



TSG SECKENHEIM AKTUELL

DAS SPORTMAGAZIN

Folgt uns auch auf instagram:  [tsg.seckenheim](https://www.instagram.com/tsg.seckenheim)



BOULE | BUDOSPORT | FITNESS- UND GESUNDHEITSSPORT | FREIZEITSPORT
FUSSBALL JUGEND | HANDBALL | KINDERSPORTSCHULE | LEICHTATHLETIK | REHA-SPORT
ROPE SKIPPING | TANZEN | TURNEN & GYMNASTIK | VOLLEYBALL | WANDERN



Machen Sie
mehr aus
Ihrem Geld!

Schwein war gestern.

Jeder Mensch hat etwas, das ihn antreibt.

Wir machen den Weg frei.

Wir zeigen Ihnen, wie Sie trotz niedriger Zinsen mehr aus Ihrem Geld machen. Vereinbaren Sie gleich einen Beratungstermin. Wir freuen uns auf Sie.

Mehr unter vrbank.de oder Telefon 0621 1282-0

Liebe Sportkameradinnen und Sportkameraden,



Andreas Hänssler

Es gibt nichts Gutes, außer man tut es. Mit diesem Zitat endet mein Beitrag in diesem Heft zum Thema Ehrenamt. Lassen Sie sich motivieren und anstecken, bei der TSG mitzumachen und lesen Sie dazu auch die positiven Erfahrungsberichte unserer ehemaligen FSJler, die von ihrer Zeit bei der TSG für ihren weiteren Werdegang profitiert haben.

Ehrenamt steht jedem gut und unsere Kinder brauchen engagierte Trainer, die ihnen einen sportlichen Ausgleich zu den Anforderungen im Alltag ermöglichen. Die erfolgreiche Jugendarbeit in den einzelnen Abteilungen lässt sich an der Qualität der Betreuer ablesen, denn der persönliche Einsatz zahlt sich aus.

Beim Thema „TSG Sportstätte auf STEM“ gibt es eine interessante Entwicklung. Wir werden eine Machbarkeitsstudie beauftragen, die eine Kostenschätzung über die möglichen Bauabschnitte liefern wird. Dann wird die Stadt einen Planungswettbewerb ausschreiben. Dazu müssen wir uns verpflichten, das Projekt tatsächlich beginnen zu wollen und festlegen, welcher Bauabschnitt als erstes angegriffen wird. Hierfür benötige ich unbedingt ein breites Votum unserer Mitglieder, denn dann beginnt das Abenteuer STEM, das uns die nächsten 5-7 Jahre beschäftigen wird.

Dazu werden wir in Kürze mit einem Erhebungsbogen bei allen Mitgliedern die Meinung zu STEM abfragen. Wir wollen in jedem Fall dieses Projekt in der anstehenden OB-Wahl thematisieren.

Am 18. April wird eine außerordentliche Mitgliederversammlung zur Beitragsanpassung und Satzungsänderung statt finden. Lesen Sie bitte in diesem Zusammenhang meinen Kurzbericht über die diesjährige Mitgliederversammlung.

In diesem Sinne sende ich sportliche Grüße

Ihr

Andreas Hänssler

Andreas Hänssler

Gemeinsam für unsere Bienen.



**Bienen können sehr gut ohne uns
leben – wir aber nicht ohne sie.**

**Daher setzen wir uns ein für eine Welt voller Bienen
und bunter Vielfalt und unterstützen somit auch aus
tiefster Überzeugung das Projekt „Hektar für Nektar“
auf der BUGA 23.**

Weil's um mehr als Geld geht.



**Sparkasse
Rhein Neckar Nord**

INTERN

- 6 Neumitglieder
- 7 Jubilare
- 8 Mitgliederversammlung
- 10 Engagement im Ehrenamt – WARUM?
- 12 Das FSJ und unsere „alten“ FSJler
- 15 Termine
- 15 Veranstaltungen: Flohmarkt,
WinterZauber und Adventsfenster
- 18 Abteilungsleiter-Treff
- 20 Kommunikation und ihre Wege
- 50 Kinderseite Ostern

ABTEILUNGEN

- 22 Fußball Jugend
- 25 Gesundheitssport
- 34 Handball
- 38 Kindersportschule
- 40 Rope Skipping
- 44 Tanzen
- 46 Turnen & Gymnastik
- 48 Volleyball

Herzlichen Dank

**an die Unternehmen, Geschäfte und Betriebe,
die mit ihrer Anzeige die Herausgabe unserer
TSG Aktuell so großzügig unterstützen.**

Bitte, liebe Mitglieder und Leser, berücksichtigen Sie unsere Sponsoren bei Ihren Planungen und Einkäufen und lassen Sie sich von deren Möglichkeiten und Leistungen überzeugen.

IMPRESSUM

Herausgeber: Turn- und Sportgemeinschaft Seckenheim e.V.

Geschäftsstelle: Seckenheimer Hauptstraße 68, 68239 Mannheim

Telefon: 0621 - 48 148 77, Fax: 0621 - 47 92 65

Öffnungszeiten: Mo, Mi, Do, Fr 10-12 Uhr, Mo 16.30-18.00 Uhr,

Dienstag ist die Geschäftsstelle geschlossen

info@tsg-seckenheim.de, www.tsg-seckenheim.de

Bankverbindung: VR Bank Rhein-Neckar e.G., IBAN: DE38 6709 0000 0000 0416 02

Spendenkonto: TSG Förderverein, IBAN: DE17 6709 0000 0015 6000 04

Redaktion und Lektorat: Manuela Schwietzer

Layout und Gestaltung: Britta Stahl, Marketing/Anzeigen: Sigrid Schulze

Druck: wir-machen-druck, Auflage 2000 Stück, Erscheinungsweise: 3x pro Jahr

Vertrieb: Geschäftsstelle Regina Kasper und Verteilerteam

Beiträge an folgende Mail schicken: redaktion@tsg-seckenheim.de

HERZLICH WILLKOMMEN!

Wir begrüßen alle Neumitglieder und wünschen frohes Sporteln!

Budo

Vincent Gollub

Gesundheitssport

Ute Arnold
Abeba Debese
Max Thiel
Ingrid Welker
Ophélie Zeyons
Melanie Becker
Emilia Brunner
Alexandra Brunner
Bianca Buchhold
Aurelie Caretto
Caroline Gollub
José Hernández
Karin Jürissen
Beate Kolendo
Christel Männel
Lena Schlegelmilch
Simone Weißbarth
Katia Gugalova
Inge Sikora-Weißling
Waltraud Arnold
Anika Kovacs
Guido Golba
Maria Gapinska-Meus
Caroline Heuler
Ursula Schindler
Maria Zyla

Freizeit

Mauro Tamantini

Fußball

Leo Seidelmann
Jakob vom Hoff

Handball

Lyan-John Wade

Kinder

Marie Albus
Emily Albus
Marleen Behrens
Romy Luise Beikirch
David Blaeß
Nico Blumenstock
Leonard Boeder
Chiara Caretto
Antonios Chitos
Ida Daum
Theo Delius
Marlie Ehmann
Tom Estenfelder
Ella Frey

Tina Galijasevic
Charlotte Ganter
Malia Gorth
Megan Gugalov
Stella Gugalov
Jannis Emil Hanelt
Raphael Hansch
Paul Heinrichsohn
Louis Heinzmann
Elisa Zilu Jiang
Ida Kloss
Mara Kovacs
Silas Kraft
Felix Kreutzer
Lasse Müller-Späth
Aaron Novotny
Liyah Pollak
Nick Noel Ratzsch
Fynn Rausch
Alma Reuter
Mathea Reuter
Franziska Rittinger
Rey Shoeman
Sina Tzounas
Asmin-Arina Yanik
Karla Zivkovic
Luka Bauer
Elodie Baviera
Ellie Benz
Ariana Faber
Lore Friedrich
Lotte Katja Gremerich
Vincent Hering
Valentin Hering
Helena Hettler
Amelie Kraimer
Luisa Muhl
Henri Müller-Behrendt
Mika Müller-Behrendt
Güney Deniz Polat
Lotta Pust
Zerde Sahin
Rosna Sahin
Pia Sahin
Toni Schoennerstedt
Lina Schreck
Rune Schubert
Ida Sommerfeld
Emil Sommerfeld
Emilian Stöckel
Arman Atay Tuna
Stella Tzounas
Mariia Varhanova
Vera vom Hoff
Lorena Schumacher
Liam Barcellos da Silva

Marvin Beez
Naemi Lidia Berton
Jonathan Hilpert
Beyza Kiziler
Valentina Knitschke
Karl Pilz
Paula Sälzler
Emily Schick
Mathilda Schwarz
Theo Shismenos
Annabelle Weis
Noah Zdobylak
Jonas Abbassian
Finn Bauer
Tim Bauer
Leo Böhmler
Henry Bundschuh
Jacob Gabrielian
Giovanna Greco
Noel Homberg
Lea Queenisha Koch
Constantin Kotar
Noan Langer
Ela Madinger
Iskren Mihaylov
Benedict Simon Pitz
Marlene Rauber
Tara Thews
Henry Zillekens
Leni Dorotik
Malin Hahn
Frederike Wespe

Leichtathletik

Lena Maria Conz

Schwimmen

Hanna Baier
Levi Helming
David Hoffmann
Aaron Janus
Liana Jessen
Lena Köhler
Jonas Köhler
Sridhruti Nelli
Charvi Nelli
Lea Aurelie Pany
Lisbeth Johanne Süss
Asya Türkoglu
Selma Weik
Lukas Wolpert
Tarek Baran
Lia Cehic
Dario Kasabov
Matisse Klein
Emilian Kremer

Liliana Marecka
Emilia Nawrozka
Victoria Pfeil
Max Senden
Emely Galm
Janik Schröder
Nora Wenderoth
Leano Rodriguez
Luis Frank
Ben Hemkendreis
Moritz Hemkendreis
Nathan Schwarz
Anna Wiedwald

Rope Skipping

Lilli Büttner
Robin Krauß
Moritz Kumpf
Sara Celine Mayer
Elif Marisol Algir

Studio

Paul Greenwood
Roland Gresser
Joachim Krug
Sabine Schermer
Marc Arnold
Axel Buchhop
Ruth Glaß
Ulla Krauß
Daniela Röhrig
Christine Schmitthäuser
Anna Shchesbyna
Ognyana Dicheva
Ulrike Thomas
Ingmar Hegner
Cornelia Koker
Petra Brunauer
Jürgen Brunauer
Norbert Godeck

Tanzen

Arkadius Pieleesch
Natalie Pieleesch

Turnen

Jeremia Majeres
Jana Menzel
Carmen Jakob
Paula Kornmeier
Lara Maria Eichmann
Anissia Riedl
Jessica Elter
Islah El Mokhtari
Sophia Marseglia
Maximilian Olscha

Max Kurz

Volleyball

Nikolas Leon Buesen
Rosa Hoß
Mia Jazvic
Anne-Sophie Kämmerer
Hugo Kuhn
Emilia Miskovic
Anika Schroeter
Henrike Clemens
Nezhat-Efe Arabadzha

Verein

Rosemarie Berthold
Giulia Di Caro
Luisa Ermis
Lara Ermis
Lilith Ermis
Renate Estenfelder
Elisa Hammerschmidt
Stefan Hanelt
Miran Kahraman
Zoe Kasper
Johanna Lind
Theo Lösel
Marie Moßler
Lily Schmich
Sven Weinacht
Daniel Weitkamp
Rebekka Weitkamp
Anouk Weitkamp
Roko Zloic
Nevio Di Natale
Luis Eisen
Simeon Graichen
Philip Großmann
Ilona Hering
Philipp Hoffmann
Julia Kölln
Hanna Kreuzer
Monika Kuklok
Eyleen Sahin
Stefan Walter
Emie Wiesner
Martina Hage
Jette Liessmann
Holger Schröder
Katja Schröder
Lisa Schröder
Ela Bühler
Bruno Butz
Michael J. Busch
Anna Madinger

HERZLICHEN GLÜCKWUNSCH

an alle runden Geburtstagskinder ab 50!



50. Geburtstag

Nicole Sußner 07.06.
Monika Albuszies 13.07.
Thomas Muschelknautz 19.07.

Monika Oberreuter 27.06.
Andrea Hettenbach-Scholl 30.06.
Reinhild Koob 02.07.
Carsten Beck 04.07.

55. Geburtstag

Petra Völkel 05.05.
Peter Böck 07.05.
Birgit Dreßler 27.05.
Anja Albat-Nollau 30.05.
Wen-Yin Wang 01.07.
Alexandra Östreich 04.07.
Manuela Schaller 09.07.

65. Geburtstag

Christiane Haas 25.06.
Irmtraud Rehwald 20.07.

70. Geburtstag

Felicitas Wolff 13.05.
Peter Gollub 28.06.
Heinz Gräter 29.06.
Imelda Jochim 10.07.
Sigrid Schulze 20.07.

60. Geburtstag

Carmen Gauglitz 10.06.
Irmela Spannagel-Schärr 14.06.
Edwin Schweizer 16.06.

75. Geburtstag

Günther Seitz 20.06.
Heidi Ehrhardt 21.06.
Volker Weißling 14.07.
Gerhard Raule 24.07.

85. Geburtstag

Erwin Schmich 07.05.
Dietmar Schirra 27.06.
Gerhard Klein 30.06.
Werner Flory 13.07.

Anm. d. Red.: Jubilare, die ihren Geburtstag hier nicht veröffentlicht haben möchten, bitte rechtzeitig die Geschäftsstelle in Kenntnis setzen.

copy ♦ print ♦ scan ♦ service

**Management Office
Rhein-Neckar GmbH:**
Die **Service- und
Beratungsspezialisten**
für digitale
Kommunikationssysteme
Kein Copyshop! :)

06 21 / 49 60 26 - 0
info@mo-rn.de
www.mo-rn.de



Management Office Rhein-Neckar



Mitgliederversammlung

Mit gerade mal 48 stimmberechtigten Mitgliedern fand am 01.03.2023 die TSG-Mitgliederversammlung statt.

Diese Beteiligung stimmt mich bedenklich in Anbetracht der Themen, die gemäß Tagesordnung zu behandeln waren. Wir wünschen uns den breiten Austausch mit unseren Mitgliedern, aber das funktioniert nicht, wenn nur so wenige zur Mitgliederversammlung kommen.

Es drängt sich die Überlegung auf, ob da nicht ein Wechsel von der Mitglieder- zur Delegiertenversammlung sinnvoll wäre.

Nach der Begrüßung und einer sportlichen Darbietung der Trainerinnen unserer neuen Angebote „Vertikal-tuchakrobatik“ mit Sophie Müller und „Rope-Flow“ mit Julia Zinsmeister erfolgte die Vorstellung der neuen festangestellten Mitarbeiter: Timo Käding, Vanessa Lukacs, Stefan Walter und Monika Kargl.

Der Bericht aus dem Vorstand lieferte den üblichen ver-



balen Rundgang durch unsere Sportstätten und deren Entwicklung, mit neuen Sportangeboten und besonderen Veränderungen im Berichtsjahr 2022.

Regina Kasper berichtete über vergangene und zukünftige Termine und Ereignisse der Jahre 2022 und 2023 und Florian Mannheim resümierte den Haushalt

2022 und stellte die Haushaltsplanung 2023 vor. Ich kann vorwegnehmen, der Vorstand und die Geschäftsleitung wurden entlastet. Zur Haushaltsplanung 2023 gab es keine Einwände.

Wie vor einem Jahr von mir prognostiziert, trafen und treffen leider alle Befürchtungen mit voller Breitseite unseren Verein. Die massive Inflation macht eine Anpassung der Gehälter erforderlich, die Energiekosten werden mehr als verdoppelt unseren Haushalt 2023 stark belasten und selbst die Mieten für unsere Sportstätten werden nach oben angepasst. Eine Anpassung der Mitgliedsbeiträge ist unumgänglich.

Grundsätzlich ist die Einnahmenseite eines Vereins recht statisch. Bei der TSG kommen rund 50 % der Einnahmen von den Mitgliedsbeiträgen, die restlichen Einnahmen setzen sich aus Zuschüssen, Mieten, Kurseinnahmen, Spenden und Sponsorengeldern zusammen. Bei vielen Großvereinen hat sich eine gewisse Dynamisierung bei der Anpassung der Mitgliedsbeiträge bewährt. Man orientiert sich dabei am Verbraucherpreisindex des statistischen Bundesamtes und passt die Beiträge jährlich automatisch an. Erst wenn dieser Automatismus nicht ausreicht, muss in einer Mitgliederversammlung eine darüberhinausgehende Erhöhung beschlossen werden.

Damit wir dieses Verfahren bei der TSG einführen können, müssen wir zunächst die Satzung entsprechend ändern. Dieses Thema hatte Karsten Bönisch in die Hand genommen.



Die Versammlung befürwortete zwar die Maßnahme der regelmäßigen dynamischen Anpassung, konnte sich aber nicht auf die Formulierung des betreffenden Paragraphen einigen.

Wir Vorstände haben da wohl die kritischen Mitglieder unterschätzt mit dem Wissen, dass eine Satzungsänderung immer vom Registergericht genehmigt werden muss und dass hierbei sehr oft die Formulierung in das vorgeschriebene „Gerichts-Deutsch“ geändert wird. Nach einer emotionalen Diskussion und einer Abstimmung, bei der die Zweidrittelmehrheit um eine Stimme verfehlt wurde, musste dieser Tagesordnungspunkt zurückgestellt werden.

Wir werden hierzu in Kürze eine außerordentliche Mitgliederversammlung einberufen, um eine Umformulierung zu beschließen, oder um eine Beitragsanpassung zum 01.01.2024 auf den Weg zu bringen.

Dann werden wir auch die stellvertretende Vorsitzende neu wählen. Regina wird ihr Amt bis dahin kommissarisch führen.

Die Änderung von §12.6 wurde ohne Gegenstimme akzeptiert. Wir müssen in Zukunft nicht mehr über unser TSG-Aktuell zur Mitgliederversammlung einladen, was im Innenverhältnis ab sofort gültig ist.

Das Thema Hausmeister ist noch immer nicht gelöst. Ohne freiwilliges Engagement unserer Mitglieder werden wir einen hauptamtlichen Hausmeister anstellen müssen, der unseren Haushalt noch zusätzlich belasten wird.

Deshalb nochmals meine dringende Bitte: helft mit, unsere Sportstätten, ja, unseren Verein am Laufen zu halten.

Mit sportlichen Grüßen an alle TSG-Mitglieder

Andreas Hänssler

cook&more Catering bietet Ihnen Fullservice im Bereich des Event-, Location- und Messecatering, erstellt Ihnen ein attraktives und individuelles Angebot passend zu Ihrer Veranstaltung und wickelt diese von der Logistik, über den Service und die Küchenleistung für Sie ab.



Firmenevents
Private Anlässe
Messe Catering



cook & more services GmbH
Seckheimer Hauptstrasse 114
68239 Mannheim

Telefon: +49 (0)621 – 97 60 17 40
E-Mail: info@cookandmore.net

Engagement im Ehrenamt – WARUM?

Statistiken ist zu entnehmen, dass sich zwischen 13 und 30 Millionen Bürgerinnen und Bürger in einem Ehrenamt engagieren.

Ich denke, dass die rund 30 Millionen ehrenamtliche Aufgaben in Deutschland von rund 13 Millionen engagierten Menschen wahrgenommen werden, die sich in ihrer Freizeit für andere Menschen, für Tiere oder die Umwelt einsetzen. Geld gibt es dafür, von der Ehrenamtspauschale einmal abgesehen, keines – was sind also die Beweggründe?

Bei den meisten ist es der Wunsch, etwas zu bewegen und gesellschaftliche Prozesse mitzugestalten. Das Ehrenamt wird immer wieder als das Rückgrat unserer Gesellschaft bezeichnet. Ich meine gar, ohne Ehrenamt funktioniert unsere Gesellschaft nicht bzw. viel schlechter. Tatsächlich hat ehrenamtliche Arbeit eine große gesellschaftliche Bedeutung, denn:

- Wer ein Ehrenamt ausübt, übernimmt soziale Verantwortung und hat die Chance, Dinge zu bewegen und nachhaltig zu verändern.
- Ehrenamtliche unterstützen Menschen in unterschiedlichen Lebenssituationen. Sie verbessern ihren Alltag, ermöglichen Integration und individuelle Teilhabe am gesellschaftlichen Leben.
- Durch ihr Engagement fördern Ehrenamtliche den Zusammenhalt unserer Gesellschaft und stärken demokratische Werte.

Warum also ein Ehrenamt?

Weil man mit ehrenamtlichem Engagement das Leben von anderen besser oder leichter machen kann. Oder anders gesagt: Man kann mit einem Ehrenamt helfen, die Welt ein kleines Stück besser zu machen!

Auch für den Ehrenamtler selbst kann ein freiwilliges Engagement großen Wert haben. Denn ein Ehrenamt macht nicht nur Spaß, sondern ist auch erfüllend, weil die Tätigkeiten sinnhaft sind. Wohl kaum etwas fühlt sich besser an, als andere zu unterstützen. Der Lohn: aufrichtige Dankbarkeit und unbezahlbare Erfahrungen.

Was spricht noch für ein Ehrenamt?

- Man erweitert seinen Horizont und lernt oft andere Lebensentwürfe kennen.
- Man kann wertvolle Kontakte knüpfen.
- Man kann sich ausprobieren und praktische Erfahrung in verschiedenen Bereichen sammeln.

- Man lernt sich selbst besser kennen und stärkt unter anderem die Kommunikationsfähigkeiten.
- Man erlernt neue Fähigkeiten, die unter Umständen auch bei der Suche nach einem Job von Vorteil sein können.

Man erweitert seinen Lebenslauf um einen positiven Aspekt.

Zum letzten Punkt: Ich habe mich vor rund 40 Jahren selbstständig gemacht und seitdem bevorzugt Mitarbeiter eingestellt, die sich ehrenamtlich in verantwortlichen Funktionen in Projekten und Vereinen engagiert haben, die ihren Zivildienst oder ein freiwilliges soziales Jahr geleistet haben und ich bin dabei gut gefahren. Diese Menschen haben in der Regel höhere soziale Kompetenz, sind belastbarer, schauen auch mal über den Tellerrand und arbeiten umsichtiger. Bestes Beispiel ist die TSG-bekannte Ulrike Bühler, vielseitig ehrenamtlich engagiert, seit vielen Jahren meine rechte Hand im Unternehmen, die dieses Jahr für ihr bürgerliches Engagement mit dem Seckenheimer Blümmel-Orden ausgezeichnet wird.

Warum ein Ehrenamt gerade in Krisenzeiten so wichtig ist

Die Corona-Pandemie, Naturkatastrophen als Folge des Klimawandels und nicht zuletzt der Krieg in der Ukraine stellen unsere Gesellschaft gerade vor große Herausforderungen. In solchen Krisenzeiten ist es wichtig, noch ein wenig enger zusammenzurücken. Denn für die Bewältigung solcher Krisen braucht es eine starke Gesellschaft. Damit steigt auch der Stellenwert des ehrenamtlichen Engagements.

Engagement im Ehrenamt – Warum nicht?

- Ehrenamtliche Arbeit ist nervig und anstrengend.
- Die Zeit im Ehrenamt geht von Deiner Freizeit und von der Zeit mit Deinen Lieben ab.
- Du triffst auf unterschiedlichste Menschen und nicht immer auf die Guten!

Gerade in einem Mehrsparten-Sportverein trifft man bei der ehrenamtlichen Arbeit auf Menschen aus allen Bevölkerungsschichten. Neben den angenehmen und

sympathischen Zeitgenossen lernt man Menschen kennen mit unterschiedlich ausgeprägtem Anspruchsdenken, Menschen mit schlechten Manieren, Menschen, die wenig Respekt und noch weniger Gemeinsinn haben. Menschen, die überall mitreden, aber nirgends mitarbeiten wollen und leider auch Menschen, die betrügen und lügen. Diese Menschen gibt es überall.

Du wirst oft angemotzt

In der Regel werden gerne all der Ärger und Frust auf dem abgeladen, der eben vorne dran steht. Leider gibt es deutlich mehr Besserwisser als Bessermacher.

Du bekommst kein Geld – es kostet sogar!

Die Zeit im Ehrenamt bringt kein Geld. Im Gegenteil, meist gibst du sogar für Sprit, Spenden usw. noch Geld aus. Das macht man zwar freiwillig, aber es lässt sich meist nicht vermeiden, da überall die Mittel fehlen und man selbst eben ganz nah am Mangel ist. Auf ein „Danke für deinen unermüdlichen Einsatz“ kann man oft lange warten.

Zeit, Nerven und Frust

Ehrenamtliche Arbeit kann emotional sehr belastend sein. Nicht umsonst soll die Burnout-Rate unter Ehren-

amtlern hoch sein. Es gibt keinen „Feierabend“, man ist oft rund um die Uhr im Einsatz und es wird von einem erwartet, immer abrufbar zu sein. Die Ohnmacht der Machtlosigkeit, die Verzweiflung, nicht weiterzukommen, die Angriffe der Heckenschützen und Waden-Beißer lassen einen mitunter in die Mutlosigkeit abstürzen.

Warum aber trotzdem Ehrenamt?

Diese Frage geht mir immer wieder durch den Kopf, es gibt ja doch so viel andere Dinge, mit denen man seine Zeit sinnvoll verbringen kann.

Nein, selbst die Gründe gegen das ehrenamtliche Engagement sind Gründe **dafür**. Wir wollen eine bessere Welt und dafür müssen wir auch die negative Seite kennen, oder mit Erich Kästner:

Es gibt nichts Gutes, außer man tut es.

In diesem Sinne,

Andreas Hänssler

Hausmeister gesucht!

Wir suchen in Teil- oder Vollzeit einen handwerklich versierten

Hausmeister m/w/d in Festanstellung

Unsere Sportstätten brauchen fachkundige Betreuung. Eine verantwortungsvolle und abwechslungsreiche Aufgabe, die Fleiß, Kreativität, Herzblut und Begeisterung erfordert.

Die Dotierung richtet sich nach der Qualifikation und ist leistungsorientiert. Interessenten melden sich bitte beim Vorstand

Andreas Hänssler
 vorstand@tsg-seckenheim.de
 0171-4774573



KLUMB Metallbau
Schlosserei BOOS GmbH

Schlosserarbeiten in Stahl und Edelstahl

- Toranlagen, Garagentore
- Geländer/Handläufe, Zaunanlagen
- Fenstergitter/Gittertüren
- Vordächer
- Sonderanfertigungen
- Reparaturen
- Schmiedearbeiten

Seckheimer Hauptstraße 112
 68239 Mannheim
 Tel. 0621 / 47 18 02 schlosserei@klumb-boos.de
 Fax 0621 / 47 82 25 www.klumb-boos.de

Freiwilliges Soziales Jahr bei der TSG Seckenheim

Das FSJ ist ein Bildungs- und Orientierungsjahr für junge Menschen zwischen 16 und 27 Jahren. Die Ziele dieses Jahres bestehen darin, die Bereitschaft der Jugendlichen für ein freiwilliges gesellschaftliches Engagement und die Übernahme von Verantwortung zu fördern und ihnen in einer wichtigen Übergangsphase ihres Lebens (zwischen Schule und Beruf) eine Orientierungs- und Entscheidungshilfe für ihren weiteren Lebensweg zu bieten.

Deshalb ist es eine zentrale Aufgabe des FSJ, den Jugendlichen soziale Kompetenzen und erste Einblicke in für sie interessante Berufsfelder zu vermitteln, sie erste Erfahrungen im Arbeitsalltag sammeln zu lassen und durch gezielte Qualifizierungsmaßnahmen für ihr weiteres Leben zu rüsten.

Seit nunmehr 16 Jahren fungiert die TSG Seckenheim als Einsatzstelle unter der Trägerschaft der BWSJ für diesen wertvollen Freiwilligendienst. Unsere erste FSJlerin war Lisa Fedel, die ihren Freiwilligendienst am 1. September 2007 begann. Inzwischen haben wir 4 Einsatzstellen bei uns im Verein, von denen eine Stelle (FSJ „Sport und Schule“) in Kombination mit einer unserer Kooperationsschulen ist.

Knapp 25 junge Menschen durften wir in dieser Zeit auf ihrem Weg und in ihrer Entwicklung begleiten. Die Freiwilligen übernehmen in der TSG die verschiedensten Aufgaben. Sie unterstützen die Übungsleiter in den unterschiedlichen Abteilungen in der Kinder- und Jugendarbeit, planen Ferienangebote und Feriencamps und werden dort als Betreuer eingesetzt, unterstützen bei Veranstaltungen und Ausflügen, übernehmen Aufgabenbereiche in der Geschäftsstelle. Diese jungen Menschen sind zu einer wichtigen personellen Stütze des Vereins geworden und bedeuten für uns eine unersetzbare Unterstützung in allen Bereichen.

Die jungen Erwachsenen durchlaufen in ihrem FSJ 25 Bildungstage, in denen sie die Möglichkeit haben, einen Trainerschein zu erwerben. Für ca. 160 geleistete Stunden im Monat erhalten sie 310€ Taschengeld. Eigentlich viel zu wenig für das, was sie alles leisten.

In den letzten Jahren haben sich vermehrt Jugendliche aus unseren Abteilungen bei uns gemeldet, um ihren Freiwilligendienst im eigenen Verein zu absolvieren. Das freut uns natürlich besonders, denn oft bringen diese Freiwilligen bereits Erfahrung als Übungsleiterhelfer mit und meistens ist die Bindung zum Verein nach dem FSJ noch ein Stückchen stärker sowie die Bereitschaft, im Verein tätig zu bleiben, sehr hoch.

An dieser Stelle möchte ich allen ehemaligen und aktuellen Freiwilligen ein großes Dankeschön für ihren Dienst in der TSG aussprechen, denn sie sind ein wichtiger Teil unseres Teams und eine große Hilfe.

Wir haben einige unserer Ehemaligen befragt, was sie nach ihrem Freiwilligenjahr gemacht haben und welche Erinnerungen daran geblieben sind.

Carola Schmid

Lisa, FSJ-Stelle 2007



„Mein FSJ bei der TSG hat meine Selbstständigkeit sowie mein Selbstbewusstsein gestärkt. Ich konnte Praxiserfahrung sammeln und den Arbeitsalltag sowie deren Abläufe kennenlernen. Mein Jahr bei der KiSS hat meinen Wunsch darin bestärkt, zukünftig mit Kindern arbeiten zu wollen.“

Ich bin jetzt staatlich geprüfte Erzieherin und Fachwirtin für Kita und Hortmanagement.

Besonders erinnere ich mich an die erste eigenverantwortlich geplante und durchgeführte KiSS-Übungsstunde. Trotz der vielen schönen Erinnerungen, habe ich aktuell leider keine Verbindung mehr zu „FSJ-Kollegen“, aber der Fragebogen kann ja ein Neustart sein.“

Patty, FSJ-Stelle 2009


„Nach meinem Schulabschluss wusste ich nicht genau, in welche Richtung es mich beruflich zieht. Da ich gerne Kinder um mich hatte und beim Handball engagiert war, bot sich ein FSJ super an. Ein guter Mix, um herauszufinden, ob ich mit Kindern arbeiten möchte. Tatsächlich bin ich Erzieherin geworden.“

Besonders gerne erinnere ich mich an das Pfingst-Ferienprogramm, das ich selbstständig von A-Z planen und durchführen durfte. Erfreulicherweise sind sowohl meine zwei Kids, als auch ich bei der TSG aktiv. Mit einigen Leuten bin ich bis heute noch in Kontakt, was mich wirklich freut!“

Lena, FSJ-Stelle 2016


„Ich wusste anschließend, dass ich beruflich etwas mit Sport und Kindern machen möchte. Nach dem FSJ habe ich ein Lehramtsstudium (Sport und Mathe) begonnen und werde bald mit dem Master abschließen. Ich arbeite nach wie vor bei der Kindersportschule und habe wöchentlich meine festen Kurse.“

Die Feriencamps und mein Spendenlauf auf dem WSP waren die Highlights. Zu ein paar Leuten aus meiner Seminargruppe hat sich eine sehr gute Freundschaft entwickelt und da ich seitdem bei der TSG arbeite, habe ich natürlich auch noch Kontakt zum Team.“

Katharina, FSJ-Stelle 2015


Ich habe gelernt, wie viel Spaß Sport mit Kindern macht: Sie sind so dankbar, begeisterungsfähig, ehrlich und unbeschwert. Aber ich habe festgestellt, dass ich den Sport nicht zu meinem Beruf machen möchte, sondern ein Hobby und Ausgleich bleiben soll.

Mein FSJ-Projekt mit Teresa, der Spendenlauf auf dem WSP, ist besonders in Erinnerung geblieben. Mit dem „erlaufenen Geld“ haben wir die Flüchtlinge in Seckenheim mit Fahrrädern ausgestattet und eine Fahrradtour zum Pferderennen gemacht. Mit Teresa bin ich immer noch befreundet.

Nach meinem FSJ habe ich Jura studiert. Der Sport spielt für mich immer noch eine große Rolle.“

Julia, FSJ-Stelle 2017


„Ich hatte unglaublich viel Spaß im Team und in der Halle mit den Kindern. So konnte ich Berufserfahrung sammeln und Verantwortung übernehmen. Ich bin vor allem selbstständiger, offener und selbstbewusster geworden.“

Die Feriencamps haben sehr viel Spaß gemacht, weil es super viel Abwechslung gab. Die Seminare an der Sportschule waren eine tolle Erfahrung, bei denen ich viel Neues gelernt und ausprobiert habe (z.B. Rugby, Rollstuhlbasketball uvm). Ich unterstütze noch immer gerne in der Halle oder bei den Feriencamps. Dadurch habe ich mit einigen aus der TSG sowie aus den Seminaren weiterhin Kontakt.

Ich habe eine Ausbildung bei Peek & Cloppenburg gestartet und bin seit einiger Zeit in der Personalentwicklung tätig.“



Belana, FSJ-Stelle 2018

„Mein Selbstvertrauen hat sich durch mein FSJ verbessert. Das Führen von Telefonaten oder Elterngesprächen fiel mir anfangs nicht so leicht. Meine erste Stunde, die ich komplett alleine gehalten habe, ist mir besonders im Gedächtnis. Und die traurig-schöne Abschiedsfeier im Team! Es war ein lustiger Abend, an dem wir Geschichten ausgetauscht haben. Ich bin nach wie vor im Schwimm- und Kindersportbereich tätig.“

Ich studiere derzeit Frühkindliche und Elementar-Bildung in Heidelberg. Mit einigen FSJ-Kollegen habe ich heute noch Kontakt. Ein paar Freunde aus den Seminaren sehe ich lustigerweise an der PH, da sie dort auch studieren.“

Jonas, FSJ-Stelle 2019

„Ich bin selbstständiger, verantwortungsbewusster und fleißiger geworden. Außerdem konnte ich Fachkenntnisse im Bereich Kinder- und Jugendsport sammeln. Es war schön, den Kindern nach längeren Unsicherheiten in der Corona-Hochphase wieder ein spaßiges Sportprogramm anbieten zu können. Ich fühle mich immer noch mit der TSG verbunden, auch wenn ich aus Zeitgründen keine Übungsstunden mehr gebe.“

Aber ich sehe Mitglieder und Mitarbeiter bei den unterschiedlichsten Anlässen in der Umgebung. Mit manchen Kollegen aus den Seminaren und der TSG habe ich noch Kontakt. Nach meiner erfolgreichen Ausbildung bei der BASF SE bin ich nun festangestellter Mitarbeiter und habe meinen eigenen Arbeitsplatz übernommen.“

Chiara, FSJ-Stelle 2020

„Ich habe gelernt, Verantwortung zu übernehmen und wie wichtig Teamarbeit ist. An der Gerhard-Hauptmann-Schule konnte ich im Sportunterricht und Tanzkurs hilfreiche Erfahrungen sammeln.“

Aktuell studiere ich Wirtschaftsrecht in Frankfurt und habe noch Kontakt zu Leuten aus den Seminaren.“

Louisa, FSJ-Stelle 2020

„Da mein Studium für Messe-, Kongress- & Eventmanagement durch Corona verspätet angefangen hat, entwickelte ich mich in den 1,5 Jahren nicht nur fachlich weiter, sondern auch persönlich prägte mich die Zeit bei der TSG. Durch die Leitung von Kindersportgruppen wurde ich noch selbständiger.“

Die Sommerferiencamps, die Sportvideo-Aufnahmen während des Lockdowns, das Sommerfest 2021, die Gestaltung meines letzten Arbeitstags und noch vieles mehr bleibt in meiner Erinnerung. Aber eines sticht besonders heraus: Die Wertschätzung, das Vertrauen und die Unterstützung, die ich von Seiten des TSG-Teams erfahren habe, ist so selten aufzufinden und das weiß ich heute sehr zu schätzen.

Leider habe ich aktuell keine Verbindung zur TSG. Sobald ich zeitlich weniger eingespannt bin, ist das aber keinesfalls ausgeschlossen.

Mit manchen „FSJ-Kollegen“ bin ich noch in Kontakt. Ich habe dort Freunde gefunden, mit denen ich noch lange in Kontakt sein werde.“

Ragna, FSJ-Stelle 2021

„Ich bin durch das FSJ selbstbewusster geworden und wurde durch die vielen Sportstunden inspiriert, wie ich meine jetzigen Schwimm- und Sportstunden gestalte. Ich trainiere auch die Nachwuchsgruppe der männlichen Leistungsturner und seit kurzem habe ich zwei Tanzgruppen übernommen.“

Die witzige Zeit auf den Seminaren und mein FSJ Projekt, die Waldolympiade, sind mir besonders in Erinnerung. Durch das FSJ habe ich Mara kennengelernt, wir sind sehr gute Freunde geworden. Auch in den Seminaren habe eine neue Freundin gefunden.

Ich studiere zur Zeit Grundschullehramt mit Schwerpunkt Mathe und Biologie.“

TERMINE und Veranstaltungen

Heimwettkämpfe der Turnabteilung

- 29.04. 11 Uhr Bezirksliga der Turnerinnen (Schloss)
- 17.06. 11 Uhr Bezirksklasse der Turner (Schloss)
- 01.07. 14 Uhr Bezirksklasse der Turner (Schloss)
- 15.07. E-Liga Vorrunde (Schloss)
- 16.07. 11 Uhr Bezirksklasse der Turner (Schloss)
- 22./23.07. 11 Uhr Finale in der Richard-Möll-Halle

Veranstaltungen und Feriencamps

- 25.03. Sport-GALA in der Richard-Möll-Halle
- 03.04.-06.04. Ferienangebote
- 11.04.-14.04. Oster-Sportcamp
- 18.04. Außerordentliche Mitgliederversammlung
- 22.04. BUGA Projekt
- 30.04. Ehrungsmatinee im Schloss
- 07.08.-22.08. Sommercamp 1
- 21.08.-25.08. Sommercamp 2 /Kiga-Alter
- 28.08.-01.09. Sommercamp 3
- 28.08.-01.09. Sommercamp 4 / Jugendliche ab 12
- 26.08.-02.09. Ferienfreizeit Nickersberg in Bühl
Jahrgang 2015 bis 2009.
Anmeldung
unter dem Link:



TSG Flohmarkt „Rund ums Kind“

Am Samstag, den 04.03.2023 fand im schönen Schlosssaal der TSG Flohmarkt „Rund ums Kind“ statt. An 32 reichlich gedeckten Verkaufstischen konnte nach Herzenslust gestöbert werden. Kleidung, Fahrzeuge, Bücher, Spiele, Lego, Playmobil, Reisebetten und vieles mehr gab es zu entdecken und so manch einer machte gute Schnäppchen.

Die Besucherzahl hielt sich leider in diesem Jahr etwas bedeckt. Trotz allem war die Stimmung unter den Ver-

käufern gut und man genoss die Flohmarkt-Luft. Die Einkünfte des TSG Cafés gingen in diesem Jahr an die Turnerjugend, die sich neue Gerätschaften anschaffen möchten.

In diesem Jahr soll auch endlich wieder der Herbst-Flohmarkt stattfinden. Der Termin wird rechtzeitig bekannt gegeben.

Carola Schmid



WinterZauber

Glühwein und Eintopf in geselliger Runde

Am Samstag, den 03.12.2022, fand erstmalig der WinterZauber auf der Schloss-Terrasse statt. Im festlich geschmückten Zelt gab es Glühwein, Kinderpunsch und einen deftigen Eintopf.

Jeder, der seine eigene Tasse mitbrachte, konnte an einem Wettbewerb über Instagram teilnehmen, bei dem die Exemplare mit den meisten Stimmen Verzehrgutscheine von Robert Stahl erhielten. Die Aktion förderte nicht nur die Kommunikation und Interaktion, sondern leistete auch einen Beitrag zur Nachhaltigkeit.

Die Idee zu dieser Veranstaltung entstand beim Abteilungsleiter-Stammtisch, bei dem auch das gesellige Vereinsleben regelmäßig zelebriert wird.

Wir freuen uns auf eine kleine, aber feine Wiederholung in 2023!

Britta Stahl



Seckenheimer Hauptstraße 68
68239 Mannheim
Tel.: +49 621 7621055
Info@schloss-mediterran.de
www.schloss-mediterran.de

Winter-Öffnungszeiten
Di - So 11 - 14 Uhr und 17 - 22 Uhr

Sommer-Öffnungszeiten
täglich 11 - 22 Uhr

Genießen Sie ihre Zeit in stilvollem Ambiente und lassen sich täglich mit mediterranen und regionalen Gerichten verwöhnen. Wir bieten Ihnen eine Auswahl an leckeren Kleinigkeiten, ausgewählten Hauptspeisen und hausgemachten Desserts. Für Feierlichkeiten stehen Ihnen Restaurant mit Nebenzimmer, unsere Terasse und der große Schloss-Saal zur Verfügung.

Adventsfenster der Erlösergemeinde Seckenheim

Jeden Abend um 18.00 Uhr lädt in der Adventszeit jemand zum Singen, Musizieren, Tanzen ein. Die rote Laterne wandert durch Seckenheim und am 15. Dezember waren wir die Gastgeber.

Unsere Rope Skipper präsentierten als Überraschung eine tolle Show mit leuchtenden Seilen. Die musikalische Untermalung für die Weihnachtslieder haben wir Sara Bönisch zu verdanken, die den Gesang mit dem Keyboard hervorragend begleitet hatte. Ein ergreifendes Weihnachtsgedicht von Claudia Stephan rundete das Programm ab.

Unsere zahlreichen Gäste wurden mit Glühwein, Kinderpunsch, Lebkuchen und Nüssen verwöhnt. Ein herzliches Dankeschön an alle Akteure.

Regina Kasper



Hotel & Gästehaus Weingärtner

Kehler Str. 4
68239 Mannheim
Inh. Manuela Wickersheimer
Tel.: 0621 - 483 75-0
Fax: 0621 - 483 75-50
info@hotelweingaertner.de
www.hotelweingaertner.de



Hotel & Gästehaus & Restaurant WEINGÄRTNER

Hotel Weingärtner

Unser Hotel beherbergt 12 gemütliche Einzel- bzw. Doppelzimmer sowie 2 romantische Suiten. Alle Zimmer sind individuell eingerichtet und verfügen über eine kleine Küchenecke, Bad/Dusche und WC, Kabel-TV, Telefon und kostenlosen Internetzugang (W-LAN).

Gästehaus Weingärtner

In unseren Gästehäusern (ca. 150-200m entfernt vom Hotel) befinden sich großzügige 2-Zimmer-Apparte-

ments mit Küche oder Küchenzeile, Wohnraum mit Doppelschlafcouch, separatem Schlafzimmer, Dusche/WC, SAT-TV sowie kostenlosem Internetzugang. Die Apartments bieten Platz für bis zu 4 Personen und sind auch für längere Aufenthalte geeignet.

Restaurant Weingärtner

Genuss erleben ist das Motto unserer Weinstube – zum Verweilen und Genießen. Gönnen Sie sich ein Glas unserer Spitzenweine begleitet von regionaler und saisonaler Küche.

Öffnungszeiten Restaurant
Mo - Do 14:00 - 23:00 Uhr
Fr + Sa 14:00 - 24:00 Uhr
So 12:00 - 23:00 Uhr

Reservierungen
0621 - 48 194 777
Inh. Bernd Schüller

Abteilungsleiter-Stammtisch

Keine ruhige Kugel schieben

Die „Vereinsmeier aus Leidenschaft“ trafen sich im Schloss.

Dieses Mal war die Reihenfolge irgendwie andersrum: Erst haben wir im Mediterran gegessen und uns dann doch noch zu einem Verdauungskegeln aufgegriffen. Mit Kai haben wir den technisch versierten Kegelbahn-Kenner unter uns, sodass wir nicht nur die Bahn zum Laufen gebracht haben, sondern auch richtige „Spiele“ machen konnten. Überraschend sind immer wieder die Nicht-Ball-Sportler, die nach anfänglichen Selbstzweifeln mit zarten Würfeln hohe Fallzahlen auf die Tafel bringen. Das freundschaftliche Anfeuern trug zur entspannten Stimmung bei – die hochprozentigen Fundstücke aus dem Keller auch.

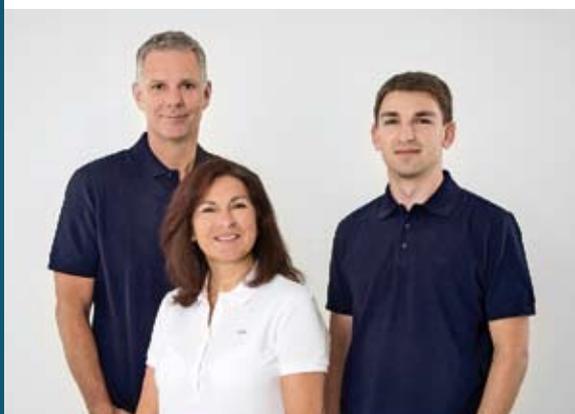
Besonders gefreut haben wir uns über das Erscheinen der „neuen“ Abteilungsleiterinnen der Rope Skipper, Adelina und Jule. Da die „Seilhüpfer“ regelmäßig die Leitung wechseln, haben alle Anwesenden Hilfe bei Fragen angeboten, doch außer beim Kegeln war es bisher anscheinend nicht nötig.

Das persönliche Kennen und Kommunizieren zwischen den Abteilungen kommt im regulären Trainingsbetrieb und Sitzungen viel zu kurz, sodass dieses „Format“ eine super Idee war. Danke Carola und Nane!

Britta Stahl



Zahnärzte 
in der Gotenstraße



Gotenstraße 13
Mannheim-Wallstadt
Tel: 0621-706102
www.zahnarzt-wallstadt.de



ANDREASSEIBEL
PRAXIS FÜR PHYSIOTHERAPIE UND OSTEOPATHIE

Rastatter Straße 12
0621/43 75 24 50
praxisseibel@gmx.de

Termine nach Vereinbarung
Private Kassen & Selbstzahler

RATH hat's:

- Eisenwaren
- Werkzeuge
- Elektrowerkzeuge
- Farben+Tapeten
- Schlüsseldienst
- Geschenke
- Haushaltswaren
- WMF
- Gartengeräte
- Rasenmäher
- Kostenloser Parkplatz
- Geschenkgutscheine
- Lieferservice
- Schleifservice



Alles für Haus und Garten

Ihr Partner für den täglichen Bedarf ganz in Ihrer Nähe

Seckenheimer Hauptstraße 105
68239 MA-Seckenheim
Tel. 0621-47 13 77

Mein  **Seckenheim.de**

Online suchen - im Ort finden 

Auf www.MeinSeckenheim.de finden Sie das vielfältige Angebot der Seckenheimer Geschäfte, Gastronomie und Dienstleistungen.

GETRÄNKE *erfrischen anders*

Wagner
Inh. Rainer Vögele e.K.

Beim Schloßgarten 17
68549 Ilvesheim

Tel.: (06 21) 49 31 73
Fax: (06 21) 49 50 11
Mobil: (01 51) 58 71 35 72

getraenke.wagner@freenet.de
www.getraenke-ilvesheim.de




Autotechnik Ay
Kfz.-Meisterbetrieb

*Ihre persönliche
Autowerkstatt*

Langlachweg 3
Telefon 0621-47 57 44
Fax 4815895
68229 Mannheim

Koch 

Bauernladen · Partyservice
Festscheune für Feiern aller Art

Hans, Holger u.
Marianne Koch GbR

info@bauernladen-hanskoch.de
www.party-service-koch.de

Bahnhofstr. 50
68535 Edingen-Neckarhausen
Tel. 06203/85715

Öffnungszeiten Bauernladen:
Do-Fr. 9.00 Uhr - 18.00 Uhr,
Sa. 9.00 Uhr - 13.00 Uhr

Seit
1936

Edgar Seitz
Mein Bäcker

Heinz Ommert

Vorm. Bernd Wolf
STEINMETZ- UND
BILDHAUERMEISTER
GRABMALE - NATURSTEIN
FÜR HAUS, HOF UND GARTEN



68239 Mannheim-
Seckenheim
Krautgartenweg 8

Telefon 0621/47 25 39
Fax 0621/48 15 435
Mobil 0172/62 37 936

Kommunikation in der TSG

Wie bekomme ich alles mit? Wer macht was, wo und wie?

In einem Verein kommen viele unterschiedliche Menschen zusammen, die ein Thema gemeinsam haben: den Sport. Doch sie nutzen z.T. sehr unterschiedliche Kommunikationswege und -medien, um sich zu informieren und auszutauschen:

das persönliche Gespräch, ein Telefonat, E-Mail, WhatsApp und Signal, Instagram und Facebook, KURABU, Internet, aber auch Plakate, Flyer und die vorliegende Vereins-Zeitschrift.

Der „Sender“ (TSG) hat die Aufgabe, alle auf dem richtigen Weg zu erreichen, allerdings muss der „Empfänger“ (Mitglied) auch empfangsbereit sein.

Persönlicher Kontakt

Geschäftsstelle

Mo 10-12 Uhr und 16-18 Uhr, Mi-Fr 10-12 Uhr
Tel. 0621 - 48 148 77
info@tsg-seckenheim.de

Für viele läuft der persönliche Kontakt zur TSG über die **Übungsleiter und Trainer**. Sie sind das Bindeglied zwischen Verein und Mitglied. Oftmals finden die Absprachen innerhalb von Gruppen und Mannschaften über sog. Messenger-Dienste wie WhatsApp und Signal ab.

Social-Media und Apps

Instagram und Facebook sind für schnelle, aktuelle Informationen und Videos ursprünglich die Medien der „Jüngeren“ doch auch unsere „Golden Ager“ haben inzwischen ihr Smartphone und nutzen es z.T. fleißig und kompetent. Viele Angebote, Termine und Erfolge werden hier „gepostet“.

 tsg.seckenheim

 tsgSeckenheim



KURABU

Seit April 22 hat die TSG eine eigene Vereins-App, KURABU, die die Kommunikation mit den Mitgliedern erleichtert.

Die App sendet sog. **PushUp-Nachrichten** auf euer Handy, sodass ihr das Wichtigste auf eurem Bildschirm angezeigt bekommt und dann bei Interesse weitere Infos über das Öffnen der App abrufen könnt.

Probiert es aus – es ist ein sinnvolles Medium!

Internet, Newsletter und TSG Aktuell
www.tsg-seckenheim.de

Unsere Internetseite hat alle Infos, die man braucht. Dieses Medium muss **aktiv aufgerufen** werden (Cookies aktivieren!). Anmeldungen für Angebote, Kurse und Mitgliedschaft sind z.T. mit KURABU bzw. Yolawo (Buchungs-Software) verknüpft.

Der regelmäßig erscheinende **Newsletter per Mail** ist ein informativer Überblick über aktuelle Themen mit Verlinkungen zu mehr Infos auf der Internetseite.

Die **TSG Aktuell** erscheint dreimal im Jahr und zeigt Highlights, Neuigkeiten aus und vom Verein.

Werbung

Die klassische Werbung mit **Plakaten und Flyern** informiert Mitglieder und Nichtmitglieder über Aktionen und Termine. **Anzeigen** erreichen auch Nichtmitglieder und haben eine größere Reichweite.

Ihr seht: es wird kommuniziert und auch gehandelt. Ihr könnt euren Weg zur TSG aktiv gestalten!

Britta Stahl

Ein Beispiel:

Der KinderMaskenBall 2023



Wenn man die PushUp-Nachrichten bei der Vereinssoftware **KURABU** zulässt, kommen die neuesten Infos ohne Öffnen des Programms auf den Bildschirm. So verpasst man keinen Termin mehr!

Instagram zeigt beim Öffnen die neuesten Posts, wenn man derTSG „folgt“. Mit Symbolen und Kommentaren gibt es die Möglichkeit, direkt zu reagieren. Das hilft dem „Sender“ zu verstehen, was euch gefällt und belebt den Austausch.

Plakate informieren über die wichtigsten Fakten und verweisen auf weitere Informationen. Über den QR-Code kann ein Smartphone die Verbindung schnell herstellen.

Im Newsletter per E-Mail werden die wichtigsten Themen kurz angesprochen und man kann sich bei Interesse für mehr Informationen auf die Internetseite weiterleiten lassen.



Meisterbetrieb für Heizung und Sanitär

Zähringer Straße 124
68239 MA-Seckenheim
Telefon 0621- 33 16 41

Seit über 20 Jahren unsere Leistungen für Sie:

Heizung

- Ölheizung • Gasheizung • Fernheizung
- Wärmepumpen • Thermische Solaranlage
- Wartung und Reparatur Ihrer Heizung durch geschultes Fachpersonal

Sanitär

- Warmwasserbereitung • Badsanierungen
- Installationsarbeiten und Sanitäreinrichtungen

Weihnachtsfeier im Footbonaut, oder: Was haben Computerspiele mit Profifussball zu tun?

Im Dezember war es soweit. Die Jahresabschlussfeier der D1-Jugend stand an. An einem Freitagmittag traf man sich, um gemeinsam zum Jugend- und Leistungszentrum der TSG Hoffenheim nach Zuzenhausen zu fahren. Nach einer kurzen Videopräsentation ging es dann in den Footbonaut. Wer jetzt denkt, die Jungs sind zum Mond geflogen, der irrt. Aber futuristisch und spektakulär war es schon. Mit 50 km/h wurden die Bälle zu den Spielern in der Mitte geschossen, kurze Annahme und dann in ein anderes, rot markiertes Viereck geschossen. Was sich einfach anhört, verlangte den Spielern dann doch alles ab. Danach wartete ein futuristisches 360 Grad Kino auf die Kids. In diesem Kino konnten sie mittels eines Videospiele ihre koordinativen und reaktiven Fähigkeiten testen. Zwar kam keiner an den Highscore des aktuellen U19-Torhüter ran, aber es wurden zum Teil hervorragende Ergebnisse erzielt.

Im Anschluss ging es weiter in die Soccerhalle nach Wiesloch. Dort konnten die Jungs dann nochmal gegen den Ball treten und sich auspowern. Nach der obliga-

torischen Pizza und einem kleinen Weihnachtspräsent in Form einer Wintermütze neigte sich der Tag dann zu Ende.

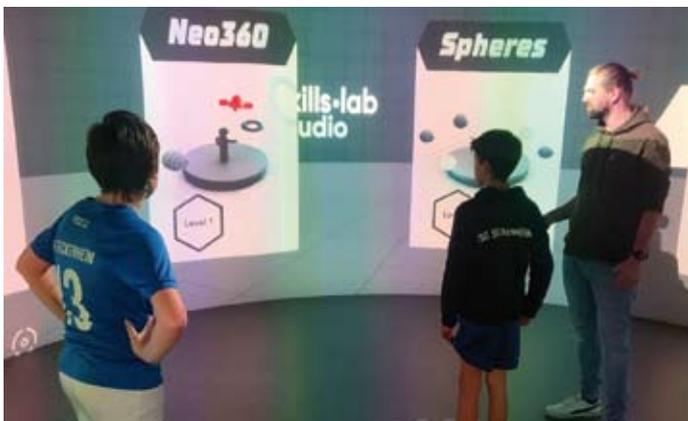
Alle waren sich einig, dass es ein rundum gelungener und toller Tag war.

Man merkt den Kids an, dass sie sich zu einer Einheit zusammengefunden haben. Mit dieser Einstellung, dem Willen und den Fähigkeiten eines jeden Einzelnen brauchen sie sich vor niemandem auf dem Platz verstecken.

Kommen Sie doch auch auf der BSA vorbei, wenn es wieder zu hören ist:

Wer sind wir – Seckenheim
Wer sind wir – Seckenheim
Wer sind wir – Seckenheim

Holger Ries



Platz 3 am Ende der Runde in einer starken Liga

Mit nur 2 Niederlagen und der zweitbesten Abwehr belegte die D1 am Ende einen hervorragenden 3. Platz.

Jetzt läuft bereits die Vorbereitung auf die neue Runde und wenn diese Ausgabe erscheint, sind bereits die ersten Spiele gemacht. Schaut doch einfach auf fussball.de vorbei und seht, wie sich die Jungs von Seckenheim, von der F- bis zur B-Jugend geschlagen haben.

Holger Ries



Trainervorstellung

Hans Peter Betzwieser

In diesem Heft möchten wir euch Hans Peter, die gute Seele der C-Jugend, vorstellen, der die Mannschaft bereits seit der E-Jugend mittrainiert. Hans Peter (Jahrgang 1954) spielte in seiner Jugend selbst Fußball bis zur A-Jugend, bevor er verletzungsbedingt die Fußballschuhe an den Nagel hängen musste. Erst als sein Enkel mit dem Fußballspielen begann, fand er den Weg zurück auf den Rasen - dieses Mal als Trainer für den F.C. Germania Friedrichsfeld. Er ist einer der Mitbegründer der seit ein paar Jahren sehr erfolgreichen Kooperation der Fußballabteilungen von TSG Seckenheim, SV Seckenheim sowie F.C. Germania Friedrichsfeld. Heute ist er vor

allem für das Torhütertraining der C-Jugend verantwortlich, hat aber auch jederzeit ein offenes Ohr für die Spieler. Und auch wenn ihn die Arbeit mit den Jugendlichen jung hält, würde er sich über Unterstützung bei der Ausbildung der Torhüter sehr freuen.

Manuela Schwietzer

IHRE SCHREINEREI FÜR:

- MÖBEL
- INNENAUSBAU
- HAUS UND ZIMMERTÜREN
- FENSTER UND DACHFENSTER
- SONNEN UND INSEKTENSCHUTZ

Schreinerei Senn

Kloppenheimer Str. 32 · 68239 Mannheim
 Telefon (0621) 47 52 92 · Telefax (0621) 481 42 77
www.schreinerei-senn.de · info@schreinerei-senn.de



Hans Peter mit den aktuellen Torhütern der C-Jugend

Impressionen von der Weihnachtsfeier

Kurz vor den Ferien lud die Fußballabteilung zur Weihnachtsfeier in die Richard-Möll-Halle ein, um das Jahr bei gemütlichem Zusammensein und etwas Kicken ausklingen zu lassen. An dieser Stelle möchten wir allen Eltern, die sich immer wieder gerne bei Festen und Spieltagen engagieren, ein herzliches Dankeschön aussprechen.

Manuela Schwietzer





Gesundheitssport

Kursangebote und Termine 2/2023

Heft zum Rausnehmen!

Gesundheitsstudio Kaiserhof

Abend Öffnungszeiten bleiben bestehen

Von Januar bis Anfang März wurde die Öffnungszeit des Gesundheitsstudios um die Abendzeiten Dienstag und Donnerstag 17:00-20:00 Uhr erweitert. Die Teilnehmer hatten die Möglichkeit, sich nach einer individuellen Einweisung und Trainingsplanerstellung für 4 Wochen von dem Angebot zu überzeugen.

Durch das große Interesse an unserer Testaktion und die hohe Nutzung der Abendzeiten werden diese Öffnungszeiten nun langfristig bestehen bleiben.

Gesundheitsstudio Kaiserhof
 Offenburger Straße 33

Bei Interesse an einem persönlichen Termin mit Probetraining, schicken Sie uns gerne eine Anfrage:

gesundheitsport@tsg-seckenheim.de
 0621 / 48 148 77

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
8.00 - 11.00 Freies Training		8.00 - 11.00 Freies Training		8.00 - 11.00 Freies Training
	17.00 - 20.00 Freies Training	18.00 - 19.00 Fitness Training	17.00 - 20.00 Freies Training	
	20.00 - 21.00 Functional Training		20.00 - 21.00 Functional Training	



MitMachMonat April und Special Kurse

Für TSG Mitglieder, Gesundheitssport und Nicht-Mitglieder

Vom 12.-29.04.2023 bieten wir mit dem **MitMachMonat** ein offenes Kursangebot, um unser buntes Programm auszuprobieren. Weitere Kurse und die Anmeldung auf unserer Homepage findest du unter dem oberen QR-Code rechts.



Im Anschluss starten die **Special-Kurse**, die mit 10 Einheiten einen tieferen Einblick in ein neues Sportangebot bieten und den eigenen Trainingsplan erweitern können. Die Anmeldung zu den jeweiligen Kursen erfolgt u.a. über den nebenstehenden QR-Code.





Vertikal Tuch

Teilnahme ohne Voraussetzungen

Wir starten mit einem angenehmen Warm Up und erlernen anschließend verschiedene Elemente am Tuch: Figuren, Drops und Klettern.

MitMachTermin Mitwoch, 12.04., 20 Uhr

Kurs-Start Sonntag, 30.04.

Kids 6-14 Jahre 17:00 - 18:00 Uhr

Fortgeschrittene 18:00 - 19:00 Uhr

Einsteiger 19:00 - 20:00 Uhr

Turnhalle, Sophie Erdmann

ab 150,-

ab 120,-



Sturzprophylaxe

Standfest und Stabil

Mit Bewegung Stürzen vorbeugen und Beweglichkeit erhalten. Muskel- und Gleichgewichtstraining erleichtern z.B. das Treppensteigen und Aufstehen.

MitMachTermin Montag, 17.04.

Kurs 1 Montag, 24.04.

Uhrzeit 12:00 - 13:00 Uhr

Kaiserhof Saal, Konrad Reiter

MitMachTermin Dienstag, 18.04.

Kurs 2 Dienstag, 25.04.

Uhrzeit 10:15 - 11:15 Uhr

Kaiserhof Saal, Monika Kargl

ab 60,-



Animal Flow Kids (8-13 Jahre)

Der ideale Ausgleich zur Schule

Mit „tierischen“ Bewegungen fördern wir Körperbewusstsein, Koordination und Ausdauer. Herausfordernd, aber machbar!

MitMachTermin Montag, 17.04.

Kurs-Start Montag, 24.04.

Uhrzeit 16:00 - 17:00 Uhr

Kaiserhof Saal, Julia Zinsmeister

ab 60,-



MamaFit-Kurse

Ganzheitliches Training mit Baby

Die Kurse begleiten Eltern und Baby in einer aufregenden Zeit. Ausdauer, Kraft und Entspannung mit Gleichgesinnten mit Damaris Wagner.

MitMachTermin Dienstag, 18.04.

BauchBuggyGo Dienstag, 25.04.

Turnhalle 10:00 - 11:00 Uhr

MitMachTermin Mittwoch, 19.04.

HappyBauch Mittwoch, 26.04.

Kaiserhof 20:00 - 21:00 Uhr

MitMachTermin Donnerstag, 20.04.

BauchBeutelPo 1 Dienstag, 25.04.

Kaiserhof 11:15 - 12:15 Uhr

BauchBeutelPo 2 Donnerstag, 27.04.

Turnhalle 10:00 - 11:00 Uhr

MitMachTermin Donnerstag, 20.04.

Rückbildung Donnerstag, 27.04.

Turnhalle 11:15 - 12:15 Uhr

ab 100,-



Walking Fitness

Gemäßigtes Lauftraining mit Übungen

Der Kreislauf und die Muskulatur werden gekräftigt. Die gemeinsame Bewegung an der Luft befreit den Kopf.

MitMachTermin Dienstag, 18.04.
Kurs-Start Dienstag, 25.04.
Uhrzeit 18:00 - 19:00 Uhr
 Treffpunkt Schloss, Sabrina Bacci

ab 40,-



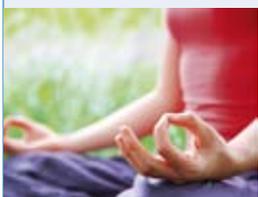
Tour de Seckenheim

Spinning – du wählst die Intensität!

Abwechslungsreiches und rasantes Ausdauertraining. Durch die individuelle Einstellung am Rad, verfolgt jeder sein sportliches Ziel.

MitMachTermin Dienstag, 18.04., 20 Uhr
Kurs-Start Dienstag, 25.04.
Fortgeschrittene 19:00 - 20:00 Uhr
Anfänger 20:00 - 21:00 Uhr
 Kaiserhof Saal, Wolfgang Schmid

ab 60,-



Early Bird Yoga

Der positive Start in den Tag

Erhellst deinen Geist und sorgst für innere Stabilität mit Sonnengrüßen, Körper- und Atemübungen.

MitMachTermin Mittwoch, 19.04.
Kurs-Start Mittwoch, 26.04.
Uhrzeit 08:00 - 09:00 Uhr
 Kaiserhof, Annette Kulig

ab 40,-



Anti-Aging

Gesund und fit älter werden

Abwechslungsreiche Übungen für Muskelkraft, Ausdauer und Beweglichkeit, Koordination und kognitive Leistungsfähigkeit.

MitMachTermin Mittwoch, 19.04.
Kurs-Start Mittwoch, 26.04.
Uhrzeit 18:00 - 19:00 Uhr
 TSG Turnhalle, Monika Kargl

ab 40,-



Hula-Hoop-Fitness

Dauerhaft in Bewegung

Der Kreislauf kommt in Schwung, die Muskulatur wird gekräftigt und der Reifen massiert und regt die Durchblutung an.

MitMachTermin Mittwoch, 19.04.
Kurs-Start Mittwoch, 26.04.
Uhrzeit 20:00 - 21:00 Uhr
 TSG Turnhalle, Monika Kargl

ab 40,-



Rope Flow

Athletik mit Freude und Leichtigkeit

Rope Flow verbindet Meditation, Tanz, Intervalltraining, Koordination und Faszientraining mit ganz viel Freude.

MitMachTermin Donnerstag, 20.04.
Kurs-Start Donnerstag, 27.04.
Uhrzeit 20:00 - 21:15 Uhr
 Schloss, Julia Zinsmeister

ab 75,-



Antara®

Das Core-System im Fokus

Die tiefenliegende Muskulatur des Rumpfes ist u.a. verantwortlich für Körperhaltung, Stabilität des Rückens und Beckenbodens.

MitMachTermin Samstag, 22.04.
Kurs-Start Samstag, 29.04.
Uhrzeit 09:00 - 10:00 Uhr
 Kaiserhof, Anna Hanelt

ab 40,-

Weitere MitMach-Kurse im April

Bauch, Beine, Po	Mo, 24.04.	10:00 - 11:00 Uhr	Schloss
Starker Rücken	Mo, 24.04.	18:45 - 19:45 Uhr	Kaiserhof-Saal
Yoga sanft & ausgeglichen	Di, 25.04.	17:00 - 18:00 Uhr	Kaiserhof-Saal
Aqua Fitness	Di, 25.04.	19:15 - 20:00 Uhr	Friedrichsfeld
Fitness-Zirkel	Mi, 26.04.	18:00 - 19:00 Uhr	Studio Kaiserhof
Hatha Yoga	Do, 27.04.	17:00 - 18:00 Uhr	Kaiserhof-Saal
Zumba Fitness	Do, 27.04.	18:45 - 19:45 Uhr	TSG Turnhalle
Pilates	Fr, 28.04.	10:00 - 11:00 Uhr	Schloss
Power Workout	Sa, 29.04.	10:00 - 11:00 Uhr	FitBox WSP

Neue REHA-Kurse

Wirbelsäulen- und Aquagymnastik

Die **Wirbelsäulengymnastik** am Mittwoch um 10 Uhr im Schloss gibt euch die Möglichkeit, Abwechslung in euren Trainingsplan zu bringen. Probiert es aus und findet heraus, was euch am Besten tut! Stefan findet mit abwechslungsreichen Übungen jeden Muskel, der sich bequem verstecken will.



Der **Aqua-Kurs** am Dienstag 20-20:45 ist jetzt ein Reha- Kurs, der nur mit genehmigter ärztlicher Verordnung besucht werden kann.

Beide Kurse stehen den bestehenden Rehasport Teilnehmern für einen Wechseln offen, bei Interesse Email an gesundheitsport@tsg-seckenheim.de





DIE OPTIKERIN







IHRE OPTIKERIN

MITTEN IN SCHWETZINGEN.

**OPTIMALES SEHEN UND IHR AUSSEHEN
STEHEN BEI UNS IM MITTELPUNKT.**

präzise Augenglasbestimmung | individuelle Glasberatung
Auswahl des Glasdesigns entsprechend Ihren Bedürfnissen
erlesene Auswahl toller Brillen | Sportbrillen für die
verschiedensten Sportarten, auch mit Ihrer Glasstärke
Zweitbrillenangebot | Wartung Ihrer Brille | Accessoires

Die Optikerin Noren Essenpreis
Carl-Theodor-Straße 4 · 68723 Schwetzingen
Tel.: 06202 945547 · www.ne-dieoptikerin.de

SECKENHEIM

Seckenheimer Hauptstraße 143

ÄRZTEHAUS



2. OG

GYNEDOC Dr. med. Kristiane Palm, Astrid Preiß
Frauenärztinnen
Naturheilverfahren, ambulantes Operieren, Akupunktur
Telefon 0621-89 20 30, www.gynedoc.com



2. OG



Hautarztpraxis
Dr. med. C. Zimpfer &
Dr. med. A. Zimpfer-Keese

Telefon 0621-47 66 27, Fax 0621-481 44 11
www.dr-zimpfer.de



1. OG

MRS.SPORTY

Inhaberin Anne Sturm | Telefon 0621-44597966



EG

Brücken-Apotheke im Ärztehaus

Telefon 0621-47 19 94, Fax 0621-48 11 08
E-Mail: info@apotheke-seckenheim.de



EG

Gesundheitsprojekt
Andreas Seibel, Sergej Mitrofonov

Praxis für Physiotherapie & Osteopathie
Telefon 0621-43661547, Mobil 0163-4719904
E-Mail: herzog-roman@gmx.de



Trainervorstellung

Monika Kargl

Seit 2005 ist sie schon bei der TSG und viele kennen sie aus ihren beliebten Gesundheitskursen.



Die verheiratete Mutter mit zwei Kindern ist gelernte Arzthelferin und Zytologie-assistentin, liebt neben dem Sport das Reisen, Wandern und ihren Garten.

Ihre sportliche Laufbahn begann sie mit Standard- und Lateintanz – später kamen Pilates, Nordic-Walking, Yin Yoga und aktuell Rope-Flow dazu. Sie ist zertifizierte Pilates- und Faszien-Trainerin und besitzt die Reha-B-Lizenz für Onkologie und Orthopädie.

Mit Sport hält sie sich und ihren Körper fit und gesund – und wünscht sich das bis ins hohe Alter. Zuverlässig und gelassen gibt sie ihr Wissen in ihren Stunden weiter. Ihr Hang zum Perfektionismus spiegelt sich in ihrem Lebensmotto wider:

Erwecke das Potential, das in dir liegt

Wir freuen uns sehr, dass sie jetzt ganz für die TSG arbeitet.



FERNHEIZUNG	BADSANIERUNG
GAS/ÖLHEIZUNG	SOLARENERGIE
INSTALLATION	KUNDENDIENST

HTR-HEIZUNGSBAU GMBH

76863 HERXHEIM 2 HAUPTSTR. 6 TEL. (0 72 76) 80 75 FAX 80 77

68161 MANNHEIM N7, 8 KUNSTSTR. TEL. (06 21) 31 62 73 FAX 31 74 84

INTERNET: www.HTR-Heizungsbau.de · E-MAIL: HTR-Heizungsbau@t-online.de

Erfahrungsbericht

MitMach Monat Januar

Vom 09.-19.01.2023 hatten alle Mitglieder der TSG und interessierte Nichtmitglieder die Möglichkeit, diverse Kurse vom Fitness- & Gesundheitssport kostenfrei zu testen. Das war eine tolle Gelegenheit, das vielfältige Programmangebot kennenzulernen.

Man liest ja immer mal wieder von neuen Trends und Fitness-Wellen, deren Inhalte uns aber verborgen bleiben. Ich habe die Möglichkeit genutzt, in etliche Kurse „reinzuschnuppern“, um neue Erfahrungen zu machen.

Los ging`s mit **Spinning** (radeln auf der Stelle), bei dem man sich mal so richtig auspowern konnte und bei fetziger Musik von Wolfgang angefeuert wurde.

Beim **Faszientraining** nach „Liebscher und Bracht“ bekam man interessante Einblicke zu dieser Art der Muskeldehnung.

Der Kurs **Aqua Fit** wurde mit viel Schwung von Britta Stahl (in Vertretung der Übungsleiterin Simone) geleitet und machte Lust auf weitere Übungsstunden dieser Art.

Auch beim **HulaHoop** stand der Spaß im Vordergrund und Kindheitserinnerungen mit diesem Gerät wurden wach.

Zu guter Letzt noch eine Stunde **Pilates** bei Claudia, bei der man nach einer intensiven Erwärmung und Muskeltraining noch eine wunderbare Entspannung genießen konnte.

Ich hatte mich in diesen 10 Tagen intensiv bewegt, viel Neues erfahren, Trainer und Kursteilnehmer kennengelernt und einfach Spaß gehabt. Ich kann nur jedem raten, angebotene Kurse auszuprobieren, das ist auch außerhalb der **MitMach-Aktionen** jederzeit möglich. Begeistert auch Freunde vom Sportangebot, neue Mitglieder sind immer willkommen.

Sigi Schulze





Dächer

Harald Müller

Schlosserei – Metallbau - Instandhaltung



Geländer

Hochstättstr. 6
68239 Mannheim

Telefon: 06 21 / 4 81 50 42
Telefax: 06 21 / 4 81 50 62
M.R.metallbau@t-online.de

Body Control Pilates und Entspannung

Die positiven Einflüsse wirken sich auf physischer, psychischer und psychosozialer Ebene aus und können damit zu einer Verbesserung der Lebensqualität beitragen.

Jeden **Donnerstagabend um 19:30 Uhr im Kaiserhof** trifft sich eine eingeschworene Gruppe von Pilatesanhängern (ja, wir hatten im Laufe der Zeit auch schon männliche Teilnehmer beim Trainieren mit dabei) und -anhängerinnen, die eifrig und motiviert ihr „Powerhouse“ aktivieren und ziemlich erfolgreich und fortgeschritten ihre Übungen auf der Matte absolvieren.

Rückblickend war ich die erste Trainerin, die in der TSG Seckenheim das Pilates-Training angeboten hat, d.h. seit fast 15 Jahren unterrichte ich dieses interessante und herausfordernde Training – das ist schon ein Pilates-Jubiläum! Einige meiner TeilnehmerInnen besuchen schon jahrelang das abendliche Workout, es kommen hin und wieder neue Interessierte dazu, gerade auch jetzt durch das Schnupperangebot des Vereins.

Wie gestalten sich meine Stunden? Ich beginne immer mit einem etwas **tänzerischen, leicht nachvollziehbarem Warm up** von ca. 25 Minuten, um sich zu lockern, den Alltag hinter sich zu lassen und gleichzeitig dabei die Gelenke zu mobilisieren und die Muskulatur auf die kommenden Übungen vorzubereiten – und nicht zuletzt, um sich zu Latino- oder anderer Musik zu bewegen und Spaß zu haben.

Danach folgt das **Pilates-Mattentraining**, das sich durch seine besonderen Prinzipien wie der Aufrichtung, Atmung, Präzision, Symmetrie, Kontrolle, Konzentration, der Arbeit aus der Mitte heraus, dem sogenannten „Powerhouse“, auszeichnet. Wir arbeiten ohne oder auch mit Kleingeräten, wie Pilates-Bällen, Brasils, Hanteln, Stäbe, Therabändern.

Nach „getaner Arbeit“ kommt die Belohnung in Form einer **Entspannungseinheit**, beginnend mit einer Ruheformel, darauffolgend z.B. eine Fantasiereise, eine progressive Muskelrelaxation oder ein autogenes Training. Die Deckenbeleuchtung wird ausgeschaltet, eine kleine Stehlampe bietet das nötige Licht und die TeilnehmerInnen dürfen sich einer wohligen Schwere und Entspannung zu leisen Wohlfühlklängen hingeben.

Wessen Neugierde und Interesse beim Lesen jetzt geweckt wurde, ist herzlich eingeladen, Sportbekleidung, Sportschuhe und ein Getränk einzupacken und einmal an diesem von mir gestalteten Konzept eines ganzheitlichen Trainings mitzumachen.

Let's move!!!

Claudia Reiter



Neu im Gesundheitssport

Fit-Mix

Unser wöchentliches Fit-Mix-Angebot ist für alle Gesundheitssport- und TSG-Mitglieder kostenfrei. Interessierte können das Angebot bis zu dreimal testen.

Die Fit-Mix Gruppe trifft sich jeden Mittwoch ab 20 Uhr. Das abwechslungsreiche Sportangebot setzt sich aus bestehenden Kursen der Gesundheitssportabteilung zusammen. Durch die wöchentliche Rotation der Übungsleiter werden Inhalte in verschiedenen Bereichen der Fitnesswelt geboten. Von Power bis Entspannung ist alles dabei. Hier findet jeder seinen Sport!

Bei Kursen mit begrenzter Teilnehmerzahl* ist die Voranmeldung ab einer Woche vor dem Angebotsstart möglich.

29.3.	Bauch Beine Po	offen	Simone	20:00 - 21:00
05.4.	Aroha	offen	Claudia	20:00 - 21:15
12.4.	Hula Hoop	25*	Monika	20:15 - 21:15
19.4.	Anti Aging	offen	Monika	20:15 - 21:15
26.4.	Bodystyling	offen	Daniela	20:00 - 21:00
03.5.	Lymphgymnastik	offen	Silvie	20:00 - 21:00
10.5.	Pilates	offen	Martina	20:00 - 21:00
17.5.	Rope Flow	15*	Julia	20:00 - 21:30
24.5.	Starker Rücken	offen	Simone	20:00 - 21:00
31.5.	Walking	offen	Sabrina	20:00 - 21:00
07.6.	Funktional Fitness	offen	Lomba	20:00 - 21:00
14.6.	Core Drumming	20*	Silvie	20:00 - 21:00
21.6.	Antara	offen	Daniela	20:00 - 21:00
28.6.	Rücken Yoga	offen	Martina	20:00 - 21:00
05.7.	Rope Flow	15*	Julia	20:00 - 21:30
12.7.	Zumba	offen	Silvie	20:00 - 21:00
19.7.	Pilates	offen	Monika	20:15 - 21:15
26.7.	Hula Hoop	25*	Monika	20:15 - 21:15



Dachelndeckung
 Flachdachabdichtungen
 Gerüstbau
 Wärmedämmarbeiten
 Dachspenglerarbeiten
 in Zink und Kupfer

140 JAHRE

Carl Aug. Roth
 DACHDECKEREI • SPENGLEREI

Nikolaus-Otto-Straße 7 • (Am neuen Meßplatz) • 68169 Mannheim
 Telefon: 0621-34974 • Telefax: 0621-375302 • info@ca-roth-dach.de

Hoffnung im Jugendbereich

Zusammenarbeit mit SG Friedrichsfeld/Edingen gestartet

Nachdem sich die Mannschaften der Frauen und der Männer 1 leider aufgelöst haben, tritt die TSG nur noch mit einem **Männerteam** an. Personell kann man aus den Vollen schöpfen. Sportlich konnten die Erwartungen bisher nicht ganz erfüllt werden. Es ist auf jeden Fall noch Luft nach oben. Das Problem ist, dass das neu formierte Team in Teilen noch nicht eingespielt ist. Viele Spiele konnte man aus unterschiedlichsten Gründen auch nicht in Bestbesetzung antreten. So gingen einige Spiele nur knapp verloren, was ärgerlich war. Die Mannschaft um Spielertrainer Marc Schauer wird auf jeden Fall ihr Bestes geben, um die Runde noch mit einem zufriedenstellenden Ergebnis abzuschließen.

Von der **C- bis zur A-Jugend** hat man eine Kooperation mit der SG Friedrichsfeld/Edingen begonnen. Die Spieler wurden jeweils mit einem gegenseitigen Doppelspielrecht ausgestattet. So war es möglich, in allen drei Jugenden spielstarke Mannschaften auf den Platz zu bringen. Die Gefahr bestand, dass ohne Kooperation einige Spieler mangels Mannschaft oder wegen Unterforderung ihren Verein verlassen oder ganz aufgehört hätten. Dies zu vermeiden war allen wichtig und ist gut gelungen.

Die **A-Jugend** hatte sich für die Landesliga qualifiziert. Es war klar, dass es dort nicht einfach werden würde. Mit den Jungs der SG Friedrichsfeld/Edingen ging man diese Aufgabe zuversichtlich an. Leider fielen mit Marcel Blaha und Marius Walter zwei Leistungsträger langfristig aus, die nicht ersetzt werden konnten. Im Verlauf der Runde hat sich das verbliebene Team aber

mehr und mehr gefunden und seine Leistungen gesteigert. So ließ auch der erste Sieg nicht mehr lange auf sich warten, der sicher nicht der letzte sein wird.

Die gut besetzte **B-Jugend** ist äußerst erfolgreich. Die B1 spielt in der Landesliga um die Tabellenführung mit, die B2 schlägt sich wacker in der Bezirksliga. Alle Spieler konnten gehalten werden. Sie haben die Gelegenheit, sich sportlich weiterzuentwickeln und zudem noch erfolgreich zu sein.

Auch die gemeinsame **C-Jugend** hat sich erfolgreich entwickelt. Die C1 spielt ebenfalls in der Landesliga oben mit. In der C2 bekommen die Jungs Spielpraxis und vor allem Einsatzzeiten in der Bezirksliga. Dies ist im Jugendbereich besonders wichtig, damit die Kinder nicht ihren Spaß am Handballsport verlieren.

Alle beteiligten Vereine sind der Meinung, dass die Kooperation ein voller Erfolg ist. Sie soll in der kommenden Saison in Form einer Altersspielgemeinschaft ausgebaut und fortgeführt werden.

Die **D-Jugend** tritt als TSG Seckenheim in der Bezirksliga an. Die Mannschaft um das Trainergespann Laura Ketting und Celine Blaha ist personell gut besetzt und auch sportlich erfolgreich.

Auch wenn die Situation im Bereich der Männer erfreulicher sein könnte, macht die Entwicklung im Jugendbereich doch Hoffnung auf bessere Zeiten.

Achim Schauer

Metzgerei Friedel
Patrick Friedel
Offenburger Str. 1
0621 / 48 44 20 20
www.metzgereifriedel.de

Handwerk mit Herz

seit 1952

- Regionale Lebensmittel, kurze Lieferwege
- Wurst und Schinken aus eigener Produktion
- Heiße Theke und belegte Brötchen
- Umfangreiche Käsetheke
- Delikatessen & Weine
- Catering

Winterfeier auf dem Waldsportplatz

Nach zwei Jahren Coronapause sollte am Tag vor Drei Könige auf dem Waldsportplatz wieder eine Winterfeier stattfinden.

Mehrfach stand die Veranstaltung auf der Kippe, konnte dann aber doch kurzfristig durchgeführt werden. Ein Problem war, dass das Wasser im Wald abgestellt war, was die Handballer aber nicht abhalten konnte. Ein anderes Problem waren die schlechten Wettervorhersagen, die sich erst zwei Tage zuvor besserten. Ein Coronafall bei den Organisatoren kam noch hinzu. Da sich alle schon darauf gefreut hatten und vorbereitet waren, beschloss man, es zu wagen und das bereits so gut wie abgesagte Event stattfinden zu lassen.

Dirk Volz hatte eine Gulaschsuppe vorbereitet, für die Kinder gab es heiße Würstchen. Glühwein, Obstpunsch und Bier gab es auch. Gegen 17 Uhr, als es dunkel war, wurde ein Feuer auf der tags zuvor neu angelegten Lagerfeuerstelle angezündet. Es fanden sich bald gut 30 Erwachsene und Kinder um das wärmende Feuer ein. Ein Highlight war wieder das Verbrennen von Christbäumen. Einige hatten ihre gut abgetrockneten Bäume mitgebracht, die eindrucksvoll in Flammen aufgingen.

Das Wetter spielte mit – es blieb trocken und war kalt, sodass Glühwein und Punsch gut schmeckten. Alle saßen in geselliger Runde um das Feuer und waren zufrieden mit der Entscheidung, die Winterfeier nicht abzusagen. Gegen Mitternacht war das Holz dann komplett verbrannt und die Runde löste sich auf. Es war erneut eine gelungene Veranstaltung, die im nächsten Jahr deshalb auch wiederholt werden soll.

Achim Schauer



Verstärkung gesucht!

Kinder-Handball in Seckenheim erfreut sich immer größer werdender Beliebtheit.

Es ist einfach ein schneller, intensiver und fairer Sport, wie man auch im Januar während der Handball-Weltmeisterschaft im TV verfolgen konnte. Wir Trainer sind mit Leidenschaft und Herz dabei, sind immer für „unsere“ Kinder da und vermitteln Spaß am Spiel und der Bewegung. Und das zahlt sich aus.

Wir schließen die Saison 22/23 im U12 Bereich ab mit 19 Kinder bei den Super-Minis (Jg. 2016 und jünger) 29 Kindern bei den Minis (Jg. 2014 und 2015) 18 Kindern in der E-Jugend (Jg. 2013) und 14 Kindern in der D-Jugend (Jg. 2010 bis 2012)

Am 22.04.2023 veranstalten wir Schnupper-Camps in der Richard-Möll-Halle, um Kindern der Jahrgänge 2015 bis 2017 die Möglichkeit zu geben, in unseren Sport hineinzuriechen. So werden wir wahrscheinlich nächstes Jahr eine enorme Zahl an Mannschaften im U12-Bereich melden können: Zwei Teams bei den Super-Minis, zwei bis drei Mini-Mannschaften, drei! E-Jugend Mannschaften und eine große D-Jugend. Außerdem voraussichtlich erstmalig ein Mädchen-Mini Team!

Deswegen suchen wir Euch als Verstärkung!

Ihr seid Handballer*in, Ex-Handballer*in oder sympathisiert zumindest mit unserem Sport? Ihr liebt es, mit Kindern zu arbeiten, Ihnen Spaß an Sport und Spiel und Werte wie Fairness und Teamgeist zu vermitteln? Ihr habt Zeit, ein- bis zweimal die Woche nachmittags in der Halle zu stehen?

Meldet Euch bei uns: handball@tsg-seckenheim.de

Sportliche Grüße Euer Oli (Oliver Freudenberg)



Heimspiel: Spielfeste der Handball-Minis

Das Besondere und sportlich stark Machende vorweg: im Medaillen-Regen und auf den Sieger-Podesten standen am Wochenende des 11. und 12.02.2023 alle handball-begeisterten Kinder rund um die Jahrgänge 2014 und 2015.

Die TSG Seckenheim lud zu Handball-Spielfesten in die Richard-Möll-Halle ein – über 500 Gäste, darunter 140 junge Handballer:innen folgten dem Ruf und es gab an diesen Tagen nur Gewinner:innen!

Denn Spaß und Spiel standen im Vordergrund und alle Sportler:innen konnten mehr als eine Medaille gewinnen. Sportliche Mannschaftsleistung und Teamgeist wurden trainiert, ebenso Spielpraxis gesammelt und Handball-Regeln erlernt. Unser Trainerteam, Oliver und Verena, unterstützt von ihren engagierten Eltern-Coaches Nadine, Philip und Sven, ließen allen teilnehmenden Kindern genug Freiraum, um sportlich aktiv zu sein und fundierte Handballkenntnisse zu sammeln.

Zugleich war die Stimmung in der Halle fröhlich und ausgeglichen – genau so, wie unser Trainerteam als Gastgeber souverän durch den Spieltag führte. Während der 16 Spiele à 12 Minuten waren die acht teilnehmenden Mannschaften mächtig in Bewegung und viele Ball-Würfe landeten im Tor. Gezählt wurden die Tore in dieser Altersklasse aber noch nicht, und es ging in keinem dieser Spiele um Gewinnen oder Verlieren...

Dennoch war es ein spannendes Erlebnis für unsere sportlichen Newcomer: „Toll fand ich, dass wir als Mannschaft so schön gespielt haben. Schade nur, dass wir noch nicht so viele Tore geworfen haben.“ so das Fazit eines Minis der TSG Seckenheim.



Kommt noch! Auf geht's zum nächsten Spielfest und davor wird fleißig weiter trainiert.

Renate Estenfelder



Verbandskastenwechsel bei unseren Handball-Minis

„HOFFENTLICH kommt das Erste-Hilfe-Material nie zum Einsatz!“ Aber die Freude überwiegte, als Sandra Kaiser (Fachapothekerin und Filialleiterin der Brückenapotheke Seckenheim) am 15.03.2023 unseren Handball-Nachwuchs mit einem neuen Verbandskasten überraschte. Im Rahmen des Sponsorings wurde er an die Handballabteilung überreicht und steht ab sofort mit aktuellem Material zur Verfügung. Gemeinsam mit einem zweiten komplett überarbeiteten Erste-Hilfe-Koffer, den Dr. Biscas, Orthopäde in der Franklin Klinik, vor Kurzem dem Trainer-Team überreichte. Wir bedanken uns herzlich bei Frau Kaiser und Herrn Dr. Biscas für ihr großzügiges Engagement und freuen uns, dass unsere Teams „zwei neue starke Partner“ am Spielfeldrand haben, die HOFFENTLICH selten zum Einsatz kommen.

Renate Estenfelder



In der Höhle der Löwen



Es ist Donnerstag, der 02.03.2023.

Ich befinde mich auf den letzten Metern meiner Runde um die SAP-Arena, um mich mit meinem Rudel am (Hinter-)Eingang C zu treffen...

...und da warten sie schon: Alle wollen dabei sein, keiner will zu spät kommen, nicht eine Sekunde verpassen. Heute ist der große Tag: 18 junge Wölfe, meine Co-Trainerin und Schwester Verena und ich auf dem Weg in die Höhle der (Rhein-Neckar-)Löwen.

WIR! SIND! EINLAUFKINDER!

Sarah vom Ticketing der SAP-Arena holt uns und die andere Mannschaft der HSG Worms ab. Sie führt uns durch die Katakomben, über einen langen Gang vorbei an den Umkleiden der Eishockey-Adler. Geduldig erklärt sie uns Schritt für Schritt den Ablauf des heutigen Abends. Dann ziehen alle ihre Sporthosen, Turnschuhe und die T-Shirts der Einlaufkinder an. Noch eine Stunde bis zum großen Moment! Aber noch weiß niemand, welches Team mit den Löwen einlaufen darf. Das wird erst kurz vor dem Spiel ausgelost...

Wir werden zunächst auf unsere Plätze geführt, direkt am Spielfeldrand, den Fanblock im Rücken. Sieht das RIESIG von hier unten aus! Während mein Rudel noch staunt, kommen die Spieler zum Aufwärmen auf das Spielfeld. Die Nervosität steigt, die Toilettengänge mehren sich, es wird Ablenkung durch Essen und Trinken gesucht und manch einer prüft die Klebrigkeit der geharzten Bälle der Löwen-Spieler. Und alle 5 Minuten die Frage: „Oli, wie lange dauert’s noch?“

18:45 Uhr kommt Sarah zu uns. „Sind alle da? Dann kann’s losgehen!“ Sie führt uns am Spielfeld vorbei in einen anderen Teil der Katakomben. „Wer von Euch war schon mal bei einem Löwen-Spiel?“, fragt sie. 14 von 16 Fingern gehen nach oben. Und während ich mich noch frage, warum zwei noch nie bei einem Spiel

waren, fährt Sarah fort: „Dann wisst ihr ja, wer immer hier aus dem Tor kommt.“ Stille. Keiner traut sich, etwas zu sagen. Und dann kommt ganz zaghaft von ganz hinten: „Die Löwen?“ Sarah nickt und keine Millisekunde später brandet unglaublicher Jubel auf. JACKPOT!!!

Sarah stellt alle auf ihre Warteposition. Noch 10 Minuten, draußen beginnt die Pre-Game-Show. Alle werden immer angespannter, wer läuft mit welchem Spieler ein, mit Kohlbacher, Appelgreen, Grötzki oder vielleicht sogar mit Juri?! Das Badner-Lied wird angestimmt, die ersten Spieler treffen ein, sind wortwörtlich im Tunnel. Der Einlauftrailer auf dem Videowürfel beginnt! Es wird dunkel im Tunnel, die Spieler nehmen ihre Positionen ein – noch 10 Sekunden!

Alle stehen bereit: ein Wolf, ein Löwe, Vorhang auf und LOS! JUBEL, FEUER, AUFSTELLEN, ABKLATSCHEN, WINKEN und wieder runter...

Ein Kind nach dem anderen kommt vom Feld, strahlend wie ein Honigkuchenpferd. Und dann das Spiel, welches haushoch gewonnen wird. Welch eine Riesen-Party, welch ein Erlebnis!

Zu Hause prasseln die Nachrichten aus der Gruppe auf mich ein. Worte, Bilder, Emotionen. Einige Kids können nicht aufhören zu reden, andere wollen sich tagelang die Hände nicht waschen. Alle sind gigaglücklich. Und ich? Ich nehme mir ein Feierabend-Getränk aus dem Kühlschrank, setze mich auf die Couch, und... schlafe ein... Zzz...

Oliver Freudenberg



Sport- und Schwimmprogramm in den Faschingsferien

Vom 20.-24.03.2023 fand ein vielseitiges Ferienprogramm für Kinder und Jugendlichen statt.

Es gab für alle Altersbereiche tolle und umfangreiche Sportprogramme in der TSG Turnhalle. Bei dem Faschingssport mit Verkleidung, der bunten Bewegungslandschaft, den verschiedenen Sportspielen rund um das Thema **Fasching** und dem Sport-Mix Programm konnten sich unsere Sport-Zwerge, Wichtel und Trolle sowie Riesen und Giganten auspowern.

In der Schwimmhalle der Friedrichsfeldschule konnten unsere Schwimmkinder sowie auch Nicht-Mitglieder ein

Angebot zum Üben für die verschiedenen **SwimStars-Abzeichen** (Türkis, Blau, Schwarz, Rot) besuchen. In kleinen Gruppen von maximal 8 Kindern mit jeweils 2 Trainern wurde täglich intensiv geübt und die Kinder konnten in den wenigen Tagen viel Neues lernen und auch Abzeichen erhalten. Es gab sowohl vormittags als auch nachmittags mehrere Schwimmgruppen.

Wir freuen uns, dass so viele zufriedene Kinder an unserem Faschingsprogramm teilgenommen haben!

Vanessa Lukacs



Endlich wieder Babyschwimmen

Nach der Schließung des Hallenbads in Ilvesheim und der Temperatursenkung in Friedrichsfeld war unser Angebot des Babyschwimmens komplett weggebrochen.

Im Februar 2023 konnte der Betrieb im Hallenbad Ilvesheim endlich weitergehen. Dies ist der Schwimmschule „Swim2Grow“ zu verdanken, die das Lehrschwimmbecken und das Babybecken durch größere Umbaumaßnahmen wieder in Betrieb genommen hat. Wir führen dort nun seit Februar 2023 als Untermieter wieder Babyschwimmkurse durch.

Ziel des Babyschwimmens ist es, Kinder spielerisch mit dem Wasser vertraut zu machen. Durch den Auftrieb wird der Körper fast schwerelos und ermöglicht so Bewegungen, die sonst erst später möglich sind: der Bewegungsraum wird erweitert sowie die Koordination und das Gleichgewicht gefördert. In einer Gruppe mit anderen Babys lernen Kinder bereits früh soziale Interaktion kennen. Das Kind beobachtet die anderen, macht sie nach und setzt sich mit ihnen auseinander. Diese Kontakte wirken sich positiv auf seinen künftigen

Umgang mit anderen Personen aus. Für die Eltern bietet sich die Gelegenheit, schöne gemeinsame Momente mit dem Kind zu verbringen und die emotionale Bindung zu stärken.

Wer am Babyschwimmen Interesse hat, meldet sich bitte unter kindersportschule@tsg-sckenheim.de. Mitte April beginnen die neuen Kurse für Babys zwischen 5-12 Monaten.



Neuer Trainer und Übungsleiter

Stefan Walter



Seit dem 01.02.2023 freuen wir uns über die Verstärkung unseres Teams durch Stefan. Seine große Leidenschaft ist der Wassersport, denn seit dem 5. Lebensjahr schwimmt er und spielt Wasserball beim SV-Mannheim und dem Schwimmclub Neustadt/Weinstrasse.

Seine beruflichen Stationen waren beim Kreiskrankenhaus Schwetzingen, der BG-Unfallklinik Ludwigshafen/Oggersheim und an der Internationalen Schule in Neustadt.

Sport ist für ihn Ausgleich zum Alltag und die Möglichkeit, Körper und Geist in der Balance zu halten. Diese Werte und den Spaß an der Bewegung und Aktivität möchte er den Kindern vermitteln. Mit seinem Gerechtigkeitsinn, Teamspirit und einem gewissen Organisationstalent bereichert der am 07.10.1970 geborene Sportwissenschaftler M.A. die TSG.

Seine Hobbies sind der Sport und sein Freundeskreis. Einmal mit einer Harley Davidson die Route 66 abzufahren ist sein großer Traum. Da passt sein Lebensmotto:

Du bist deine eigene Grenze... erhebe dich darüber.

Wir freuen uns auf die gemeinsame Zeit!



Zahnärzte am Alten Rathaus

**Dres. Stefan Gropp, Florian Gethöffer,
Michael Henninger & Alexander Marquardt**



Seckenheimer Hauptstraße 84, 68239 Mannheim
Telefon 0621/47 56 77, www.zahnaerzte-seckenheim.de

Erfolgreicher Saisonstart für die TSG Seckenheim

Am 22.01.2023 fanden erneut die Badischen Einzelmeisterschaften in Auggen statt. Obwohl die TSG Seckenheim nur mit 4 overall Springerinnen (alle 3 Disziplinen) an den Start ging, räumte sie ordentlich ab.

Als Nachwuchsspringerinnen nahmen Jule Fischer und Josephine Berg am overall Wettkampf teil. Ihre Freundin Ziva Dorschel, ebenfalls Nachwuchsspringerin, ging in der Ausdauerdisziplin 3 Minuten an den Start.

In der Altersklasse 3 konnte sich Josephine Berg mit 64 Zählern in der Disziplin 30 Sekunden Speed, 315 Zählern in 3 Minuten Speed und einem guten Freestyle den 7. Platz sichern und hat somit die Qualifikation für das Bundesfinale in der Tasche. Ihre Teamkollegin Jule Fischer ersprang sich den 1. Platz. Mit 79 Zählern in 30 Sekunden Speed, 377 Zählern in 3 Minuten Speed und einem fast fehlerlosen Freestyle schaffte sie es, sich für die Deutsche Meisterschaft zu qualifizieren.

Ziva Dorschel erzielte in der Einzeldisziplin 3 Minuten, mit 317 Zählern, den 7. Platz. Außerdem startete sie am separat gewerteten Double Under Cup. Dort ersprang sie sich mit 66 Durchschlägen den 6. Platz. Für die Weiterqualifizierung hat es aufgrund der 80 benötigten Durchschläge leider nicht gereicht. Jule Fischer hingegen stellte sich den Qualifikationspunkten und erreichte mit 81 gezählten Durchschlägen die Tageshöchstleistung in allen Altersklassen. Somit erreichte sie auch die Qualifikation zum Double Under Cup an den Deutschen Meisterschaften.

In den Altersklassen 1 und 2 ging jeweils nur eine Springerin an den Start. Luisa Schwind ersprang sich in der Altersklasse 2 mit ihrer Leistung den 2. Platz. Trotz ihres kleinen Patzers während der 30 Sekunden Speed, der sie einige Zähler kostete, erreichte sie immer noch 73 Zähler. So konnte sie sich mit 395 gezählten Sprüngen in 3 Minuten und einem starken Freestyle trotzdem die Qualifikation für die Deutsche Meisterschaft sichern.

Ebenfalls qualifiziert für die Deutsche Meisterschaft in Idar-Oberstein hat sich Sabrina Wagner. Sie erkämpfte sich den Weg auf den 1. Platz in der Altersklasse 1 und konnte sich mit souveränen 81 Zählern in der Disziplin 30 Sekunden Speed, 393 Zählern in 3 Minuten und einem hervorragenden Freestyle deutlich von ihren Konkurrentinnen abheben.

An dem diesjährigen Triple Under Cup nahmen in der Altersklasse 1 sieben Springerinnen teil. Leider schaffte es keine, die benötigten 90 Durchschläge für die Weiterqualifikation zu erzielen. Dennoch holte sich Sabrina Wagner erneut Gold und erreichte mit 82 Durchschlägen, knapp an der Qualifikation vorbei, den 1. Platz.

Der Wettkampf war wieder sehr erfolgreich für die TSG: Zwei Badische Meisterinnen und eine Vizemeisterin können sich sehen lassen.

Audrey Zabeth



Badische Team-Meisterschaften

Am 12.02.2023 standen die badischen Team-Meisterschaften an. Ausgerichtet wurden diese in diesem Jahr von der LSV Ladenburg.



An den Start für die TSG ging das AK 1 Team bestehend aus Maja Haubenhof, Louisa Ivanovic, Adelina Krieger, Jule Strubel, Sabrina Wagner, Emelie Wendt und Audrey Zabath. Außerdem sprangen Louisa Haber, Sina Hubertus, Alea Samardzic und Lisa Wilhelm in einzelnen Disziplinen um Plätze auf dem Podest der AK 2 (14-17 Jahre). Den ersten Wettkampf mit dem Logo der TSG auf der Brust bestritten in einzelnen Disziplinen Robin Kraus und Moritz Kumpf.

Für das AK 1 Team startete der Tag erfolgreich mit zwei Qualifizierungen für die diesjährigen deutschen Mannschaftsmeisterschaften in den Disziplinen Double Under Relay mit 172 Zählern und Single Rope Speed Relay. Danach lief es leider nicht mehr ganz rund. In allen Freestyle Disziplinen konnte ein dritter Platz erreicht werden, was dem Team auch am Ende den dritten Platz im Overall einbrachte.

Auch die Nachwuchsspringer konnten sich einige Bronzemedallien erkämpfen. Dieses gelang ihnen gleich in

4 Disziplinen. Im Double Under Relay reichte es für Louisa und Sina leider nur auf den undankbaren vierten Platz. In den Disziplinen, die zu zweit bestritten werden, standen Robin und Moritz ohne Konkurrenz da und konnten sich daher über Goldmedaillen freuen. Dies wurde nur von der Freude über die Qualifikationen zu den nationalen Wettkämpfen getoppt, welche im Pair Freestyle sogar mit Tagesbestleistung geschah.

Nach dem Team-Wettkampf ist vor dem Wheel-Wettkampf. Auch bei diesem war die TSG mit zwei Paaren vertreten. Hier konnten sich Adelina Krieger und Jule Strubel den 1. Platz erspringen. Leider reichte dieser ganz knapp nicht für die Qualifizierung zu den nationalen Wettkämpfen. Nur bei Robin Kraus und Moritz Kumpf lief es besser. Die beiden konnten sich nicht nur über die Tagesbestleistung freuen, sondern auch über die Qualifizierung zu den deutschen Meisterschaften, die dieses Jahr in Lüneburg stattfinden werden.

Vanessa Berg

ELEKTRO
BÜHLER
GbR DER HANDWERKER FÜR IHR HAUS

Norbert & Christian Bühler GmbH
Kloppenheimer Str. 10, 68239 Mannheim

Tel.: 0621 - 47 27 49
Fax: 0621 - 48 42 762
Tel. Nor.: 0171 - 63 17 510
Tel. Chr.: 0176 - 232 74 189

Aller guten Dinge sind zwei

Am 04.03.2023 nahm die TSG Seckenheim nun auch mit ihrer AK 4 an den Teammeisterschaften teil.



Es gingen insgesamt sechs Springerinnen bei den Hessischen Teammeisterschaften in Rüsselsheim an den Start. In der AK 4 sprangen Jule Fischer, Josephine Berg, Nele Aepfelbach und Lena Kandler 5 Disziplinen. In der Schnelligkeitsdisziplin Speed erreichten sie beim Single Rope Speed Relay mit 253 Zählern den 1. Platz, beim Double Dutch Speed Relay ersprangen sie sich mit 137 Zählern den 2. Platz und beim Double Dutch Speed Sprint mit 90 gezählten Sprüngen ebenfalls den 2. Platz.

Auch in der Schnelligkeitsdisziplin Double Under (Zweifacher Durchschlag des Seils) gingen Jule Fischer und Josephine Berg an den Start und konnten sich mit 139 Durchschlägen den 1. Platz und die Qualifikation zu den Deutschen Teammeisterschaften sichern.

Bei den Freestyles gab es in der AK 4 vier Pair Freestyle Starterinnen: Jule Fischer mit Josephine Berg und Nele Aepfelbach mit Lena Kandler. Sie teilten sich zu viert die Plätze auf dem Podest und erzielten den 2. und 3. Platz mit ihren gesprungenen Freestyles.

In der AK 1 nahmen Jule Strubel und Adelina Krieger am separat gewerteten hessischen Wheel Contest teil und sicherten sich dort den 1. Platz. Allerdings hat es trotz ihres guten Freestyles um ärgerliche 0.04 Punkte leider nicht für die Weiterqualifizierung gereicht.

Insgesamt hat die TSG aber souveräne Leistungen erbracht und konnte nach dem sehr langen Tag trotzdem mit gutem Gefühl nach Hause gehen.

Audrey Zabeth

Akademie für Kommunikation
in Baden-Württemberg

DESIGNBERUF + FH-REIFE

- GRAFIKDESIGN
- MODEDESIGN
- FOTO- & MEDIENTECHNIK

Jetzt bewerben!
Im September starten

DIE KREATIVE PRIVATSCHULE IN MANNHEIM
68165 MANNHEIM | AUGUSTANLAGE 32 | 0621 / 32 47 09-20
www.akademie-bw.de/mannheim

afk.mannheim

Übung macht den Meister

Am 05.03.2023 fand nach langer Zeit wieder ein Tagescamp der Rope Skipper statt. Diesmal hatten nicht nur die Springerinnen der Abteilung die Möglichkeit, neue Dinge zu lernen, sondern auch Mitglieder aus anderen Abteilungen.

Das Angebot wurde zahlreich genutzt. Die Kinder konnten Verschiedenes ausprobieren und üben. Dafür haben sich die Staffs diverse Übungen für die einzelnen Sessions überlegt wie die Schnelligkeitsdisziplin Speed, die turnerischen Elemente Power/Gymnastics, aber auch die Mehrfachdurchschläge Multiples. Die Kinder wurden pro Session in verschiedene Levels eingeteilt, so dass jeder seinem Leistungsniveau entsprechend gefördert werden konnte. Deshalb konnten alle etwas Neues lernen oder Übungen perfektionieren.



Zum Abschluss des Tages wurde die Camproutine – eine eingeübte Choreografie auf Musik – den Eltern vorgeführt. Somit konnten auch die Eltern miterleben, was ihre Kinder Neues gelernt haben.

Audrey Zabeth



Impressionen vom Tanztee am 12.03.2023



Jubiläumsball in Heddesheim

Nach dem selbst veranstalteten Tanztee im Oktober bot sich mit dem Jubiläumsball zum 25-jährigen Bestehen des Heddesheimer Tanzsportclubs am 26.11.2022 eine weitere sehr schöne Gelegenheit für die Tänzer*innen der TSG Seckenheim, die erlernten Tanzschritte aufs Parkett zu bringen. Es konnten 30 Anmeldungen von unserer Seite verbucht werden und so kam der Tanzabend fast einem Abteilungsausflug gleich. Die Seckenheimer*innen saßen alle zusammen an einer langen Tafel. Die Mitglieder der Dienstags- und Donnerstagsgruppe kamen ins Gespräch und nutzten den schönen Abend, um sich besser kennenzulernen. Auch der Spaß kam an diesem Abend nicht zu kurz. Los ging

es auch gleich sehr beschwingt mit einer Polonaise. Das weitere Programm in Heddesheim war sehr kurzweilig und das tanzinteressierte Publikum konnte u.a. ein Tanzturnier der Seniorenklasse III Standard sowie eine tolle Lateindarbietung der Weltranglistenersten Tina Zettelmaier und Benjamin Eiermann von der TSA der TSG Weinheim bestaunen. Dazwischen konnte bei Tanzrunden ausgiebig getanzt werden, was die Seckenheimer*innen ebenfalls sehr genossen und so klang ein toller Tanzabend erst weit nach Mitternacht aus.

Manuela Schaller



COFFLER
hören & sehen



DIE SPEZIALISTEN FÜR
AUGENOPTIK & HÖRGERÄTE

Sportbrillen, Sonnenbrillen,
Arbeitsplatzbrillen, Fernbrillen,
Gleitsichtbrillen, Lesebrillen,
Kontaktlinsen, Hörgeräte

Seckenheimer Hauptstraße 116 - 118
68239 Mannheim, Tel. 0621 / 47 51 35

**Gut sehen,
besser spielen**

Verbandsliga

Am Samstag, den 04.02.2023 trat die Verbandsliga der TSG Seckenheim in Güttingen zum ersten Wettkampf der Saison an.

In der Mannschaft turnten Emilie Arnold, Ronja Biener, Maja Ewa Derwich, Lara Gutperle, Anna Härle, Laura Huther, Lizzy Vath und Liz Walther. Insgesamt nahmen vier Mannschaften an diesem Wettkampf teil: TV Güttingen, StTV Singen, TSG Seckenheim und TV Waldhof. Für alle Turnerinnen war dies der erste Wettkampf dieses Jahres, um zu zeigen, was sie alles können.

Am Sprung erreichten die Turnerinnen der TSG mit den Wertungen von Maja Ewa (11,1), Anna (10,85) und Ronja bzw. Lara (10,8) zusammen 32,75 Punkte. Am Barren erlangten sie 24,20 Punkte durch die Wertungen von Lara (8,5), Maja Ewa (8,2) und Anna (7,5). Hierbei war der Abstand zu den anderen Mannschaften deutlich größer als an den anderen Geräten. Die Übungen von Maja Ewa (11,9), Anna (11,8) und Liz (11,3) brachten den Mädchen ganze 35,00 Punkte am Balken und sicherten ihnen an diesem Gerät den 1. Platz. Die Mädchen steigerten sich am Balken vom letzten Wettkampf auf diesen um 3,2 Punkte. Normalerweise hätte Lara ebenfalls Balken turnen sollen, was aber wegen einer Verletzung leider nicht ging. Am Boden wurden durch die Wertungen von Maja Ewa (10,8), Liz (9,85) und Anna (9,25) 29,90 Punkte erreicht. Am Ende erzielte die Verbandsliga mit 121,85 Punkten den 4. Platz.

Maja und Anna waren die einzigen Turnerinnen der Mannschaft, die einen vollen Vierkampf turnten. Maja

kam mit einer Gesamtwertung von 42,00 Punkten auf den 2. Rang und Anna mit 39,40 Punkten auf den 7. Rang von allen Turnerinnen.

Herzlichen Dank an Familien und Freunde, die den weiten Weg nach Güttingen gefahren sind, um die Turnerinnen anzufeuern und auch einen ganz herzlichen Dank an die TrainerInnen, Betreuerinnen und KampfrichterInnen, die unsere Mannschaft begleitet haben und viel Glück an die Verbandsliga bei den kommenden Wettkämpfen!

Ronja Biener



Gold für die Verbandsliga-Turnerinnen

Am Sonntag, den 05.03.2023, fand der zweite Wettkampf auf dem Waldhof statt.

Emilie Arnold, Ronja Biener, Lara Gutperle, Anna Härle, Laura Huther, Lizzy Vath und Liz Walther turnten gegen den TV Waldhof, die SG Kirchheim und den Heidelberger Turnverein. Ewa Derwich hat leider nicht mitturnen können, dennoch haben sie am Ende mit 128,35 Punkten den ersten Platz ergattert.

Dies wurde durch die Wertungen am Sprung von Emilie (11,8), Lara (11,7) und Anna (11,65) erreicht. Am Barren waren es die Wertungen von Lara (8,5), Anna (7,95) und Ronja bzw. Emilie (7,6), die zur Endpunktzahl beigetragen haben. Am Balken wurde die Punktzahl vom letzten Wettkampf um ganze 1,1 Punkte gesteigert. Hier erreichten die Turnerinnen durch die Wertungen von Liz (12,5), Anna (12,5) und Lara bzw.

Laura (11,1) insgesamt 36,1 Punkte. Am Boden haben es die Wertungen von Lara (11,3), Liz (11,25) und Anna (10,5) in die Gesamtwertung geschafft.

In diesem Wettkampf haben die drei Turnerinnen Anna, Lara und Lizzy einen Vierkampf geturnt.

Herzlichen Dank an Familien und Freunde, die mit nach Waldhof gefahren sind, um die Turnerinnen anzufeuern und auch einen ganz herzlichen Dank an die TrainerInnen, BetreuerInnen und KampfrichterInnen, die unsere Mannschaft begleitet haben und viel Glück an die Verbandsliga bei den kommenden Wettkämpfen!

Ronja Biener

Impressionen der Winterfeier



Losheim heißt jetzt Nickersberg!

Wir haben eine neue und nähere Ferienanlage gefunden.

Da unser traditionsreiches Ferienlager in Losheim am See leider nicht mehr unseren Anforderungen gerecht wird, haben wir nach langem Suchen ein neues Domizil gefunden:

Nickersberg im Schwarzwald bei Bühl

Mitten im Wald in der Nähe des Gertelbachs liegt das gut ausgestattete Haus so abgelegen, dass wir am Lagerfeuer mit Inbrunst singen und bei der Lager-Olympiade uns lautstark anfeuern können!

Wir freuen uns auf eine abenteuerliche Woche mit euch!



Kinderferienfreizeit: Nickersberg 2023

für Kinder von 8 bis 14 Jahre
26. August bis 02. September 2023





Vollverpflegung

An- und Abreise im Reisebus

Moderne Unterkunft
im Schwarzwald bei Bühl

Das erwartet dich:
Spiel und Spaß mit Lagerolympiade,
Schnitzeljagd, Waldabenteuer,
Lagerfeuer, Bastelprojekte,
Discoabend und vieles mehr...

Alle Infos findest du online unter
www.tsg-seckenheim.de



Aus den Mannschaften

Mixed-Mannschaft am Ziel der Träume

Schon einige Male hatten sich unsere Jugend-Mixed-Mannschaften beim Blankenloch-Turnier versucht. Am 27.02.2023 war es dann endlich soweit: Marianna Alistratova und Lasse Kruse holten sich zusammen mit Konrad Ryza vom TV Friedrichsfeld den heiß ersehnten Pokal! Herzlichen Glückwunsch!



Unsere U12-Jungs feiern einen tollen Einstand

Fabian Renger und Nicolas Büsen starteten erstmals gemeinsam bei einem U12-Turnier am 14.01.2023 in Karlsruhe und belegten dort Platz 5 in der Championsleague. Beim darauffolgenden Turnier am 05.02.2023 in Mannheim konnten sie sich sogar schon auf Platz 4 steigern.



U13 mit Chancen auf die Süddeutschen Meisterschaften

Hervorragend schlägt sich unsere U13-Mannschaft mit Julietta Wildner, Sophie Stojic, Noemi Sterk, Alina Renger und Marie Gralla diese Saison in der U13. Aktuell stehen sie nach 3 Spieltagen auf Platz 3 in der Nordbadischen Rangliste. Sollten sie ihre Leistung bis zum Ende halten können, dann würde dies die Teilnahme an den Süddeutschen Meisterschaften bedeuten. Die Daumen sind gedrückt!

Unser junges U14-Team schlägt sich gut gegen die älteren Teams

Nach verschiedenen Abgängen in unserer U14-Mannschaft besteht dieses Team nun aus reinen U12- und U13-Spielerinnen. Dennoch mischt unser athletischer Nachwuchs ordentlich mit und konnte sich bei seinem letzten Spieltag Platz 2 in der Landesliga erkämpfen. Mit dieser Spielerfahrung sind schon einmal die idealen Voraussetzungen für kommende U14-Saisons geschaffen. Denn immerhin reicht es auch bereits jetzt zu Platz 7 von 18 in der Nordbadischen Rangliste.



U16 dreht im Finale voll auf

Beim letzten Spieltag am 12.02.2023 konnte das Seckenheimer U16-Team mit Romy Kleemann, Nele Gralla, Enya Sterk, Noemi Sterk, Alina Renger, Ana Wildner, Juliane Schwarz und Leela Stahlhofen unter Beweis stellen, was es dazu gelernt hatte. Startete man zu Beginn der Saison noch mit einem vereinfachten Spielsystem mit der vorgezogenen 6, so konnte nun das fortschrittlichere System mit zurückgezogener 6 und Läufer angewandt werden.

Im Laufe des Spieltages kam die Mannschaft immer besser ins Spiel, so dass sie ihren Gegnerinnen von der TG Laudendach im Finale gar keine Chance ließen und den zweiten Satz sogar mit 25:4 Punkten und somit Platz 1 in der Landesliga beendeten.



Erfolgreicher Saisonabschluss der U18

Am 05.02.2023 trat die U18-Mannschaft der TSG Seckenheim in Laudendach in der Landesliga an. In den beiden Gruppenspielen gegen die SG DJK/TSG Bruchsal und gegen die KuSG Leimen konnten die Seckenheimer Spielerinnen souverän mit jeweils 2:0 Sätzen gewinnen. Als Gruppenerste trafen sie nun auf die Mannschaft aus Wall-

dorf. Mit starken Aufschlägen setzten sie die Gegnerinnen von Anfang an unter Druck und zeigten sich von den Angriffen der Walldorferinnen unbeeindruckt. Auch diese Partie konnten sie mit 25:22 und 25:16 für sich entscheiden. Durch diesen 1. Platz beim letzten Spieltag der Saison konnte die U18 der TSG Seckenheim in der Gesamttabelle den 7. Platz von 26 Mannschaften erreichen und qualifizierte sich damit für den Jugendverbandspokal.

Gisela Schaal

Team: Leonie Bake, Valentina Dragojevic, Brianna Kabel, Sanna Kohl, Paulina Padutsch, Amelie Schaal, Enya Sterk, Marie Stojic, Lea Stolz, Ana Tokic, Mia Westrup, Ana Wildner, Julia Zimmermann



Finde die Fehler

Im rechten Bild sind acht Fehler versteckt. Kannst du sie finden?
Natürlich kannst du die Bilder auch ausmalen!



Ihr Partner für Aufzüge in der Metropolregion Rhein-Neckar



Neuanlagen | Modernisierung | Service

Lembacher Straße 10, 68229 Mannheim-Friedrichsfeld
0621-470 980, info@lochbuehler.de, www.lochbuehler.de

 **Lochbühler**
AUFZÜGE



**APOTHEKER
NEMETSCHKEK**

**Nahrungsergänzung
in Premium-Qualität**

von Apothekern entwickelte,
wissenschaftlich fundierte
Zusammensetzungen

zertifizierte Reinsubstanzen
mit bester Bioverfügbarkeit

Die Produkte sind
laktosefrei, glutenfrei,
farbstofffrei und ohne
Gentechnik hergestellt.
Die meisten sind darüber
hinaus vegan, gelatinefrei
und haben eine pflanzliche
Kapselhülle.

Wir produzieren in
Deutschland.



Brücken-Apotheke
im Ärztehaus

Inh.: Apotheker Frank Nemetschek • Filialleitung: Apothekerin Sandra Kaiser
Seckenheimer Hauptstraße 143 • 68239 Mannheim-**Seckenheim**
Telefon: 06 21 / 47 19 94 • Fax: 48 11 08 • info@apotheke-seckenheim.de
Gemeinsam stark für Ihre Gesundheit. www.nemetschek-apotheken.de



Kirchstraße 16
69198 Schriesheim
Telefon 06203 - 10 84 80

www.augenzentrum-schriesheim.de