TURN- und SportBLÄTTLA

TSV HIMMELKRON 1921 E.V.
www.tsvhimmelkron.de

TSV Himmelkron von 1921 e.V. **Nr. 191**
August 2023

Ferienprogramm in der TSV-Turnhalle

Das Team-Turnen organisierte auch dieses Jahr wieder einen Aktionspunkt im Himmelkroner Ferienprogramm. 14 Kinder kamen am 18.08.2023 in die TSV-Halle um das Kinderturnabzeichen abzulegen. Es musste jeweils eine Übung aus 8 verschiedenen Kategorien erfolgreich absolviert werden. Die anwesenden Kinder, im Alter von 6–10 Jahren machten bei allen Übungen toll mit und alle Kinder haben die erforderliche Punktzahl für des Kinderturnabzeichen locker erreicht.

Auf dem Bild alle teilnehmenden Kinder mit ihren Urkunden.

Terminvorschau:

20.08.2023	AlleeCafe – Tennisabteilung TSV
21.-23.08.23	Spielmobil Turnhalle / Sportplatz
06.09.2023	Blutspenden in der TSV-Halle
09.09.2023	Aktion Sportstätten pflege, 9.00 Uhr
13.09.023	Vorstandssitzung, 19.00 Uhr
16.09.2023	Familienwanderung
23.09.2023	Tennis-Schleifchenturnier
14.10.2023	Aktionstag „In Schwung bleiben“, 14.00 Uhr Begegnungsstätte (Autobahnkirche)
14.09.2023	*Abgabeschluss für ‘s nächste Blättla*

Druck: DruckStüberl, Matthias & Silke Busse, Edellaitsch 4, 95502 Himmelkron

IMPRESSUM:

V.i.S.d.P.:

TSV Himmelkron 1921
Streitmühlstr. 2
95502 Himmelkron
www.tsvhimmelkron.de

1. Vorsitzende:
Carmen Back
2. Vorsitzender:
Daniel Hofmann
3. Vorsitzender:
Thomas Kreil
Kassenwartin:
Doris Allstädt

Redaktion:
Roland Hofmann
turnblaettla(at)tsvhimmelkron.de

TSV HIMMELKRON 1921 E.V.
www.tsvhimmelkron.de

WIR
SPORT VEREINT UNS

Ihr dürft (sollt) unser TURN- und SportBlättla weiterleiten / weitergeben!

Unser Blättla-Link wird umweltfreundlich an aktuell über 400 Leser per E-Mail versendet.
+ Druckauflage: 60 Stück

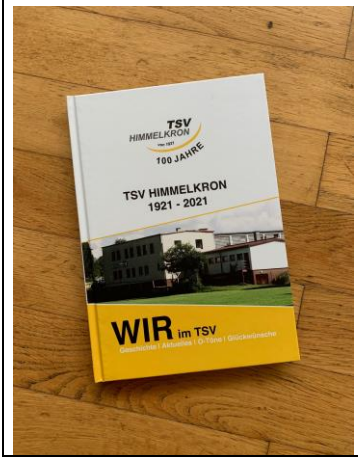
Die Turn- und SportBlättla liegen an folgenden Stellen zur kostenlosen Mitnahme bereit:

Bücherschrank vorm Grampphaus - Sport und Freizeithof
TSV Turnhalle

E-Mail-ABO – NEWSLETTER
„TURN- und SportBlättla“
Wer das TURN-und SportBlättla noch nicht automatisch per Massen-E-Mail (Adresse steht als Blindkopie drin und kann von niemand anderem gesehen werden.) erhält, kann diesen NEWSLETTER mit einem E-Mail an folgende Adresse: „turnblaettla(at)tsvhimmelkron.de“ mit dem Betreff:
„NEWSLETTER-ABO TURN-Blättla“ bestellen.

Das TURN-und SportBlättla ist völlig kostenlos und kann genauso einfach abbestellt werden:
Gleiche E-Mailadresse + Betreff:
„KEIN ABO TURN-Blättla“.
Das TURN-und SportBlättla wird von uns über Massen-E-Mail veröffentlicht. (Niemand anderes kann eure E-Mailadresse sehen!)
Enthält einen Link zum Dowloadbereich unserer Website.

Wie komme ich an eine Festschrift?

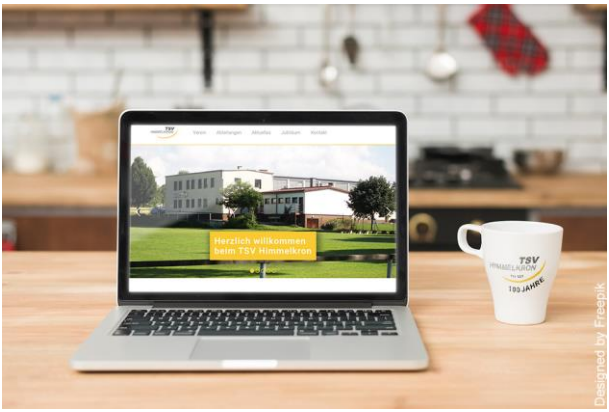


Bei Roland Hofmann (09227 / 4446 gerne auf den Anrufbeantworter sprechen)
könnt ihr eine Abholung ausmachen.

Aktuell liegen auch in der Turnhalle welche aus. Auch bei Tennis und Frauenfußball sind die Festschriften verfügbar.

NEU: Ab sofort liegen die Festschriften auch in der Gemeindeverwaltung und im Bücherschrank am Grampphaus aus.

Schon unsere Website besucht?

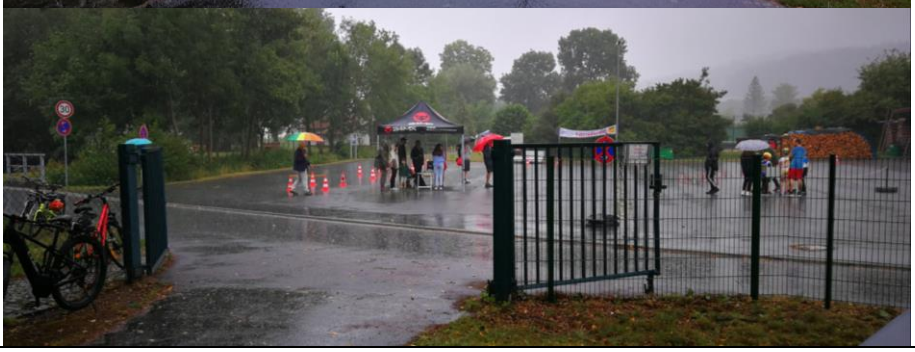


www.tsvhimmelkron.de

Schülerolympiade 2023

Die schnell wechselnde Wetterlage sorgte mit Starkregen kurz nach dem Beginn der Wettspiele, für einen Abbruch der Schülerolympiade. Erstmalig seit über 40 Jahren konnte die Schülerolympiade nicht bis zum Ende durchgeführt werden. Das Team um Erwin Tischer und Bernd Völkel hatte gar keine andere Chance. Einen Ersatztermin wird es aus Termingründen leider nicht geben.

Freuen wir uns auf die Schülerolympiade 2024 und wünschen uns dafür besseres Wetter.

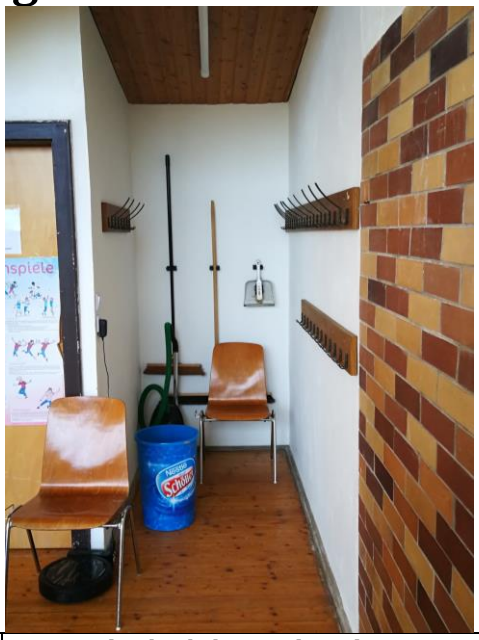


Bei der 50 Jahre dm Geburtstags-Spendenaktion hat die dm-Filiale Himmelkron mit 600 € das Tierheim Kulmbach und mit 400 € das Kinderturnen beim TSV Himmelkron unterstützt. Es konnte in der Himmelkroner Filiale zwischen beiden „Projekten“ abgestimmt werden.
Das Ergebnis der Abstimmung war sehr knapp.
Vielen Dank an unsere Stimmengeber und wir bedanken uns recht herzlich auch bei der Himmelkroner dm-Filiale für die Nominierung zu dieser Spendenaktion und natürlich für die wertvolle Spende.

Bild:
Links: TSV-Vorsitzende Carmen Back, Turnabteilungsleiter Roland Hofmann.
Mitte: Frau Küfner, Filialleiterin dm Himmelkron und rechts: die Vertreter vom Tierheim Kulmbach.

Nachlese Renovierung

Die Nebentüre der Turnhalle (Auf Höhe der Bühne) wurde erneuert.



Die Garderobenhaken sind wieder Einsatzbereit.

Zum 75. Geburtstag von Falk Joosten überbrachte Bürgermeister Schneider die Glückwünsche der Gemeinde. Auch Carmen Back gratulierte dem Jubilar und bedankte sich für die langjährige Mitarbeit bei der Geschäftsführung des TSV Himmelkron sowie bei vielen Baumaßnahmen der vergangenen Jahre, bei denen er den Verein immer unterstützt hat.

Nachdem die VR-Bank ihre Geschäftsstelle in Himmelkron geschlossen hat liegt das

Turn- und SportBlättla im Bücherschrank vorm Grampphaus

zur Mitnahme bereit.

Vielen Dank an das Büchereiteam für diese Möglichkeit.

AuF leben
AKTIV UND FIT

Seniorenpolitik in Himmelkron:
Die Kommune und ihre Senioren - ein Zwischenbericht

Das Gemeinde-Mitteilungsblatt Himmelkron hat eine neue Rubrik: "Unsere Seniorenseite". Die Seniorenbeauftragten der Kommune, Peter Aßmann und Hans Matussek, möchten damit die älteren Bürgerinnen und Bürger dabei unterstützen, aktiv am sozialen und kulturellen Leben teilnehmen zu können. Auch im höheren und hohen Alter selbstbestimmt leben und an der Gesellschaft teilhaben - das wünschen sich die meisten Menschen. Sie dabei zu unterstützen, ist zentrales Ziel der Seniorenpolitik auch des Himmelkroner Gemeinderats.

Nach einer Umfrage 2007 beschloss der Gemeinderat, einen Fahrdienst für Senioren einzuführen. Seitdem gibt es diesen Service, zunächst an zwei Terminen pro Woche durch ein Taxiunternehmen, nach einer Flaute sodann zweiwöchentlich als Bürgerbus durch die damalige Seniorenbeauftragte der Gemeinde, Heide Bächer. Die beiden aktuellen Seniorenbeauftragten bieten inzwischen den Service der Einkaufsfahrten mit dem Bürgerbus wöchentlich nach einem Fahrplan auch mit telefonischer Anmeldung an. Bei Bedarf wird sogar ein Haus-zu-Haus-Service angeboten.

"Himmelkron hat sich mit dem Fahrdienst für das Wohl der älteren Mitmenschen eingesetzt und führt dieses Projekt nun schon seit mehreren Jahren durch. Auch in anderen Gemeinden ist es an der Zeit, sich Gedanken darüber zu machen, wie sie durch verschiedene Angebote den Alltag für Senioren erleichtern können", meldet die Website des Landkreises Kulmbach (https://www.landkreis-kulmbach.de/familie-bildung-soziales/senioren/best-practice-beispiele-im-landkreis-kulmbach)

Und noch eine Idee gefällt der älteren Bürgerschaft in der Gemeinde: fünf "Mitfahrbänke" im Oberfranken-Design, die mit Unterstützung des "Demografie-Kompetenzzentrums Oberfranken" aufgestellt und angeboten werden. Inzwischen stehen in Oberfranken mehr als 200 Exemplare davon - Hauptproduzent der Bänke ist die Himmelkroner Diakoneo.

Neben dem Bürgerbus organisierte Seniorenbeauftragte H. Bächer in Himmelkron auch andere Freizeitangebote für Senioren, z. B. die "Heitere Runde der Ü70" und Seniorennachmittage. Zwischenzeitlich wurden solche geselligen Angebote von Gruppierungen und Vereinen im Gemeindegebiet fortgeführt. Hieran beteiligen sich die beiden VdK-Ortsverbände Himmelkron-Gössenreuth (Vorsitzender Walter Hermann) und Lanzendorf (Vorsitzende Elsbeth Kreutzer), die fest im Alltagsgeschehen verankert sind und starke Betreuungsfunktionen, insbesondere für ihre Mitglieder, leisten. Ausgeprägte Seniorinnen- und Seniorenarbeit leisten auch die beiden Diakonievereine der Gemeinde

z. B. durch Beratungs- und Bildungsangebote, Kaffeenachmittage der kirchlichen Seniorenkreise, Tagesfahrten und einen Besuchsdienst bei Geburtstagen. Der Diakonieverein Lanzendorf zählt gegenwärtig 109 Mitglieder (Vorsitzende Pfarrerin Almut Weisensee, stv. Vors. Waltraud Aßmann), der Kindergarten- und Diakonieverein Himmelkron 105 Mitglieder (Vorsitzender Pfarrer Michael Krug, stv. Vors. Carmen Back).

Flankierende Angebote auf unterschiedlichen Gebieten leisten auch die beiden Sportvereine der Gemeinde, der SV Lanzendorf und der TSV Himmelkron von 1921. Ältere Menschen haben in Himmelkron also viele Möglichkeiten, Gemeinschaft zu erleben und aktiv zu bleiben.

In diesem Jahr nun nahm die Seniorenpolitik der Gemeinde neuen Schwung auf. Dazu nutzte der Gemeinderat die Möglichkeiten der landkreisübergreifenden Gemeinschaft zur Integrierten Ländlichen Entwicklung „Fränkisches Markgrafen- und Bischofsland“. Mit Mitteln aus deren Fördertöpfen wurde auf dem ehemaligen Bahnhofsgelände von Himmelkron ein Mehrgenerationenspielplatz am Mainbrückenradweg einstimmig beschlossen und zwischenzeitlich verwirklicht. Die Anlage verfolgt die Idee, von mehreren Generationen, Jung wie Alt, genutzt werden zu können. Dazu sind hier Gerätschaften aufgestellt, die nicht nur für Kinder gedacht sind, sondern auch für ältere Menschen und Menschen mit Behinderung.-Die zweite Bauphase nach der bereits dort erstellten, großzügig dimensionierten BMX- und Skateboard-Anlage ist bereits abgeschlossen mit der Installation von vier Outdoor-Fitnessgeräten und einer Basketball-/ Soccer-Kombination.

Beispielbild

Beim Monatstreffen des VdK-Ortsverbands Himmelkron im Juni 2023 auf dieser Freizeitanlage bekamen dessen Mitglieder und Besucher, "ein bunt gemischtes Publikum aus mehreren Generationen", die Möglichkeit, die neuen Outdoor-Fitnessgeräte auszuprobieren. Ihr Fazit: "Eine wunderbare Gelegenheit, gemeinsam aktiv zu werden und Spaß an der Bewegung im Freien zu genießen".

Was jetzt noch fehlt, sind Aktivierung und nachhaltige Nutzung dieses Bewegungsparcours. Noch gibt es keine „Fangemeinschaft“ dafür, damit diese Anlage zu einem belebten Ort der Bewegung und Kommunikation zwischen den Generationen werden kann. Die kürzlich gestartete Initiative "AuFleben" - mit dem Ziel, im Alter Aktiv und Fit leben - und die Netzwerkpartner des TSV Himmelkron aus und mit der Gemeinde Himmelkron haben dazu schon Pläne. Der Mehrgenerationenspielplatz kann dazu beitragen, die Bewegung neu für sich entdecken - in jedem Alter!

AuF leben AKTIV UND FIT

TSV HIMMELKRON

In Schwung bleiben!

Bewegungsangebot für alle ab 60 Jahren

AuF leben in Himmelkron

Aktionstag „In Schwung bleiben!“ mit Informationen, Übungen und natürlich Kaffee und Kuchen.

Wann: **Samstag, 14.10.2023**

Wo: **Begegnungsstätte Himmelkron**

Start: **14:00 Uhr**

Für die Teilnehmenden steht ein Hol- und Bringservice zur Verfügung.

Kommen Sie vorbei und machen Sie mit!
Das Angebot ist kostenfrei. Keine Anmeldung erforderlich.

Bei Fragen wenden Sie sich gerne an:

TSV Himmelkron (Verein)	**Gemeinde Himmelkron** (Kommune)
Carmen Back (Ansprechperson)	**Peter Assmann** (Ansprechperson)
back@tsvhimmelkron.de (E-Mail)	**asswa@gmx.de** (E-Mail)
0176 70712194 (Mobil)	**0162 1965315** (Mobil)

Weitere Informationen zum Projekt *AuF* leben finden Sie auch unter:
www.dtb.de/aufleben

GKV-Bündnis für GESUNDHEIT

Gefördert mit Mitteln der gesetzlichen Krankenkassen nach § 20a SGB V.

BTV BAYERISCHER TURNVERBAND

Sonntagscafe in der Lindenallee

TSV HIMMELKRON 1921 E.V.
www.tsvhimmelkron.de

Tennisabteilung

20.Aug. 2023

14.00 - 17.00 Uhr

WIR

SPORT VEREINT UNS

Neues von der Vereinsführung:

Ab sofort haben Vorstandsitzungen des TSV Himmelkron auch einen öffentlichen Teil und dazu seid ihr recht herzlich eingeladen. Da könnt ihr euch vor Ort direkt informieren was so im Verein los ist und geplant wird.

Nächste Vorstandssitzung

Mittwoch, den 13.09.2023, 19.00 Uhr
in der Turnhallengaststätte

Sportstätten -Pflegeaktion

Liebe Freunde und Helfer des TSV, wir wollen am
09.09.2023, ab 9.00 Uhr
unsere Sportstätten auf Vordermann bringen

Folgende Arbeiten sind geplant:

- Heche / Sträucher an der Turnhalle schneiden
- Geschäftszimmer ausräumen und die neuen Regale einräumen
- Trainingsplatz, Löcher füllen / Ausmähen
- Gemeindeplatz, den Rasen im Torraum ausbessern
- Umkleidekabinen aufräumen
- Gaststätten auf Vordermann bringen

Wer uns an dem Tag unterstützen kann bitte bei Thomas Kreil melden:
kreil(at)tsvhimmelkron.de

Herzlich willkommen im Schwimmbadkiosk Himmelkron

Günter Walle und sein Team freuen sich auf Euren Besuch.

LOGISTIK GMBH
GOLLER

Industriestraße 8, 95502 Himmelkron

Tel. 0 92 27/94 40-0 • Fax 0 92 27/94 40-33

Spedition und Logistik
West- / Ost-Europa

flexibel • kundenorientiert • neutral
DIN ISO 9001:2008 cert.
SQAS assessed company

Das Sonntagscafe ist wieder geöffnet!

14.00 --17.00 Uhr

Die Vereine laden herzlich zu Kaffee, Kuchen und kühlen Getränken in die Baille-Maille-Allee ein !!

Der Erlös kommt dem jeweiligen Verein zugute

Sonntag, 20. August	**Tennisabteilung – TSV Himmelkron**
Sonntag, 27. August	VdK Himmelkron
Sonntag, 10. September	SPD Ortsverein Hi/La/Gö
Sonntag, 24. September	BZH
Sonntag, 01. Oktober	Bund Naturschutz

FRISEUR
hairline

Am Froschletten 8
95502 Himmelkron
Tel. 0 92 27 / 7 34 65

Öffnungszeiten:
Di, Mi, Fr 9 - 18.00 Uhr
Do 9 - 20.30 Uhr
Sa 7 - 12.00 Uhr

ACHTUNG ! HISTORISCHE BILDER

Liebe Sportfreunde, ich möchte Bilder aus vergangenen Tagen, Jahren und Jahrzehnten im Turn- und Sport-Blättla veröffentlichen. Auch wenn die Festschrift schon fertig ist, möchte ich weiterhin alte Bilder sammeln. Nun meine Bitte an Euch: **Wer hat Fotos** die besondere Ereignisse des TSV dokumentieren wie z.B. Aufstiege von Fußballmannschaften, Turnfeste, Bilder von der alten Turnhalle, Vereinsveranstaltungen, Baumaßahmen, besondere Ehrungen . . . .

Sehr interessant sind Fotos aus den 20er, 30er und 40er Jahren, die sehr wertvoll aber sicherlich auch sehr dünn gesät sind. Die Fotos bekommt ihr garantiert wieder, wenn ihr eure wertvollen Fotos nicht aus der Hand geben möchtet kann ich auch bei euch vorbeikommen um die Bilder zu digitalisieren (Auf den Computer kopieren.) oder wir vereinbaren einen Termin wo wir das gemeinsam bei mir machen können.

Wer kennt alte Geschichten über besondere Vorkommnisse oder einfach lustige Ereignisse beim TSV. Ich würde mich sehr freuen, wenn viele Bilder und Geschichten bei mir landen und ich einiges davon veröffentlichen kann.

Mit sportlichen Grüßen
Euer Roland Hofmann

Brotzeit bei Arbeiten in der Turnhalle:

4. von links Jahreis (Vater von Willi Jahreis, daneben Christian Opel (Bechert),4. von rechts Alfred Popp,
Es sind auch Maurer aus Marktschorgast dabei.

Männersache: Kraft und Ausdauer-orientiertes Ganzkörperprogramm für Männer 60+

Kannst du dir vorstellen eine Übungsstunde für Männer ab 60 zu leiten?
In Zusammenarbeit mit der Universität Bayreuth wurde ein Programm speziell für diese Altersgruppe entwickelt und getestet.
Es geht um funktionelle Kräftigungs- und Dehnübungen zur Steigerung der Kraft, Gleichgewichtsfähigkeit und Beweglichkeit.
Steigerung der Ausdauer durch teamorientierte Spielformen mit und ohne Ball. Spielregeln sind so gestaltet, dass Verletzungsgefahr bewusst vermieden wird.
Vermittlung von Strategien, um sich nachhaltig für Bewegung motivieren zu können.
In jedem Kurs sind auch Phasen der Ruhe und Entspannung enthalten.
Das bedeutet, der inhaltliche Aufbau des Programms steht uns zur Verfügung, wir brauchen nur noch dich, den sportlich Aktiven, der sich zutraut, eine Männersportgruppe mit ca. 15 Teilnehmern zu leiten.
Bei entsprechendem Interesse übernimmt der TSV Himmelkron auch Kosten für Aus- und Fortbildung. Unterstützung seitens des Vereins ist jederzeit gegeben.
Neugierig? Interesse?
Dann melde dich einfach bei unserer
Vorsitzenden Carmen Back (back(at)tsvhimmelkron.de) oder unserem
Turn-Abteilungsleiter Roland Hofmann (r.hofmann(at)tsvhimmelkron.de).

SÄGEWERK
Wolfgang Engelhardt
STREITMÜHLE 1
95502 HIMMELKRON
WOLFGANG ENGELHARDT
SÄGEWERKSMEISTER
FON 0 92 27 / 97 37 40
Bauholz · Lohnschnitt · Blockware

In tiefer Trauer nehmen wir Abschied von unserem treuen

Mitglied

Waltraud Gumtow

Für ihr Wirken gebührt ihr unser Respekt und vor allem unser Dank.
Wir werden Waltraud stets ein ehrendes Gedenken bewahren.
Unser Mitgefühl gilt den Angehörigen der Verstorbenen.

TSV Himmelkron
Die Vorstandschaft und seine Mitglieder

Richtig Radfahren ist Einstellungssache!
Ist Ihr Rad fit für Ihren Körper?
Passt mein Rad überhaupt? Sitze ich richtig?
Warum habe ich ständig Sitzprobleme?
Warum schlafen mir die Hände ein?
Usw. usw…
Ich habe die Antwort!
Der Ergonomieberater: Lenker und Sitzposition richtig einstellen.
Mit dem Ergonomie - Check ab 49,99 Euro, erhalten Sie eine Analyse und wertvolle Tipps zur Einstellung Ihres Rades.
Machen Sie einen Termin, ich freue mich auf Sie,
Ihr Jürgen Schulz, Bikefitter.
My Position! BIKEFITTING
Schulz Radsportshop
My Position! BIKEFITTING
Schulz Radsportshop
Laubenstraße 5 · 95339 Neuenmarkt
Telefon 0 92 27 47 41
info@myposition.biz · www.myposition.biz

Öffnungszeiten:
Montag
10.00 - 12.00 Uhr
16.00 - 18.00 Uhr
Donnerstag
10.00 - 12.00 Uhr
16.00 - 19.00 Uhr
DruckStüberl
Druckideen - Layoutideen - Bastelideen
Schulwaren - Schreibwaren
und nach telefonischer Vereinbarung
Matthias + Silke Busse
Edellaitsch 4
95502 Himmelkron OT Lanzendorf
Tel: (0 92 73) 9 66 99 75
druckstueberl@t-online.de
www.druckstüberl.de

ÜBUNGSSTUNDEN TURNEN:

ACHTUNG ! Die Teilnehmerzahl in den Übungsstunden ist begrenzt! Deshalb kann nur mit vorheriger Anmeldung und einer Teilnahmebestätigung des Vereins an den Übungsstunden teilgenommen werden. - Wir bitten dafür um euer Verständnis.
Bei den Erwachsenengruppen wird das über den üblichen Informationsaustausch geregelt.

Kleinkinderturnen 2 ½ – 6 Jahre	Dienstag	17.00-18.00 Uhr
Kleinkinderturnen 2 ½ – 6 Jahre	Mittwoch	16.45-17.45 Uhr
Turnen für Mädchen ab Vorschulalter	Dienstag	18.15-19.15 Uhr
Turnen für Mädchen Neigungsriege ab 6 J.	Freitag	18.00-19.30 Uhr
Turnen für Jungs ab 6 Jahre	Montag	17.00-18.00 Uhr
Turnen für größere Jungs	Montag	18.15-19.30 Uhr
Frauen-Gymnastik	Dienstag	10.00-11.00 Uhr
Frauen-Gymnastik	Dienstag	20.00-21.00 Uhr
Männer-Sport: Basketball/Volleyball ohne Wettkampfbetrieb, ab ca. 16 Jahren	Montag	20.00-21.45 Uhr

Weitere Infos zur Turnabteilung:

E-Mail: **r.hofmann(at)tsvhimmelkron.de**
Facebook: **www.facebook.com/HIMMELKRON.TURNEN/**
Weitere Infos zum Verein: **www.tsvhimmelkron.de**

In den Schulferien finden keine Kinderturnstunden statt !

FERIEN ! – ACHTUNG ! – FERIEN !

Während der Schulferien finden keine Kinderübungsstunden statt!

FERIEN ! – ACHTUNG ! – FERIEN !

Geplante Termine der Turnabteilung:

12.09.2023	Start der Kinderturnstunden nach den Ferien
16.09.2023	Familienwanderung
2025	Deutsches Turnfest in Leipzig

Funktional Training

Krafttraining ohne Geräte

Wie bekomme ich maximale Fitness oder auch maximale Kraft? Womit kann ich alle meine Muskeln am ganzen Körper trainieren?
Krafttraining mit dem eigenen Körpergewicht. Es baut eine Übung auf der anderen auf und hat einen bestimmten Muskel oder eine Muskelgruppe zum Ziel, so werden ausgewogen alle Muskelgruppen trainiert. Die Kombination der Übungen macht den Unterschied!
Von jeder Übung gibt es mehrere Varianten, so dass sowohl Anfänger als auch Fortgeschrittene die passende Intensität der Übung wählen können und auch der Neueinstig jederzeit möglich ist.
Eine Einheit dauert ca. 1 Stunde einschließlich ausführlicher Dehnübungen am Ende der Stunde. Alles was Sie brauchen, ist eine kleine Gymnastikmatte und Lust am Ausprobieren.
Wir wünschen Ihnen beim Ausprobieren viel Spaß!

ACHTUNG !

Anmeldung erforderlich!

Auch für Neueinsteiger!

(mindestens 10 Einheiten)
ab Donnerstag, 14.09.2023 in der **TSV Turnhalle**
Auch der Einstieg in den laufenden Kurs ist möglich!

Kurs 1: 18.00 Uhr – 19.00 Uhr Roland Hofmann
- noch Plätze frei

Kurs 2: 19.30 Uhr – 20.30 Uhr Naomi Fallert
- **keine** Plätze mehr frei!

Kursgebühren:

Für Mitglieder des TSV Himmelkron:	35,- €
Für Nichtmitglieder:	50,- €

Kursgebühren bitte in der 1.Übungsstunde entrichten.

Übungs- / Kursleiterin

Naomi Fallert

Ich studiere an der UNI Bayreuth Gymnasiallehramt für die Fächer Geographie, Englisch und Sport. Sportlich gesehen komme ich in meinem Studium mit vielen unterschiedlichen Sportarten auf meine Kosten, bewege mich aber in meiner Freizeit zusätzlich auch gerne. Am liebsten bin ich in den Bergen beim Wandern und Skifahren.
In Bayreuth leite ich seit drei Semestern den MaxxF Kurs an der Uni und gehe ansonsten gerne joggen oder schwimmen. Ich freue mich auf unseren Kurs!

Anmeldung bei:
Roland Hofmann
Maintalstr. 17
95502 Himmelkron

per E-Mail:
r.hofmann(at)tsvhimmelkron.de

Fitnesskurse:

Neue / Laufende Kurse:

- **Functional-Training**
  Neue Kurse ab 14.09.2023

  Immer donnerstags:
  18.00 – 19.00 Uhr – Roland Hofmann noch Plätze frei!
  19.30 – 20.30 Uhr – Naomi Fallert keine Plätze mehr frei!

Information bei:
Carmen Back, stellv. Vorsitzende TSV Himmelkron, Brandenburgerstr. 3, 95502 Himmelkron, Email: back(at)tsvhimmelkron.de

Kinderturnen 2022:

Keine Plätze mehr frei !

- Kleinkinderturnen: 2 Gruppen Dienstag / M
  uell keine freien Plätze
- Mädchenturnen am Dienstag:
  bt aktuell keine freien Plätze
- Mädchenturnen am Freita
  – es gibt aktuell keine freien Plätze
- Jungsturnen: 2 Grupp
  er gesplittet, findet jede Woche statt
- **In allen Gruppen ist eine Anmeldung erforderlich!!!**

Roland Hofmann
Abteilungsleitung Turnen

Kinderturnen

Persönlichkeitsentwicklung durch Kinderturnen

Kinderturnen steht aber auch für qualitativ hochwertige Bewegungsangebote zur motorischen Grundlagenausbildung. Auf der Basis von Fähigkeits- und Fertigkeitsvermittlung legt Kinderturnen den **Grundstein** für die Ausübung **aller Sportarten** und fördert die Motivation für ein lebenslanges Sporttreiben.

Kinderturnen ist sozusagen die Kinderstube des Sports!

Ferienprogramm in der TSV-Turnhalle

Das Bild zeigt einige Kinder beim Seilspringen und beim Jonglieren mit Tüchern.

ZANNER
FAHRZEUGBAU GMBH

Du suchst einen Ausbildungsplatz?

Arbeitest gerne handwerklich, bist technisch interessiert, hast Spaß an allem, was mit Fahrzeugen zu tun hat, und möchtest am liebsten ortsnah arbeiten?

Dann bist Du bei uns genau richtig! Wir bilden aus zum

- *Karosserie- und Fahrzeugbaumechaniker (m/w/d)*
  mit Schwerpunkt Fahrzeugbau-Technik
- *Fahrzeuglackierer (m/w/d)*

Starte jetzt durch und bewirb Dich bei uns:
Industriestraße 2, 95502 Himmelkron, Email: info@zanner.de, Tel.: 09227 94290

Ein sympathisches Team freut sich auf Dich!

www.zanner.de

Ein Unternehmen der Bavaria Fahrzeugbau Gruppe

Familienwanderung der Turnabteilung

Samstag, 16.09.2023

Mitwandern kann jeder, der Lust dazu hat. Die Aufsichtspflicht für Minderjährige liegt bei den Personensorgeberechtigten, wir übernehmen keine Aufsichtspflicht.
Startpunkt ist im Limmersdorfer Forst der Eingang zum Walderlebnispfad, gegenüber der Waldhütte. Wir starten pünktlich um **13.00 Uhr**, Dauer ca. 3,5 Std., 10 km und 180 hm. Die Wanderung ist nicht für Kinderwagen geeignet und erfordert festes Schuhwerk.
Anmeldung erwünscht. r.hofmann(at)tsvhimmelkron.de

Die Wanderung beginnt und endet an der ehemaligen Markgräflichen Försterei „Waldhütte“, die um 1750 gegründet wurde und heute unter Denkmalschutz steht. Bereits im 19. Jahrhundert galt sie als beliebtes Ausflugsziel unter Bayreuther Bürgern. Nach umfangreichen Sanierungsarbeiten der Bayerischen Staatsforsten von 2013 bis 2016 wurde die Waldhütte neu verpachtet und heißt seit Mai 2016 die Waldbesucher des Limmersdorfer Forstes wieder willkommen. Insbesondere an heißen Sommertagen lädt der schöne, von hohen Bäumen umgebene Biergarten zum Ausruhen ein. Bodenständige, regionale Brotzeiten und süffiges Waldhüttenbier verwöhnen den Gast und verleihen Kraft nach ausgiebigen Wanderungen.
Das Ziel unserer Wanderung ist das 6,2 Hektar große Naturschutzgebiet Teufelsloch, dessen Ausweisung im Jahr 1941 den langfristigen Schutz der ökologischen und geologischen Besonderheiten dieser Rhätschlucht zum Zweck hatte. Hausgroße Steinblöcke, zerklüftete Felsspalten, seltene Moose, naturnahe Bachläufe versetzen den Besucher in Staunen. In der zweiten Hälfte des 19. Jahrhunderts wurde schließlich die zweibogige Sandsteinbrücke gebaut, welche die tiefe Teufelslochschlucht überspannt und die Zufahrt von Oberwaiz zur Waldhütte ermöglicht.

Treffpunkt ist hier, bei den beiden Damen (Bild oben)

Anfahrt - *Aus Richtung Himmelkron*
Nach Neudrossenfeld / Altdrossenfeld und überqueren die B85 in die Ortschaft Muckenreuth, fahren weiter geradeaus und erreichen die Waldeinfahrt zum Limmersdorfer Forst. Sie folgen der Forststraße geradeaus bis zur Gaststätte Waldhütte. Dort ist ein Wanderparkplatz.
Aus Richtung Bayreuth
Nach Donndorf / Eckersdorf, der B22 in Richtung Neustädtlein am Forst folgen, in Richtung Lahm abbiegen, in der Ortschaft Lahm halten Sie sich rechts und folgen der Beschilderung Waldhütte/Altenplos bis Sie die Waldhütte erreichen. Dort ist ein Wanderparkplatz.

Zwei neue Übungsleiterassistenten beim TSV Himmelkron Trainer Assistenten Ausbildung in Rödental / Coburg

Das zweite Wochenende begann am Samstag um 9 Uhr in der Halle. Am Vormittag war dann Erwärmen an der Reihe. Dort wurden uns sämtliche Übungen zum Aufwärmen vor dem Turnunterricht gezeigt. Außerdem machten wir dann noch theoretische sowie praktische Übungen am Minitrampolin, und wie man bei bestimmten Übungen richtig hält, sodass nichts passiert. Nach der einstündigen Mittagspause waren dann noch verschiedene Spiele und Übung spezifiziert auf das Turnen mit kleineren Kindern an der Reihe. Dort haben wir viele kleine und lustige Spiele für unsere Turnstunden kennengelernt. Gegen 16 Ihr war dann der vorletzte Tag auch schon vorbei.
Am Sonntag hatten wir am Vormittag noch das Turnen mit Ringen, Tauen und dem Trapez auf der Liste. Dort haben wir dann auch noch einen kleinen Parcouraufgebaut, wo alle Übungen gut verbaut waren.
Und dann war es auch schon fast soweit. Wir setzten uns noch einmal in einem Kreis zusammen und besprachen noch die Hausarbeit, die wir über die zwei Wochen erarbeiten sollten. Nachdem das geschafft war, bekamen wir auch schon Urkunden und unseren Trainerschein.
Es war ein tolles Erlebnis, man hat neue Freunde gefunden und die Übungsleiter waren alle sehr nett. Uns hat es sehr viel Spaß gemacht! ✍ Leopold Kees

20 frisch ausgebildete Übungsleiterassistenten

Herzlichen Glückwunsch an Tim Lauterbach und Leopold Kees. 👍

TSV - Vereinskleidung - Gebrauchtbörse

Da Kinder sehr schnell wachsen und es schade wäre die T-Shirts, Sweatshirts oder Trainingsanzüge in die Altkleidersammlung zu geben, möchte ich eine Börse für TSV-Kleidung anbieten.
Wenn Ihr gute und zu klein gewordene Vereinskleidung habt, gebt mir einfach Bescheid und ich veröffentliche Euer Angebot, Artikel, Größe und Preis, im Turn- und SportBlättla.
Interessenten können sich bei mir melden oder direkt bei Euch, wie ihr das möchtet. Ich vermittle nur die Klamotten!
Wer Interesse an einem angebotenen Artikel hat, meldet sich entweder bei mir oder wenn Kontaktdaten beim Artikel stehen, dann dort.
Meine Kontaktdaten:
Roland Hofmann, Tel. 09227/4446; Mail: r.hofmann(at)tsvhimmelkron.de

Bild	Artikel	Größe	Preis
Vorne und hinten gr/sw	T-Shirt – TURNEN	164	**5,00 €**
Vorne und hinten gr/ws	T-Shirt – TURNEN	L	**5,00 €**
Vorne und hinten gr/sw	Sweat grün – TURNEN	164	**8,00 €**
TSV-Logo vorne rot/ws	Trainingsjacke TSV (SK)	140	**5,00 €**
TSV-Wappen vorne	Karateanzug weiß	140 cm	**7,00 €**

Gasthof Hotel Opel Himmelkron

Gutbürgerliche Küche – Moderne Fremdenzimmer – Sonnenterrasse
Großer LKW- / Bus-Parkplatz

Lindig 2 – 95502 Himmelkron Tel. 09227 / 5143 – Fax. 09227 / 73242

Trainingszeiten für Shotokan-Karate in der TSV-Turnhalle Himmelkron:

Karate Anfänger und Unterstufe 6-14 Jahre	Freitag	16.00-17.00 Uhr
Karate Oberstufe	Freitag	17.00-18.00 Uhr

⇨ Trainerin: Simone Linser

WIR SIND ONLINE!

KORTMANN
IMMOBILIEN

09227 / 95 197 - 04 oder - 05
0175 / 16 06 059
info@kortmann-immobilien.bayern
Lindig 22, 95502 Himmelkron

Wir suchen: Einfamilien-, Reihen- und Mehrfamilienhäuser, Eigentumswohnungen, Grundstücke oder Gewerbeimmobilien. Vermietungen und Verpachtungen.

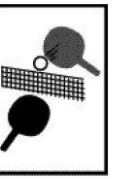
Wir begleiten Sie diskret vom Angebot bis zur Objektübergabe.

Mitglied im ivd

Michael Kortmann, geprüfter Immobilienmakler und Industriekaufmann (**IHK zertifiziert**) und **Mitglied im Immobilienverband Deutschland IVD**. Seit 1982 im Bereich Privat-, Objekt- und Gewerbebau überregional und international tätig. **Ab 1984 in Himmelkron ortsansässig.**

Aktuelle Angebote jetzt unter: www.kortmann-immobilien.bayern

TSV HIMMELKRON 1921 E.V.
www.tsvhimmelkron.de



Tischtennis

Haben Sie früher einmal Tischtennis im Verein gespielt und dann damit aufgehört?

Spielen Sie immer wieder mal hobbymäßig Tischtennis, wenn sich die Gelegenheit ergibt?

Dann sind Sie bei uns genau richtig! Wir haben für diese Zielgruppe ein regelmäßiges Angebot geschaffen und bieten dazu die Möglichkeit wieder einmal an die Platte zu können und Gleichgesinnte zu finden, mit denen Sie spielen möchten.

Aufgrund der hohen Temperaturen ist ab sofort Sommerpause!
Wir starten am 14.Sept. wieder

in unserer TSV-Turnhalle.

Wir stellen mehrere Platten auf. Es wäre schön, wenn Sie Ihren Schläger und Bälle mitbringen, falls vorhanden. Ansonsten halten wir auch einige Leihschläger vor.

WIR
SPORT VEREINT UNS

TENNIS

Aktuelle Ergebnisse unter:
www.btv.de

TSV HIMMELKRON Tennisabteilung
e.i.tischer@t-online.de

TERMINE TENNIS:

20.08.2023	AlleeCafe – Tennisabteilung TSV
23.09.2023	Tennis-Schleifchenturnier

Spielbetrieb Nordbayern - Sommer 2023

Dunlop Midcourt U10 Nordliga 2 Gr. 541

RANG	*VEREIN*	*BEG*	*PKT*	*MP*	*SÄTZE*
1	TA Eckersdorf	6	11:1	28:8	57:20
2	TC Lerchenbühl Bayreuth	6	10:2	28:8	57:20
3	TSV Bindlach	6	8:4	24:12	52:32
4	TC Hof	6	6:6	20:16	45:36
5	TC Weiß-Blau Thurnau	6	4:8	14:22	30:50
6	TC Rot-Weiß Bayreuth	6	3:9	8:28	20:57
7	TSV Himmelkron	6	0:12	5:31	15:63

Datum	*HEIM*	*MP*	*SÄ*	*SP*	*GAST*
So. 07.05.23	TC Lerchenbühl Bayreuth	6:0	12:1	45:15	TSV Himmelkron
So. 21.05.23	TSV Himmelkron	1:5	4:10	24:40	TC Hof
So. 11.06.23	TC Weiß-Blau Thunau	4:2	8:5	35:28	TSV Himmelkron
So. 25.06.23	TSV Bindlach	6:0	12:1	49:19	TSV Himmelkron
So. 02.07.23	TSV Himmelkron	0:6	0:12	8:49	TA Eckersdorf
Sa. 15.07.23	TSV Himmelkron	2:4	4:9	23:42	TC Rot-Weiß Bayreuth

Bambini 12 Nordliga 3 Gr. 489

RANG	*VEREIN*	*BEG*	*PKT*	*MP*	*SÄTZE*
1	TC Kasendorf	6	11:1	31:5	64:13
2	TA Eckersdorf	6	10:2	26:10	57:21
3	TSV Himmelkron	6	8:4	22:14	45:32
4	TC Lerchenbühl Bayreuth II	6	6:6	20:16	44:35
5	TC Münchberg	6	4:8	14:22	30:46
6	TC Engelmannsreuth	6	2:10	8:28	18:58
7	TC Tirschenreuth	6	1:11	5:31	12:65

Datum	*HEIM*	*MP*	*SÄ*	*SP*	*GAST*
Sa. 06.05.23	TC Lerchenbühl Bth II	2:4	5:8	42:59	TSV Himmelkron
Sa. 13.05.23	TC Münchberg	3:3	6:6	45:50	TSV Himmelkron
Sa. 24.06.23	TSV Himmelkron	1:5	2:11	23:69	TA Eckersdorf
Sa. 01.07.23	TC Kasendorf	3:3	7:6	53:47	TSV Himmelkron
Sa. 08.07.23	TSV Himmelkron	5:1	11:2	70:13	TC Tirschenreuth
Sa. 22.07.23	TSV Himmelkron	6:0	12:1	70:24	TC Engelmannsreuth

Juniorinnen 18 Nordliga 3 Gr. 436

RANG	*VEREIN*	*BEG*	*PKT*	*MP*	*SÄTZE*
1	TV Wallenfels	6	11:1	30:6	60:16
2	TeG Steinwald-Fichtelgebirge	6	10:2	29:7	59:15
3	TC Münchberg	6	7:5	21:15	44:30
4	SC Sylvia Ebersdorf	6	5:7	17:19	37:42
5	SV Neusorg	6	5:7	12:24	28:52
6	TSV Himmelkron	6	4:8	16:20	35:42
7	PosT-SV Bayreuth	6	0:12	1:35	5:71

Datum	*HEIM*	*MP*	*SÄ*	*SP*	*GAST*
06.05.2023	TSV Himmelkron	3:3	7:6	48:41	TV Wallenfels
13.05.2023	TC Münchberg	4:2	9:4	68:46	TV Wallenfels
17.06.2023	TSV Himmelkron	0:6	1:12	27:70	Steinwald-Fichtelgeb.
24.06.2023	TSV Himmelkron	3:3	7:6	57:51	SC Sylvia Ebersdorf
01.07.2023	PosT-SV Bayreuth	0:6	0:12	15:72	TSV Himmelkron
15.07.2023	SV Neusorg	4:2	9:4	61:43	TSV Himmelkron

Herren Nordliga 5 (4er) Gr. 066

RANG	VEREIN	BEG	PKT	MP	SÄTZE
1	TeG Rennsteig	5	10:0	26:4	52:12
2	TC Hof III	5	6:4	17:13	37:31
3	TC Rot-Weiß Gefrees	5	5:5	15:15	33:30
4	TC Kronach	5	5:5	14:16	33:34
5	TSV Himmelkron	5	4:6	15:15	31:34
6	TC Drossenfeld	5	0:10	3:27	9:54

Datum	HEIM	MP	SÄ	SP	GAST
11.06.2023	TSV Himmelkron	1:5	3:10	29:61	TeG Rennsteig
18.06.2023	TSV Himmelkron	6:0	12:0	72:7	TC Drossenfeld
25.06.2023	TC Hof III	3:3	7:6	58:48	TSV Himmelkron
09.07.2023	TSV Himmelkron	2:4	4:8	38:60	TC Rot-Weiß Gefrees
16.07.2023	TC Kronach	3:3	9:6	64:48	TSV Himmelkron

Schreinerei JAHREIS Lanzendorf

Inh. Reinhard Jahreis, Badgasse 2, 95502 Himmelkron

Tel. 09273 / 7043
Fax 09273 / 5634

- **Holz- und Kunststofffenster**
- **Türen** • **Holztreppen** • **Wintergärten**
- **Küchen** • **Möbel . . .**

eigene Fertigung – fachkundige Beratung
Montage von Fertigelementen - Reparaturen

TSV HIMMELKRON 1921 E.V.

www.tsvhimmelkron.de

Tennis -Schnupperturnier

Am Samstag, 23. September 2023 – ab 10°° Uhr
an den Tennisplätzen des TSV Himmelkron

Alle Tennis-Interessierte jeglicher Spielstärke
(Jugendliche ab 10 Jahre und Erwachsene jeden Alters)
sind herzlich eingeladen.

Anmeldungen bis 15. September 2023 erbeten bei
Erwin Tischer (09227 / 4998)
Friedemann Schinköthe (0151 / 62959964)
Carolin Huber (0170 / 5883388)

DAMEN – TSV Himmelkron

Abteilungsleiterin: Lisa Münch
Trainer: Siegfried Maisel
facebook: TSV Himmelkron Damenfußball
Training:
Dienstag bzw. Mittwoch ab 19.00 Uhr in Himmelkron,
Freitag ab 19.00 Uhr in Münchberg

Frauen – Bezirksliga (Oberfranken)

SG FC Eintracht Münchberg / TSV Himmelkron

So 23.07.23	TEST	FC Pegnitz	-	**SG Müb / Himmelkron**	4 : 0
So 30.07.23	TEST	**SG Müb / Himmelkron**	-	SV Würgau	4 : 2
So 20.08.23	TEST	Weidenb/Bth.St.Johannis		**SG Müb / Himmelkron**	:

So 06.08.23	POKAL	**SG Müb / Himmelkron**	-	SV Bav. Waischenfeld	2 : 1
So 13.08.23	POKAL	**SG Müb / Himmelkron**	-	1.FC Michelau	2 : 3

Vorrunde: (Heimspiele finden in Münchberg statt)

So 27.08.23	10:00	FC Eintr. Bayreuth	-	**SG Müb / Himmelkron**	
S 03.09.23	11:00	**SG Müb / Himmelkron**	-	TSV Plankenfels	:
Sa 09.09.23	16:00	Döbra / Konradsreuth	-	**SG Müb / Himmelkron**	:
So 17.09.23	11:00	**SG Müb / Himmelkron**	-	TSV 08 Kulmbach	:
So 24.09.23	13:00	SV Fort. Untersteinach	-	**SG Müb / Himmelkron**	:
So 01.10.23	11:00	**SG Müb / Himmelkron**	-	SCW Obermain	:
So 15.10.23	10:30	Fichtelberg / Kulmain	-	**SG Müb / Himmelkron**	:
Sa 21.10.23	14:00	SSV Kirchenpingarten	-	**SG Müb / Himmelkron**	:
So 29.10.23	11:00	**SG Müb / Himmelkron**	-	SpVgg Oberkotzau	:

NORDIC-WALKING - Das sanfte Ganzkörpertraining.

Wir starten jeden Samstag und Dienstag ab der Schule Himmelkron:

- Zur Sommerzeit: Samstag um 15.30 Uhr

- Zur Winterzeit: Samstag um 14.00 Uhr

Neueinsteiger sind immer willkommen!

Die Vorteile im Überblick:

- Die Nordic Walking-Technik kann ganz einfach erlernt werden.
- Nordic Walking ist ein günstiger Sport:
  Um ihn auszuüben, brauchen Sie als Spezialausrüstung lediglich Walkingstöcke und geeignetes Schuhwerk.
- Beim Nordic Walking wird der gesamte Körper sanft gekräftigt.
- Muskelverspannungen lösen sich, Schmerzen im Nacken- und Schulterbereich können gelindert werden.
- Beim Nordic Walking verbrauchen Sie jede Menge Kalorien. Auch ein niedriges Schritttempo hat bereits einen trainierenden Effekt.
- Gelenke und Wirbelsäule werden durch die Stöcke wirksam entlastet.
- Die Stöcke geben Halt auf rutschigem Gelände.
- Die Verletzungsgefahr beim Nordic Walking ist sehr gering.

Ist das nicht auch etwas für Sie? Wenn Sie Fragen zur Ausrüstung haben, oder näheres über Nordic Walking wissen möchten,

wenden Sie sich einfach an Kurt Schoberth, Tel. 09227/5145

DANKESCHÖN

Wir bedanken uns herzlich bei allen Firmen und Personen für Ihre Spenden und Ihre Unterstützung.

Weiterhin danken wir:

- allen Mitgliedern und Gönnern unseres Vereins,
- allen ehrenamtlichen Helferinnen und Helfern,
- allen Mitarbeiten unseres Vereins,
- allen, die Berichte für unser Blättla schreiben,
- allen, die uns finanziell oder mit Sachspenden unterstützen,
- allen, die in unserem Turn- und SportBlättla inserieren,
- und all den Menschen, die ebenfalls Gutes tun und unerwähnt bleiben (und bleiben möchten).

DANKE – DANKE – DANKE – DANKE – DANKE – DANKE – DANKE – DANKE - DANKE

Turn- und SportBlättla

Anregungen, Verbesserungen und sonstige Ideen könnt ihr per E-Mail an die Redaktion schicken: turnblaettla(at)tsvhimmelkron.de

Das Turn- und SportBlättla erscheint einmal im Monat.

Sportliche Grüße

Roland Hofmann

Herbert Ruckdeschel
Elektro & Service
Lanzendorf · Tel. 0 92 73 / 57 43 33

- Elektroinstallation
- Sicherheitsanlagen
- Elektrogeräte
- Steuerungsbau
- Reparaturen

Lindenstr. 12 · Fax 57 43 34