

## **Neue E-Mail-Adresse**

Die Geschäftsstelle der TG Donzdorf ist ab sofort unter der neuen E-Mail-Adresse  
**info@tg-donzdorf.de**

zu erreichen.

Um Beachtung wird gebeten!

## **#BeActive – Die TG Donzdorf bewegt Europa**

**Die TG Donzdorf beteiligt sich an der „Europäischen Woche des Sports“ (23. – 30.09.2018) und setzt damit ein Zeichen für ein aktiveres und gesünderes Europa. Diese Woche lädt die TG Donzdorf alle Interessierten ein das Sportangebot zu besuchen und sich zu bewegen.**

Die Europäische Kommission hat die Initiative „Europäische Woche des Sports“ ins Leben gerufen um Menschen in ganz Europa zu mehr Bewegung anzuregen und sie für einen aktiven und gesunden Lebensstil zu begeistern. Der Deutsche Turner-Bund koordiniert die Kampagne in Deutschland und auch die TG Donzdorf ruft in der Woche vom 23. bis 30. September zu mehr Aktivität auf.

**Dazu öffnet die TG Donzdorf die ganze Woche sein Sportangebot für Nicht-Mitglieder. Alle sind herzlich eingeladen die Angebote zu nutzen, sich zu bewegen und die TG Donzdorf kennenzulernen.**

**Das vielfältige Angebot und die Trainingszeiten der Abteilungen sowie des Kursangebotes der TG Donzdorf finden Sie unter [www.tg-donzdorf.de](http://www.tg-donzdorf.de)**

In der Europäischen Woche des Sports zählt jeder einzelne, der sich entscheidet ein Bewegungsangebot wahrzunehmen und damit den ersten Schritt in ein gesundes und aktives Leben setzt. #BeActive – denn Gemeinsam bewegen wir Deutschland!

Weitere Informationen unter [www.beactive-deutschland.de](http://www.beactive-deutschland.de).

## **Neu !! Neu!! Neu!! Neu!!**

### **Neues Kursprogramm Herbst/Winter 2018/2019**

Ab sofort können Sie sich für folgende Kurse der TG Donzdorf über die Email-Adresse [kurse@tg-donzdorf.de](mailto:kurse@tg-donzdorf.de) anmelden:

Das **Anmeldeformular** finden Sie auf der Homepage der TG-Donzdorf: [www.tg-donzdorf.de](http://www.tg-donzdorf.de)

### **Kinderkurse:**

#### **BiB – Babys in Bewegung**

Die Entwicklung des Babys im ersten Lebensjahr zu begleiten steht im BiB-Kurs im Vordergrund. Ohne Leistungsdruck, auf spielerische Weise, werden Bewegungs- und Sinnesanregungen gegeben.

**Kurstermin:** donnerstags  
8 Treffen, 09:15 – 10:15 Uhr (Kurs 1)  
8 Treffen, 10:30 – 11:30 Uhr (Kurs 2)

**Kursort:** Gymnastikraum TG Halle

**Kursleitung:** Tine Striso

**Gebühr:** Vereinsmitglieder: 60,00 Euro  
Nichtmitglieder: 75,00 Euro

**Mindestteilnehmer:** 6 bis max. 10

Nähere Infos zum genauen Kursbeginn usw. bei Tine Striso

### **Einführung in das Gerätturnen**

Die Kinder werden auf das Gerätturnen vorbereitet. Sie lernen ihren Körper kennen und einschätzen. Gleichzeitig sammeln sie Erfahrung in den Bereichen Disziplin, Ehrgeiz, Fairness und Kameradschaft.

Kurstermin: freitags, ab 28.09.2018  
15 Treffen, 15:00 – 16:00 Uhr  
Kursort: TG Halle  
Kursleitung: Raisa Eisele  
Gebühr: Vereinsmitglieder: 35,00 Euro  
Nichtmitglieder: 75,00 Euro  
Mindestteilnehmer: 6 bis max. 10

### **Kurse für Erwachsene:**

#### **Aerobic – der Fitnessklassiker**

Hervorragendes Fitnessstraining, spricht alle motorischen Eigenschaften an, trainiert das Herz-Kreislauf-System, fördert Beweglichkeit und Kondition

Kurstermin: dienstags, ab 02.10.2018  
15 Treffen, 17:45 – 18:45 Uhr  
Kursort: Gymnastikraum TG Halle  
Kursleitung: Tine Striso  
Gebühr: Vereinsmitglieder 55,00 Euro  
Nichtmitglieder 120,00 Euro  
Mindestteilnehmer: 6

#### **Bewegen statt schonen – ein Ganzkörperkräftigungsprogramm**

Neben der Schulung einer natürlichen und gesunden Haltung und Bewegung, bei der die Wirbelsäule einen Teil eines Ganzkörper-Haltungskonzepts darstellt, liegt der Schwerpunkt bei komplexen funktionellen Dehn-, Kräftigungs- und Stabilisationsübungen. Geeignet für Anfänger und Wiedereinsteiger.

Kurstermin: donnerstags, ab 27.09.2018  
10 Treffen, 09:00 – 10:30 Uhr  
Kursort: TG Halle  
Kursleitung: Ancilla Link  
Gebühr: Vereinsmitglieder 49,00 Euro  
Nichtmitglieder 85,00 Euro  
Mindestteilnehmer: 10

**Dieser Kurs ist von den Krankenkassen erstattungsfähig**

#### **Fit und Gesund – Bewegen statt schonen**

Die Fitnessfaktoren wie Kraft, Koordination und Ausdauer stehen bei diesem Gesundheitssportprogramm im Mittelpunkt. Die Kraft- und Dehnfähigkeit, Koordination und Entspannungsfähigkeit wird in diesem Kurs ebenso geschult.

Abgerundet wird das Programm mit vielen nützlichen Informationen zur Wirkung von sportlicher Aktivität und vielen Tipps zum ergänzenden Training zu Hause.

Kurstermin: montags, ab 24.09.2018  
12 Treffen, 19:15 – 20:15 Uhr  
Kursort: Gymnastikraum TG Halle  
Kursleitung: Simone Nagel  
Gebühr: Vereinsmitglieder 40,00 Euro  
Nichtmitglieder 68,00 Euro

Mindestteilnehmer: 6

**Dieser Kurs ist von den Krankenkassen erstattungsfähig**

### **Gesundheitsgymnastik für Männer**

Kräftigung des Rückens sowie Dehn- und Entspannungsübungen z.B. aus dem Yoga

Kurstermin: mittwochs, ab 26.09.2018

15 Treffen, 20:00 – 21:00 Uhr

Kursort: Gymnastikraum TG Halle

Kursleitung: Rita Schragner

Gebühr: Vereinsmitglieder 35,00 Euro  
Nichtmitglieder 75,00 Euro

Mindestteilnehmer: 5

### **High Intensiv Training (HIT)**

Fit ohne Gerätschaften – durch hochintensives und ganzheitliches Training mit dem eigenen Körpergewicht!

Mit Übungsklassikern wie Situps, Kniebeugen und Burpees gehen wir gemeinsam in kurzen intensiven Workouts auf Zeit an unsere körperlichen Grenzen.

Trainiert wird in einer Gruppe von max. 10 Personen.

Durch Abwandlung der Übungen kann das Workout an jedes Fitness-Level individuell angepasst werden.

**NEU: Kurstermin: dienstags, ab 02.10.2018 NEU**

15 Treffen, 20:15 – 21:15 Uhr

Kursort: Gymnastikraum TG Halle

Kursleitung: Tom Gunzenhauser

Gebühr: Vereinsmitglieder 35,00 Euro  
Nichtmitglieder 75,00 Euro

Mindestteilnehmer: 6

### **Dynamisches Pilates**

Ganzheitliches Körpertraining, das ohne starke Belastung der Gelenke auskommt.

Ziel: Verbesserung der Körperhaltung, Koordination, Atmung und Ausdauer.

Kurstermin: donnerstags, ab 27.09.2018

15 Treffen, 18:30 – 19:30 Uhr

Kursort: Gymnastikraum TG Halle

Kursleitung: Nadine Vetter

Gebühr: Vereinsmitglieder 55,00 Euro  
Nichtmitglieder 120,00 Euro

Mindestteilnehmer: 10

### **Tai Chi Chuan**

Langsame und fließende Bewegungsabfolgen erfordern ein hohes Maß an Gleichgewichtssinn, Kraft, Körpergefühl und Wahrnehmung mit den Zielen: Stressprävention und Sturzprophylaxe, geistige und körperliche Vitalität.

Kurstermin: donnerstags, ab 27.09.2018

15 Treffen, 19:30 – 20:45 Uhr

Kursort: Gymnastikraum TG Halle

Kursleitung: Ulrich Karl Weber

Gebühr: Vereinsmitglieder 35,00 Euro  
Nichtmitglieder 75,00 Euro

**Weitere Infos zu den Kursen sind auf der Homepage der TG Donzdorf zu finden:  
[www.tg-donzdorf.de](http://www.tg-donzdorf.de).**

## **Kinderturnen**

### **Ferienfreizeit im Gerättturnen**

Das Ende eines herrlichen Sommers durften die Gerättturner auch dieses Jahr wieder mit ihren Vereinskameraden genießen.

Gestartet hat die Ferienfreizeit am 1. September mit dem Turnergrillen. Aufgrund der schlechten Wetterlage wurde das Wiesenfest jedoch kurzerhand in die TG-Halle verlegt.

Da waren die Kinder am nächsten Tag deutlich härter im Nehmen. Bei sehr unbeständigem Wetter wurde am „Badplätzle“ in Süßen gegrillt und gespielt. Etwas durchnässt schlüpfen die Turnerinnen und Turner in bequeme Kleidung und bauten sich in der Turnhalle aus Geräten ein Lager, in dem sie dann die Nacht verbrachten.

Ab Montag stand dann das tägliche Ferientraining auf dem Plan, welches am Mittwoch mit dem heißgeliebten Pizzaessen endete.

Ohne Pause ging es für 10 Turnerinnen gleich weiter in das Trainingslager nach Österreich. In der Eisele-Hütte bei Frastanz verbrachten sie von Mittwoch bis Sonntag 5 unvergessliche Tage. Auf dem Programm standen neben dem Training eine Shoppingtour, ein Museumsbesuch im „inatura“ (Dornbirn) und natürlich auch eine Wanderung auf die Sattalpe.

## **Abt. Leichtathletik** *LG-Lauter*

### **Leichtathletik-Kreisvergleich GP-BB-Ostalb-Nordschwarzwald 2018**

Am Samstag, dem 06.10.2018 findet in Essingen der diesjährige Schüler-Kreisvergleich zwischen Göppingen-Böblingen-Ostalb-Nordschwarzwald statt. Austragungsort des Vergleichskampfes ist das Schönbrunnstadion in Essingen.

Für die Kreisauswahl der 12- bis 15-jährigen Schüler wurden auch drei Athleten der LG Lauter nominiert.

Beginn der Veranstaltung: 11:00 Uhr

#### **Timo Schmid**

M12 Kugelstoßen

#### **Jonas Baumhauer**

M14 100 m, 800 m

#### **Hannah Geiger**

W15 Kugelstoßen, Speerwurf

## **Abt. Tischtennis**

### **Ergebnisse Herren:**

#### **Landesklasse:**

TTC Notzingen- Wellingen – TG Donzdorf III 5:9

Erfolgreich gegen den Aufsteiger waren: Geiger/Schäffler, Schmidt/D'Elia, Geiger, Schmidt (2x), Wägerle (2x), Schäffler (2x)

#### **TG Donzdorf IV – TTF Neuhausen/F. 4:9**

Gegen den Meisterschaftsfavoriten aus Neuhausen startete die Vierte äußerst schlecht. Alle drei Doppel gingen an die Gäste. Von den folgenden zehn Einzeln gingen dann sechs in den Entscheidungssatz, was für ein ausgeglichenes Spiel spricht. Im vorderen Paarkreuz konnte Simon Schweizer beide Einzel für sich entscheiden. Fabian Straubmüller hingegen konnte Satz-, und Matchbälle nicht nutzen und musste beide Male seinem Gegner gratulieren. Im mittleren Paarkreuz konnte Michael Bischoff ein Einzel für sich entscheiden. Tobias Piott konnte in Spiel eins eine 10-5-Führung im vierten Satz nicht ins Ziel bringen und musste sich anschließend auch im zweiten Spiel in fünf Sätzen geschlagen geben. Im hinteren Paarkreuz war Andy Gruber erfolgreich. Wenn die Vierte an diese Leistung auch in den kommenden Spielen anknüpfen kann, werden die ersten Punkte sicherlich bald erspielt.

### **Kreisliga B:**

#### **TG Donzdorf VII – SPVGG Reichenbach/Täle 9:5**

Während man sich in der vergangenen Saison gegen Reichenbach noch geschlagen geben musste, konnte man das erste Spiel in dieser Saison erfolgreich gestalten. Die Doppelumstellung im Vergleich zur Vorsaison sollte sich gleich auszahlen. Mit einer 2-1-Führung ging es dann in die Einzel. Hier waren dann Max Klaus (2x), Manfred Schildhauer, Niklas Schmid, Florian Salamat (2x) und Volker Eisele erfolgreich, so dass der 9-5-Sieg unter Dach und Fach war.

### **Kreisliga D:**

#### **TG Donzdorf VIII – TPSG- FA Göppingen 5:9**

Auch das zweite Saisonspiel konnte unsere Achte nicht gewinnen. Nach einem Traumstart von drei gewonnenen Doppeln, konnten nur noch Reinhard Arras und Hans Peter Kurz ein Einzel gewinnen.

### **Spielvorschau Wochenende:**

#### **Donnerstag 27.09.2018 , 21:00 Uhr**

Sen.BK TSV Sparwiesen – TGD III

Sen.BL TGD II – TGD

#### **Samstag 29.09.2018**

15:00 Uhr, KL A TSV Heiningen II – TGD II

16:00 Uhr J KL B TGD IV- TSV Heiningen III

17:30 Uhr D LL DJK Sportbund Stuttgart III – TGD

18:00 Uhr H KL A GSV Dürnau – TGD VI

H KL B TPSG- FA Göppingen II – TGD VII

18:30 Uhr H VK TGD II – TB Beinstein

H BL TGD V – TSG Eislingen II

H KL D TSGV Hattenhofen V – TGD VIII

#### **Sonntag 30.09.2018 14:00 Uhr**

**H VL TGD – TSG 1845 Heilbronn**