TURN- und SportBLÄTTLA

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

TSV Himmelkron von 1921 e.V. **Nr. 194**
November 2023

Unser langjähriger 3. Vorsitzender erfreute sich einer großen Gratulantenschar

Zum 75. Geburtstag von Klaus Smul überbrachte Bürgermeister Gerhard Schneider die Glückwünsche der Gemeinde. Carmen Back gratulierte dem Jubilar und unserem Ehrenmitglied, sie bedankte sich für die langjährige Mitarbeit in der Vorstandschaft des TSV Himmelkron sowie für die Unterstützung bei vielen Baumaßnahmen der vergangenen Jahre, bei welchen er den Verein immer tatkräftig unterstützt hat.

Terminvorschau:

21.11.2023	Sportabzeichenverleihung – Turnhallengaststätte 19.15 Uhr
09.12.2023	Christbaumverkauf der Altligaspieler 8-12 Uhr am Parkplatz im Bauhof in Himmelkron
04.02.2024	Kinderfasching der Turn- und Karatekinder
27.07.2024	Schülerolympiade
14.12.2023	*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.tsvhimmelkon.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 - Sparkasse Himmelkron
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.

In tiefer Trauer nehmen wir Abschied von unserem treuen

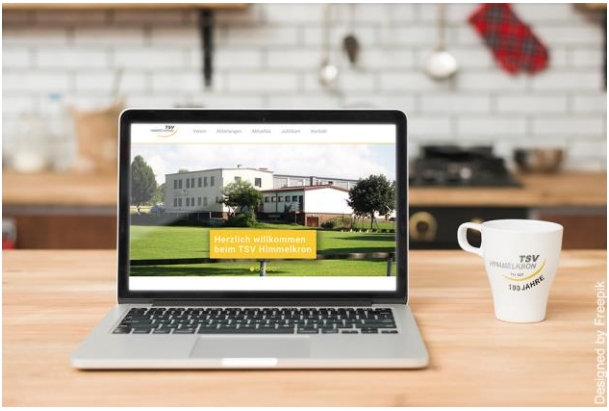
Mitglied

Gerhard Böhm

Für sein Wirken gebührt ihm unser Respekt und vor allem unser Dank.
Wir werden Gerhard Böhm stets ein ehrendes Gedenken bewahren.
Unser Mitgefühl gilt den Angehörigen des Verstorbenen.

TSV Himmelkron
Die Vorstandschaft und seine Mitglieder

Schon unsere Website besucht?



www.tsvhimmelkron.de

SÄGEWERK

Wolfgang Engelhardt

STREITMÜHLE 1
95502 HIMMELKRON

WOLFGANG ENGELHARDT
SÄGEWERKSMEISTER

FON 0 92 27 / 97 37 40

Bauholz · Lohnschnitt · Blockware

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

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

Wir brauchen einen Bauauschuss!

Liebe TSV-Familie,

wie Sie alle täglich sehen können, wenn Sie (oder Ihre Kinder) bei uns Sport treiben, sind unsere Gebäude in die Jahre gekommen und brauchen dringend eine Sanierung. In der Turnhalle ist der Parkettboden bereits an mehreren Stellen gebrochen und auch die Gebläse-Heizung wird nicht mehr lange durchhalten. Darüber hinaus gibt es noch marode Toiletten und andere Baustellen. Daher hat die Vorstandschaft beschlossen, einen Bauausschuss zu gründen, um Sie als Mitglieder in unsere Planungen mit einzubeziehen. Außerdem brauchen wir Ihre Expertise, wenn Sie z. B. im Handwerk oder in der Bau-, Elektro-, Haustechnik- Branche tätig oder Architekt sind. Es ist wirklich dringend nötig, dass wir etwas unternehmen, denn sonst droht die Schließung der Halle. Daher bitten wir Sie, melden Sie sich bei uns, wenn Sie mitplanen wollen, wir wollen noch in diesem Herbst starten. Keine Angst, Sie werden nicht zu Arbeitsstunden verpflichtet, selbstverständlich werden wir entsprechende Fachfirmen beauftragen.

Kontakt:

Carmen Back, back@tsvhimmelkron.de, Tel.: 0176 70712194

Daniel Hofmann, hofmann@tsvhimmelkron.de, Tel.: 0151 53003907

WIR

SPORT VEREINT UNS

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

WIR suchen dich

Platzwart (m/w/d)

Wir suchen ab 01.08.2023 als Ersatz in unserem Team einen ehrenamtlichen Platzwart zur Pflege und Erhaltung unseres Sportplatzes.
Zu den Aufgaben gehören sämtliche Unterhaltsarbeiten, die zur Platzpflege nötig sind. Gerne finanzieren wir auch eine entsprechende Fortbildung.

Haben wir dein Interesse geweckt? Dann kontaktiere uns. Über Arbeitsaufwand und Vergütung sprechen wir gerne persönlich.

TSV Himmelkorn e.V.
Streitmühlstraße 2, 95502 Himmelkron
info@tsvhimmelkron.de

WIR
SPORT VEREINT UNS

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 die Möglichkeit.

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

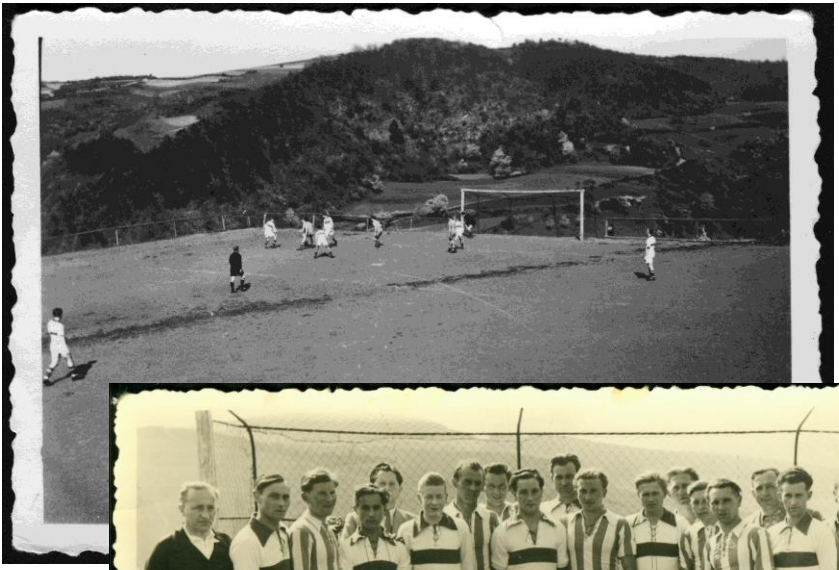
ACHTUNG ! HISTORISCHE BILDER

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



Das Spiel müsste Anfang der 50er stattgefunden haben.
Die Himmelkroner Fußballer haben die längsgestreiften Trikots an.

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 !

Nach dem 15.12.2023 finden keine Kinderturnstunden mehr statt.
Neustart in 2024 ist ab dem 08.01.2024

Geplante Termine der Turnabteilung:

21.11.2023 19.15 Uhr	Sportabzeichenverleihung in der Turnhallengaststätte
11.12. – 15.12.2023	Abschlusswoche der Turnkinder
04.02.2024	Kinderfasching der Turn- und Karatekinder
2025	Deutsches Turnfest in Leipzig

Fitnesskurse:

Neue / Laufende Kurse:

- **Functional-Training**
  Neuer Kurs ab 11. Januar 2024
  Aktuelle Kurse laufen seit 14.09.2023
  Einstieg in einen laufenden Kurs ist jederzeit möglich!

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

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

Kinderturnen 2023:

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

Keine Plätze mehr frei !

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!

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 rosa /ws	T-Shirt – TURNEN	140	**5,00 €**
Vorne und hinten orange /ws	T-Shirt – TURNEN	140	**5,00 €**
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

TISCHTENNIS

Haben Sie früher einmal Tischtennis im Verein gespielt
und 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 Tischtennis spielen können.

Wir treffen uns immer am **Donnerstag von 10.00 – 12.00 Uhr**
in unserer TSV-Turnhalle, Streitmühlstraße 2 in Himmelkron.

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

TENNIS

Aktuelle Ergebnisse unter:
www.btv.de

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

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

DAMEN – TSV Himmelkron

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

Frauen – Bezirksliga (Oberfranken)

SG FC Eintracht Münchberg / TSV Himmelkron

Pl.	Verein	Spiele	S	U	N	Torverh.	Tordiff.	Pkt.
1.	TSV Plankenfels	11	10	1	0	42:10	32	31
2.	FC Eintracht Bayreuth	10	8	1	1	39:13	26	25
3.	TSV Fichtelberg/SV Kulmain	11	2	4	2	27:13	14	19
4.	SCW Obermain	9	5	1	3	32:23	9	16
5.	SV Fortuna Untersteinach	11	5	1	5	19:31	-12	16
6.	SSV Kirchenpingarten	11	4	2	5	25:24	1	14
7.	**SG Müb / Himmelkron**	**10**	**3**	**3**	**4**	**29:22**	**7**	**12**
8.	SpVgg Oberkotzau	10	2	2	6	11:31	-20	8
9.	SpVgg Döbra/FC Konradsreuth	10	1	2	7	12:41	-29	5
10.	TSV 08 Kulmbach	11	0	1	10	10:38	-28	1

Vorrunde: (Heimspiele finden in Münchberg statt)

So 27.08.23		FC Eintr. Bayreuth	-	**SG Müb / Himmelkron**	5 : 3
S 03.09.23		**SG Müb / Himmelkron**	-	TSV Plankenfels	2 : 3
Sa 09.09.23		Döbra / Konradsreuth	-	**SG Müb / Himmelkron**	0 : 6
So 17.09.23		**SG Müb / Himmelkron**	-	TSV 08 Kulmbach	5 : 1
So 24.09.23		SV Fort. Untersteinach	-	**SG Müb / Himmelkron**	2 : 1
So 01.10.23		**SG Müb / Himmelkron**	-	SCW Obermain	6 : 2
So 15.10.23		Fichtelberg / Kulmain	-	**SG Müb / Himmelkron**	1 : 1
Sa 21.10.23		SSV Kirchenpingarten	-	**SG Müb / Himmelkron**	2 : 2

Rückrunde(Heimspiele finden in Himmelkron statt)

So 05.11.23		**SG Müb / Himmelkron**	-	FC Eintr. Bayreuth	1 : 1
Sa 11.11.23		TSV Plankenfels	-	**SG Müb / Himmelkron**	5 : 2
Sa 30.03.24	13:00	SpVgg Oberkotzau	-	**SG Müb / Himmelkron**	:

21.10.2023

SSV Kirchenpingarten - SG Müb / Himmelkron 2 : 2 (1:1)

Unentschieden gegen Kirchenpingarten

Unsere Damen erwischten einen Auftakt nach Maß und gingen vor 38 Zuschauern durch Alica Harzer bereits nach neun Minuten in Führung. In der 24. Minute verwandelte Isabel Moder dann einen Elfmeter für SSV Kirchenpingarten zum 1:1. Das Spiel war in der ersten Hälfte ausgeglichen und es ging auch mit einem Gleichstand in die Kabinen. Tanja Langer brachte den Ball zum 2:1 zugunsten unserer Damen über die Linie (56.). Kurz vor dem Ende des Spiels jubelte Moder mit ihren Teamkollegen über ihren Treffer in der 90. Minute, der einen Gleichstand herbeiführte.

05.11.2023

SG Müb / Himmelkron – FC Eintracht Bayreuth 1 : 1 (1:1)

Noch ein Unentschieden

Unsere Damen kamen gegen FC Eintracht Bayreuth zu einem achtbaren Remis. Das Hinspiel hatte man mit 5:3 verloren, dass wollte man dieses mal besser machen.
Kaum hatte die Partie begonnen, brachte Jessica Marx die Bayreuther vor 25 Zuschauern mit 1:0 in Führung. In der Nachspielzeit konnten unsere Damen zum 1:1 ausgleichen. In der zweiten Hälfte konnte sich keine der beiden Mannschaften hervorheben und so blieb es beim Unentschieden.

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

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

Christbaumverkauf

Am 09.Dezember von 8.00 – 12.00 Uhr, im Parkplatz im Bauhof in Himmelkron.

Wir verkaufen 1. Wahl Nordmanntannen.
(frisch geschlagen, aus dem Frankenwald)

Auf euren Besuch freuen sich
die ***Altligafußballer des TSV Himmelkron***

Wie immer bringen wir ihren Baum gerne nach Hause.
(kostenlos, im Gemeindegebiet)

Männersache:

Kraft und Ausdauerorientiertes 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 1. Vorsitzenden Carmen Back (back@tsvhimmelkron.de) oder unserem Turn-Abteilungsleiter Roland Hofmann (r.hofmann@tsvhimmelkron.de).