gasthaus „Zum Löwen“ in Neureut.

Unsere **Weihnachtsfeier** fand wie im letzten Jahr im „Mediterran“ in Knielingen statt.

Rigobert Kolb

Herzlichen Glückwunsch

Unser langjähriges und sicher das älteste Vereinsmitglied **Fritz Schlee**, wurde am 24. April2015 **97 Jahre** alt. Eine kleine Gruppe der Herzsportgruppe Humboldtgymnasium gratulierte am Geburtstag. Ein kleines Präsent mit Blumenstrauß und auch die Glückwünsche des Vereins in Form unserer Glückwunschkarte wurde überbracht. An dieser Stelle für unseren Fritz nochmals alles Gute und Gesundheit für die Zukunft.

Fortuna/Kirchfeld

MS - Karlsruhe

Kloster Maulbronn

Unsere Sportgruppe tut uns gut

Feier der runden Geburtstage

Am besten ich verkünd´ es gleich
Acht sind es auf einen Streich,
die zu feiern wir heut kamen
5 fitte Herrn 3 flotte Damen
Wer da meint, sie seien alt
ändert seine Ansicht bald.
Beobachtet sie mal beim Laufen
Mensch, man sieht sie ja kaum schnaufen,
wie kreativ sie sich bewegen,
und versuchen Tempo zuzulegen,
um beim Kreisspiel den rettenden Platz zu erreichen,
so mancher Jüngere muss da weichen.
Dieter und Barbara, die Jungsenioren,
haben in 75 Jahren an Spannkraft nichts verloren,
schlank und beweglich, seht sie nur an,
da freut sich posthum selbst der Turnvater Jahn .
Marlies´ Anti-Aging –Kur, so kann man sagen,
hat bei ihnen hervorragend angeschlagen.
Auch unsere 80er präsentieren:
Altern bedeutet nicht nur verlieren.
Gisela, Ingrid, Emil ,Siggi ,Karlheinz und Werner lassen erkennen,
zwar kann man dem Alter nicht davon rennen ,
doch stets in Bewegung bleiben, Jahr für Jahr.
Sagt selbst, sind sie nicht wunderbar!
Wir wünschen euch eine gute Zeit,
bleibt möglichst lange noch so wie ihr jetzt seid
voller Lebensfreude und Lebensmut
Spürt ihr nicht auch : **unsere Sportgruppe tut uns gut!!!**

Anita Rudolf

Präventionsgruppe
Humboldt-Gymnasium
Mo 17:30 bis 19:00

Übungsleiterin
Marlies Borcherding

BASKETBALL - Abteilungsleiter: Hans Peter Kloske, Tel. 07202-7138

1. Herren
Patrick Lehmann 0721 4767650 - maxpatt@yahoo.com
Mo 20:00 - 22:00 Sporthalle Tennesseeallee 101,Khe-Nordstadt
Do 19:00 - 20:30 Sporthalle Tennesseeallee 101,Khe-Nordstadt

2. Herren, U 18
Karim Chehalfi, Tel. 0721 1325164 - karimc@web.de
Di 20:30 - 22:00 Sporthalle Tennesseeallee 101, Khe-Nordstadt
Fr 20:30 - 22:00 Merkur-Akademie, Erzbergerstr. 147, Khe-Nordstadt

Special Olympics gemischt
integratives Basketballtraining ab 16 Jahre für Menschen mit und ohne geistigem oder mehrfachem Handicap
Thomas Schuler, Tel. 0721-705523
Do 19:00 - 20:30 Merkur-Akademie, Erzbergerstr. 147, Khe-Nordstadt Halle1

Oldies Basketball für Ältere *(in Kooperation mit ESG Frankonia)*
Mo 20:15 - 21:45 Kant-Gymnasium, Englerstraße , Khe-Innenstadt
Fr 19:00 - 21:00 Emil-Arheit-Halle, Bruchwaldstraße 7, Khe-Grötzingen

BASKETBALL

FREIZEITSPORT - Abteilungsleiter: Jürgen Fischer, Tel. 0721-491311

Fit + Fun (Er + Sie Gymnastik u. Spiele)
Janina Diessl, Tel. 0172 59 44 236
Mo 19:00 - 20:30 Turnhalle-Marylandschule, Rhode-Island-Allee 70, Khe-Nordstadt

Damen-Gymnastik und Spiele
Monika Möhrle, Tel. 0721 469703
Mo 20:30 - 22:00 Turnhalle Nebeniusschule, Khe-Südstadt

Männer-Gymnastik und Spiele 60+
Dieter Borcherding, Tel. 0721 491130
Di 20:00 - 22:00 Schulsporthalle Grötzingen, Khe-Grötzingen

Er + Sie funktionelle Gymnastik
Monika Möhrle, Tel. 0721 469703
Do 19:00 - 20:00 Schulsporthalle Grötzingen, Khe-Grötzingen

Freizeit-Badminton
Roland Zöller, Tel. 0721 811567
Do 20:30 - 22:00 Merkur-Akademie, Erzbergerstr. 147 , Khe-Nordstadt Halle1

FREIZEITSPORT

KINDER-UND JUGENDSPORT

Jugendwart: Karim Chehalfi - karimC@web.de
Tel. 01637382388

Kindersport

2 - 4 Jahre: Eltern-Kind 1 gemischt
Marcus Jaekel, Tel 0163 2422211 - m_jaekel@gmx.net , Annette Rößler, Tel 0721 2046874
Do 16:00 - 16:45 Merkur-Akademie, Erzbergerstr. 147, Khe-Nordstadt Halle 2

2 - 4 Jahre: Eltern-Kind 2 gemischt
Markus Jaeckel, Tel. 0163 2422211 - m_jaekel@gmx.net , Annette Rößler
Do 16:45 - 17:30 Merkur-Akademie, Erzbergerstr. 147, Khe-Nordstadt Halle 2

4 - 5 Jahre: Sport / Spiel / Spaß 1 gemischt
Alexander Bitz, Tel. 0176 215 39 025 - alexander.bitz@gmail.com
Fr 17:00 - 18:00 Merkur-Akademie, Erzbergerstr. 147, Khe-Nordstadt Halle 2

5 - 6 Jahre: Sport / Spiel / Spaß 2 gemischt
Sonja Glattfelder Tel 0721 6655760 - sonnenschein.1925@freenet.de
Fr 18:00 - 19:00 Merkur-Akademie, Erzbergerstr. 147, Khe-Nordstadt Halle 2

7 - 9 Jahre: Kinder-Ballsport
Marco Maier, Tel 0173 9024561- thomi-ummi@web.de, Nina Fitterer Tel 0721-9714444
Fr 17:30 - 18:45 Merkur-Akademie, Erzbergerstr. 147, Khe-Nordstadt Halle 1

Basketball

U10 Bambini gemischt / U 10 + U 12 gemischt -
Albrecht Fitterer-Pfeifer, Tel. 0721 5978715
Di 17:30-19:00 Sporthalle Tennesseeallee 101, Khe-Nordstadt
Fr 14:15-15:30 **U 12 gemischt - Kooperation Schule-Verein mit Marylandschule**

U 12 Minis gemischt
Harald Fiedler, 0160 93301213 - harry1980@gmx.de
Thomas Schuler, Tel 0721 705523, Albrecht Fitterer-Pfeiffer, Tel 0721 5978715
Mo 17:30-19:00 Sporthalle an der Tennesseeallee, Tennesseeallee 101, Khe-Nordstadt
Di 17:30-19:00 Sporthalle an der Tennesseeallee, Tennesseeallee 101, Khe-Nordstadt
Do 17:30-19:00 Merkur-Akademie, Erzbergerstr. 147, Khe-Nordstadt

U 14 D-Jug. gemischt
Christian Weigert, Tel 0172 7223592 - christian.weigert@me.com
Mo 17:30-19:00 Sporthalle Tennesseeallee 101 , Khe-Nordstadt
Do 17:30-19:00 Merkur-Akademie, Erzbergerstr. 147, Khe-Nordstadt

U 16 C-Jug. männlich
Philipp Martin, Tel 0152 04108652 - philipp-martin@arcor.de
Di 19:00-20:30 Sporthalle Tennesseeallee 101, Khe-Nordstadt
Mi 19:00-20:30 Sporthalle Tennesseeallee 101, Khe-Nordstadt

U 18 männlich
Kevin Beiko, Tel. 0151 55654757 - k.beiko@gmx.de / Adrian Musoke, Tel 0157 84519891
Mo 19:00 - 20:30 Sporthalle Tennesseeallee 101, Khe-Nordstadt
Mi 19:00 - 20:30 Sporthalle Tennesseeallee 101, Khe-Nordstadt

VOLLEYBALL

Abteilungsleiterin: Karin Grund, Tel. 0721 9379949

Er + Sie Freizeit 1
Eva-Maria Enderlein, Tel. 0721 888105
Di 18:15 - 19:30 Eichelgartenschule, Rosenweg 1, Khe-Rüppurr

Mixed, Spiel selbständiges Aufwärmen, Spiel auf moderatem Mixedniveau
Karin Grund, Tel. 0721 9379949
Di 19:00 - 20:15 Sporthalle Weinbrennerschule, Weinbrennerplatz, Khe-SWstadt

Er + Sie Freizeit 2 Aufwärmen, Training, Spiel
Karin Grund, Tel. 0721 9379949
Di 20:00 - 21:45 Sporthalle Weinbrennerschule, Weinbrennerplatz, Khe-SWstadt

BFS - Mixedrunde Spielgemeinschaft mit Turnerschaft Durlach
Wolfgang Grünewald, Tel 0721 8713835
Di 20:00 - 21:45 Sporthalle Weinbrennerschule, Weinbrennerplatz, Khe- SWstadt

Er + Sie Freizeit
Karl-Josef Sandmeier, Tel. 0721 491206
Fr 20:00 - 22:00 Schulsporthalle Grötzingen, Kirchstraße, Khe-Grötzingen

VOLLEYBALL

GESUNDHEITSSPORT

Abteilungsleiter: Rigobert Kolb, Tel. 0721 752 191

PITFIT - Fit und Gesund im Freien
Dr. Peter Reuß, Tel. 0721 684299
Mi 8:30 Sportgelände KTV / Linkenheimer Allee 8, Khe-Hardtwald

Herzsportgruppe Humboldt-Gymnasium
Corinna Helbig, Tel. 07271 9007398 Dr. Sawicki, Dr. Redling
Mo 19:00 - 20:00 Humboldt-Gymnasium, Wilh. Hausenstein-Allee 22, Khe-NW stadt

Herzsportgruppe Draisschule
Corinna Helbig, Tel. 0727 19007398, Dr. Neuber, Dr. Raetz, Dr. Nitzsche
Di 18:00 - 19:00 Draisschule, Tristanstraße 1, Khe-Weststadt

Präventionsgrupp Humboldt-Gymnasium
Marlies Borcherding, Tel. 0721 491130
Mo 17:30 - 19:00 Humboldt-Gymnasium, Wilh. Hausenstein-Allee 22, Khe-NWstadt

Ausdauer-Lauftreff (Joggen und Walken)
Marlies Borcherding, Tel. 0721 491130, Pit Reuss Tel 0721-684299,
Herbert Spandl, Tel. 0721 689528
Sa 8:00 Sportgelände KTV / Linkenheimer Allee 8, Khe-Hardtwald

GESUNDHEITSSPORT

Segway tour karlsruhe

ES GEHT WIEDER LOS

VIELE NEUEN TOUREN

www.segwaypoint-karlsruhe.de

15% Rabatt*

Für Ihre nächste Segway-Tour

Touren ab 29.- EUR

Tour de Rhein

+ 3 Stunden Tour
+ Einweisung/Funktion
+ Fahrtraining/Handling
+ Sicherheitstraining
+ Segway i2 & x2

(Sicherheitshelme vorhanden)

*gegen Vorlage dieses Flyers erhalten Sie 15% Rabatt auf eine Tour für 6 Personen. Pro Person ist nur ein Gutschein einlösbar. Gutschein ist nicht mit anderen Rabattaktionen kombinierbar. Der Betrag ist nicht auszahlbar. Gutschein ist übertragbar.

Segwaypoint-Karlsruhe

☎ 0721-93330-50

Im "Notebookcenter"
Durmersheimer Str. 159
76189 Karlsruhe/Grünwinkel

SEGWAY POINT KARLSRUHE
www.segwaypoint-karlsruhe.de