

MTV INFO



DER MODERNE SPORTVEREIN MIT TRADITION
MTV-STUTTART.DE

DAS MITGLIEDER-MAGAZIN DES MTV STUTTART
1843 E.V.
93. JAHRGANG 02/2019



VOLLEYBALLSENSATION

Allianz MTV Stuttgart wird Deutscher
Meister in der 1. Bundesliga

Seite 57

KRANKHEIT ALS HERAUSFORDERUNG

Erst unheilbar – dann gesund.

Seite 16

MTV SPENDENLAUF 2019

Laufen für den guten Zweck.

Seite 20



Für alle
die mehr vorhaben –
wir beraten, konzipieren
und entwickeln innovative und
kreative Augmented Reality-
Anwendungen. Haben Sie
Interesse an einem Projekt,
dann sprechen Sie
uns an!

Wir machen **Medien** zum **Erlebnis**

Gedruckt | Digital | Interaktiv

- Companies for Quality
- gmähle-scheel
 - wirtz medien
 - schefenacker
 - cantz rolle
 - flyer4fun
 - digitaldruck
 - digital art book
 - cantz*
 - wurzel medien
 - markom*
 - status



Die Spielerinnen von Allianz MTV Stuttgart gewannen im fünften und letzten Finalspiel (best of five) in der restlos ausverkauften SCHARrena im fünften Satz die Meisterschaft gegen den Titelverteidiger. (Foto: Tom Bloch)

INHALTE

Herausgeber

Promit GmbH
Am Kräherwald 190 A / 70193 Stuttgart
+49 711 631887
info@vereins-promit.de
www.vereinspromotion.de
Auflage: 8.000

Redaktion

Dr. Karsten Ewald
Ralf Prokop

Gestaltung

URBAN PROPAGANDA Communications GmbH
Gymnasiumstr. 43 / 70174 Stuttgart
+49 711 21954013
info@urban-propaganda.de
www.urban-propaganda.de
Titelfoto: Tom Bloch

Herstellung

Wurzel Mediengruppe
Dieselstraße 50 / 73734 Esslingen
+49 711 4405-111
info@w-mg.com
www.w-mg.com

Redaktionsschluss für die nächste Ausgabe: 01.11.2019

Informationen zur Mitgliedschaft, Öffnungszeiten,
Programm etc: Im MTV-Programmheft
(kann angefordert werden) oder unter:
www.mtv-stuttgart.de

MTV Probeausweis
(4 Wochen kostenfrei
und unverbindlich)
Unter: 0711/63 99 18
oder über
service@mtv-stuttgart.de
anfordern

KOSTENLOS
TESTEN!

03 Inhalt und Impressum

04 MTV Momente

Impressionen aus der MTV-Welt

06 Die Vereinsleitung informiert

07 Danksagung

08 Rückblick StäffelesWalk

10 MTV weltweit

11 Älternausfahrt

12 Sportgeburtsstage

13 Wir im MTV

14 Auf dem Weg zur Jugend

16 Krankheit als Herausforderung

18 Historische Betrachtungen

19 Was macht eigentlich Manfred Ehringer?

20 MTV-Spendenlauf

21 Wie fit ist Ihr Rücken?

22 Fitness-Studio MOTIV

24 Sport aktuell

Neue Angebote beim MTV

29 MTV-Bauvorhaben

30 PROMOTION Magazin

34 MTV auf dem Volksfest

35 Berichte aus den Abteilungen

61 Termine

62 MTV-Partner



Fit für die Zukunft

Vorstand und Geschäftsleitung berieten in einer Klausurtagung unter dem Label „MTVision 2030“ über die zukünftigen Ziele und Erfordernisse beim MTV. Um die Aufgaben der Zukunft zeitgemäß zu meistern, wurden auf der Hauptversammlung einige satzungsgebundene Änderungen in der Struktur und im Wahlmodus beschlossen. So werden wir unter anderem zu einem Gruppenwahlsystem zurückkehren, in welchem in jedem Jahr vier Vorstandsmitglieder auf zwei Jahre gewählt werden. Somit wird ab nächstem Jahr jede Hauptversammlung auch zu einer Wahlveranstaltung. Außerdem wurde beschlossen, die beiden Vorstandsresorts „Jugend und Sport“ und „Leistungssport“ zusammenzulegen. Der Vorstand für „Jugend und Leistungssport“ ist nun verantwortlich für die leistungsorientierten Jugendsportangebote und deren Überführung in die jeweiligen Spitzenteams (v.a. Turnschule, Volleyball Akademie, Trampolinturnen, Blindenfußball und Basketball). Die frei werdende Vorstandsposition wird mit einem neuen „Vorstand Marketing“ besetzt, der auch die Geschäftsabläufe der Promit GmbH unterstützen und prüfen wird. Die Erfordernisse zur strukturellen Umwandlung im IT-Bereich finden auch im Vorstand Beachtung. Das Resort „Kommunikation“ erhält einen erweiterten Verantwortungsbereich und soll als Vorstand „Kommunikation und Digitales“ gemeinsam mit der Geschäftsleitung die Digitalisierung im MTV vorantreiben. Hier befinden sich bereits einige Projekte in der Pipeline. Mit diesen Veränderungen im Vorstand will sich der MTV Stuttgart fit für die Zukunft machen. Aber auch die Abteilungen sollen an der Zukunftsplanung teilhaben. Deshalb ist demnächst ein ganztägiger „Zukunfts-Workshop“ geplant. Hier geht es vor allem um Verbesserungen im Bereich Kommunikation (z.B. durch konsequente „Cloud-Lösungen“), aber auch um inhaltlich-programmatische Veränderungen, um den Anforderungen der Zukunft und des digitalen Zeitalters offensiv zu begegnen.

Dr. Karsten Ewald / Geschäftsführer

MEISTERLICHE



PERFEKTION



Frauenpower im Männerturnverein.

Die Bundesligateams in Volleyball und Turnen sind amtierende Deutsche Meisterinnen. „Mädels, der MTV ist stolz auf Euch.“

ERFOLGE, AUF DIE WIR SEHR STOLZ SEIN KÖNNEN.



TEXT ULRIKE ZEITLER, PRÄSIDENTIN

Liebe Mitglieder, Sportfreundinnen und Sportfreunde, auch in diesem Magazin können wir uns wieder über zahlreiche sportliche Erfolge freuen. Die Erfolge, Auszeichnungen und Ehrungen von Sportlern des MTV Stuttgart, die hier nur beispielhaft genannt werden, zeigen, dass wir der erfolgreichste Stuttgarter Verein im Spitzensport sind. Solche Erfolge, verbunden mit einer großen und positiven Medienpräsenz, unterstützen unseren Verein auch bei der Erfüllung seiner sozialen und gesellschaftlichen Aufgaben.

Die MTV-Volleyballerinnen wurden in einem atemberaubenden Herzschlagfinale gegen den Titelverteidiger und Pokalsieger Schwerin in der heimischen SCHARRena Deutsche Meisterinnen 2019. Das ist so groß, so wunderbar, dass es keiner weiteren Worte bedarf. Auch in der neuen Saison werden die Volleyballerinnen wieder international spielen und um den DVV-Pokal kämpfen. Sportdirektorin Kim Renkema gab kürzlich die geplante Aufstellung der überwiegend neuen Spielerinnen bekannt. Hierzu darf ich nur eines sagen: Freuen Sie sich auf eine neue starke Saison unserer Mannschaft! Wir treffen uns am 05. Oktober 2019 zum 1. Bundesligaspiel in der SCHARRena. Unsere Rollstuhlbasketballer wurden Regionalliga-Meister, die Fußballkids holten zahlreiche Titel und

so weiter – ich kann hier beim besten Willen nicht alle Erfolge der letzten 4 Monate aufzählen.

Bezüglich des Bauvorhabens „Sportpunkt“ (viergeschossiges Multifunktionsgebäude) auf dem Gelände des Betriebsmeistergebäude, Kräherwaldstraße 188, werden wir im Juli 2019 den Bauantrag bei der Stadt Stuttgart stellen. Wir wollen mit diesem neuen „Sportpunkt“ auch die Bemühungen der Stadt unterstützen, mehr Sport- und Bewegungsräume zu schaffen. Die Entwicklung und Erhaltung unserer Sportstätten und Anlagen, insbesondere deren zeitgemäße Ausstattung, ist eine sehr wichtige Daueraufgabe, zumal der MTV wächst und nun über 9000 Mitglieder zu verzeichnen hat. Dies wird unserem Anspruch gerecht, Stuttgarts größter Sportanbieter mit den meisten aktiven Sportlern zu sein. Die Stadt Stuttgart erweist sich hierbei als wichtiger und zuverlässiger Partner. Ich bedanke mich herzlich beim Team der Geschäftsstelle, bei den Übungsleitern, den Ehrenamtlichen, den Hauptamtlichen und allen Helfern für ihre Arbeit und Unterstützung.

Ihre Ulrike Zeitler



Sportlerehrung im Kursaal Bad Cannstatt



Ehrung für MTV-Turnerin Elisabeth Seitz

STUTTGARTER SPORTLER DES JAHRES: 3 KATEGORIEN, 2 MTV-SIEGER

Bürgermeister Dr. Martin Schairer zeichnete auf der Stuttgarter Sportlerehrung im April die erfolgreichsten Stuttgarter Sportler des Jahres 2018 aus. Mit Elisabeth Seitz wurde eine international erfolgreiche MTV-Turnerin als Stuttgarter Sportlerin des Jahres geehrt, kurz nach ihrer Ehrung als MTV-Sportlerin des Jahres. Ebenso geschah es mit der Mannschaft des Jahres. Auch hier

wurden die zuvor als MTV-Team des Jahres gekürten MTV-Blindenfußballer als Stuttgarter Mannschaft des Jahres geehrt, die nach großem Einsatz Deutscher Meister wurde.

Herzlichen Glückwunsch. Alle MTV-Mitglieder sind stolz auf ihre sportliche Elite.

VERMÄCHTNISSE UND GEDENKEN

Der MTV Stuttgart gedenkt an dieser Stelle seiner verstorbenen Mitglieder, die den Verein in Ihrem letzten Wunsch mit hohen Zuwendungen unterstützten. Wir möchten uns dieser Taten und ehemaligen Mitglieder recht lange erinnern, denn diese Vermächtnisse sind stets auch als Investitionen in die Zukunft zu sehen.



CLÄRE BAYER

Sept. 2001, 90 Jahre
MTV Stuttgart
erhält eine Wohnung



HEIDE BORD

März 2012, 100 Jahre
MTV Stuttgart
erhält 10.000 EUR



HELENE KOPF

November 2015, 94 Jahre
MTV Stuttgart
erhält 36.500 Euro



HEINZ ADAM

Februar 2016, 88 Jahre
MTV Stuttgart
erhält 25.000 Euro

GELDSPENDEN

Förderverein des Lions Club	500,00 €
Helmut Kirch EM	300,00 €
Thomas Harke	60,00 €
Rainer-Klaus Ensinger	500,00 €
Otto F. Scharr Stiftung	10.000,00 €
Iris Stradinger	42,00 €
Deutsch-Amerikanischer Frauenclub e.V.	490,00 €
Matthias Kurzrock	200,00 €
Freundeskreis Volleyball	1.158,00 €
Ruth Gollmar EM	150,00 €
Fa. Friess + Merkle GmbH	1.846,00 €
Lara Reckmann	160,00 €
Ilse-Doris Kühner EM	150,00 €
Michele Cappello	650,00 €
Bavaria Fiction GmbH	200,00 €
Town + Country-Stiftung	1.000,00 €
Fa. Matthias Kurzrock Kaminbau	200,00 €
Fa. Endress Motorgeräte GmbH	78,00 €
Karol Szymanowski	150,00 €
Athanasios Giagas	150,00 €
M.S. Alesi GmbH	650,00 €
gesamt	18.481,00 €

AUFWANDSPENDEN

Architekten Knaus Mertes GmbH	4.549,00 €
gesamt	4.549,00 €

HERZLICHEN DANK ALLEN SPENDERN. SEIEN SIE GEWISS, DASS IHRE SPENDE SEHR NÜTZLICH IST.

WER SIND DIESE SPENDER UND WAS PASSIERT EIGENTLICH MIT DEN SPENDEN?

Gemessen an den nunmehr über 9.000 Mitgliedern hat der MTV Stuttgart nur wenige Mitglieder, die dem Verein mit Spenden zur Seite stehen. Im letzten Jahr, dem Jubiläumsjahr, waren es 105 Mitglieder, die knapp 42.000 Euro an den MTV spendeten. Das sind rund 1,6 Prozent aller Mitglieder. Diese Wenigen sind allerdings sehr treu. Und sie sind auch sehr wichtig. Immerhin stellen sie fast die Hälfte aller Spendengelder. Die andere Hälfte sind Firmenspenden. Für 42.000 Euro können wir etwa 7 Trainer im Minijob beschäftigen. Diese Trainer arbeiten zumeist im Kinder- und Jugendbereich und hier in den kostenintensiven Wettkampfgruppen der verschiedenen Abteilungen. Eine hochwertige Betreuung unserer Kinder ist sehr aufwändig und immer defizitär. Hier landen deshalb Ihre Spendengelder. Allen Spendern sei gesagt: Sie vergeben Ihr Geld sinnvoll und zukunftsorientiert. In jedem MTV-Magazin wird eine Liste der Spender veröffentlicht. Seit Anfang des Jahres konnten wir 27.187 Euro einsammeln. Allen Spendern sagen wir ein herzliches Dankeschön im Namen unserer Kinder und Jugendlichen.



STÄFFELESWALK BEI LANDREGEN

TEXT KARSTEN EWALD FOTO TOM BLOCH



Erwärmung mit Katharina Klenota und Laura Moreno



Start bei Starkregen



Stäffeles-Steigen im Regen

Den 4. Mai hatten sich die Veranstalter anders vorgestellt: Fröhliche Läufer und Walker sollten auf dem Gelände des MTV Stuttgart in Botnang treffen, deren Kinder hätten von der Kindersportschule betreut werden können, die ersten Badegäste hätten ins kühle Nass springen sollen – und dann das: vier Grad und Dauerregen. Rund 150 Läufern und Walkern machte das miese Wetter aber nichts aus. Sie kamen trotzdem zum „Run up & AOK-StäffelesWalk 2019“ an die Furtwänglerstraße. Eingeladen hatten das städtische Sportamt, die AOK Stuttgart-Böblingen und in diesem Jahr der MTV Stuttgart. Statt unter freiem Himmel den Reden zur Eröffnung zu lauschen, zogen die Sportler und Ausrichter kurzfristig in die Sporthalle des Vereins um. „Sie sind die Tapfersten der Tapferen“, lobte Fred Stradinger, Präsident des Sportkreises Stuttgart, die Anwesenden. Auch MTV-Präsidentin Zeitler fand motivierende Worte und betonte, dass der MTV Stuttgart, mit über 9.000 Mitgliedern der größte Sportanbieter der Stadt, stolz darauf sei, eine solche Veranstaltung auch unter Extrembedingungen durchführen zu können.

Nach der Begrüßung folgte eine Erwärmung der Teilnehmer unter Leitung der MTV-Sportlehrerinnen Katharina und Laura. Bei diesen Temperaturen war eine professionelle Erwärmung der Muskulatur auch dringend notwendig, ebenso wie eine ausgiebige mentale Vorbereitung. Dann ging es raus zum verregneten Startpunkt, wo die Gruppen nacheinander auf die verschiedenen Walking- und Laufstrecken gingen. Die Laufstrecken verliefen im Feuerbacher Tal und die Walkingstrecken reichten bis über den Bismarckturm hinaus in den Stuttgarter Westen. Als die Teilnehmer nach 2 bis 3 Stunden wieder eintrafen, gab es Maultaschen mit Kartoffelsalat, Bratwürste und Getränke zur Stärkung. Die Teilnehmer zeigten sich durchnässt, aber zufrieden und auch die Veranstalter waren sich einig: „Es war ein Erfolg, und der MTV hat alles professionell organisiert. Vielleicht werden wir die Veranstaltung im nächsten Jahr am gleichen Ort wiederholen“, sagte Alfred Bauser, Themenfeldmanager der AOK.

Herzlichen Dank an die 50 ehrenamtlichen Helfer des MTV Stuttgart, die als Gruppenleiter, Streckenposten, Mitarbeiter am Verpflegungsstand sowie am Essens- und Getränkeverkauf tätig waren. Ihr wart Klasse, trotz widrigster Bedingungen – Danke und vielleicht gibt es im nächsten Jahr ja eher ein Mai-Wetter.





Erste Hilfe-Lehrgang im MTV-Freibad im Juli 2019

MEDIZINISCH AUF DER HÖHE

TEXT KARSTEN EWALD FOTO BIRGIT JANIK

Der MTV achtet sorgfältig auf eine gute medizinische Qualifikation seiner Mitarbeiter. In der Fußball Akademie findet jährlich ein Erste Hilfe-Lehrgang für die Fußballtrainer statt. Für alle anderen Mitarbeiter wird ebenfalls ein jährlicher Lehrgang angeboten. Außerdem führen wir gemeinsam mit dem DLRG einen jährlichen

Grundkurs zum Erwerb bzw. der Verlängerung des DLRG-Abzeichens in Silber durch. Alle hauptberuflichen Mitarbeiter sowie alle Lehrkräfte im Fitness-Studio MOTIV sind zudem am Defibrillator ausgebildet. Somit wollen wir sicherstellen, dass alle Mitglieder für den Fall der Fälle qualifiziert erstversorgt werden können.

Jetzt bewerben!

Finde Deinen Weg:
Mit den
**IB Beruflichen Schulen
Stuttgart-Mitte**

Abitur
- sozialwissenschaftlich
- wirtschaftswissenschaftlich

Fachhochschulreife
- kaufmännisch
- technisch
- fremdsprachlich

IB Berufliche Schulen Stuttgart-Mitte
Heusteigstraße 90/92
70180 Stuttgart
schulen-stuttgart@ib.de
Tel.: 0711/6454-447
www.ib-stuttgart-mitte.de

IB Berufliche Schulen
Stuttgart-Mitte

Finde Deinen Weg

DIAMANT[®]

Heiz- und Klimasysteme GmbH

MOBILES KLIMAGERÄT AKTION

MTV MITGLIEDER BEKOMMEN SONDERPREIS

MOBILES DIAMANT
KLIMAGERÄT

- 2,9 kW Kühlleistung
- Kühlt Räume mit bis zu 40 qm
- Energieklasse A+

* bis 28.02.2019

349,99 €

ink. 19 MwSt

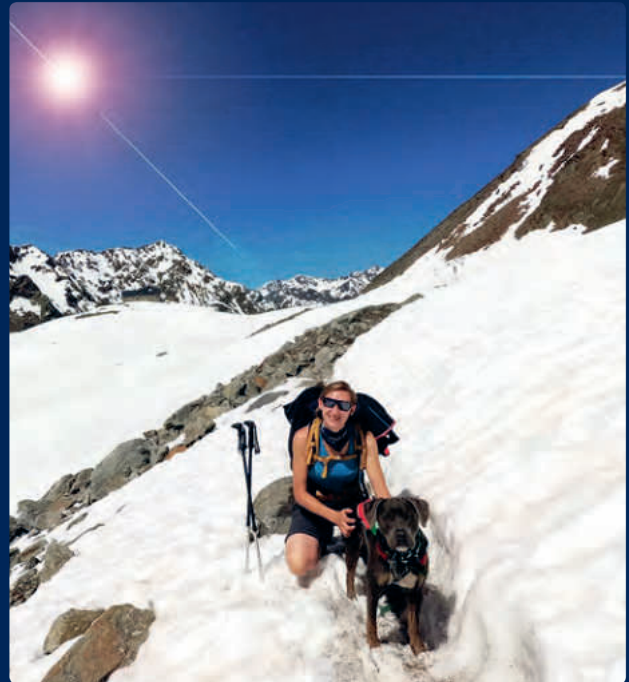
Besuchen Sie unsere Ausstellung Im Fuchshau 24 · 73635 Rudersberg
WWW.DIAMANT-KLIMASYSTEME.COM TEL. 07183/9288-0

MTV WELTWEIT



Gruß von Tamara Golinski (stv. Leiterin des Fitness-Studios MOTIV) und Bella.

„Ich sitze aktuell oben am Timmelsjoch, direkt am Grenzstein Österreich/Italien. Start war Oberstdorf, Ziel ist Meran, und das in den klassischen sieben Tagen.“



Die Turner Jan und Julian Schreyer grüßen aus Mexiko. Beide Turner haben ihren Bruder in Mexiko besucht und schicken turnerische Grüße von der Pyramide Chichén Itzá an die MTV Familie. Als Jan und Julian in Mexiko waren, kam ihre Landesliga-Mannschaft im STB-Ligafinale auf den zweiten Platz.



Die Handballerinnen der ersten Mannschaft grüßen von einem heftigen Motivationstrip aus Mallorca, und dies im Rahmen des neuen Konzeptes „Teambuilding 2.0“ – und es stellt sich die Frage: „Ist Mallorca wirklich noch sicher?“ (Siehe hierzu auch den Artikel auf der Handballseite).



ÄLTERNAUSFAHRT KÜHTAI 2019

TEXT UND FOTO PETRA CUEZVA-RETTENMAIER

So da war sie nun die 1. Älterausfahrt ins Kühtai. Eine Mischung aus Hüttenfest für Bestager, Familienausfahrt und Geburtstagsparty.

Los ging es für ein paar auserwählte mit dem MTV-Bus um 5.30 in Botnang, kurzer Halt in Esslingen und weiter ging die Fahrt mit den üblichen Lachshäppchen. Pünktlich um 10.00 Uhr wurden die Liftkarten verteilt und der 1. Tag nahm seinen Lauf. Die bunte Mischung macht es: 18 Teilnehmer, die sich bisher nicht kannten, genossen 4 Tage bei Sonnenschein, super Schnee, Hüttenschwung und Hausmannskost bei den Herbergseltern Waltraud und Konrad von der Zirnbach Alm und dazu natürlich Après Ski bei Beatrix im Edelweiss. Lieblingsessen der 4 Tage: Kaspresknödel auf der Kaiser Maximilian, Hugo und Spritz im Edelweiss, Williams mit Honig von Gabi und Kaiserschmarrn im Dorf Stadl. Skilehrer Martin überzeugte fast alle Teilnehmer vom carven und brachte uns jeden Abend sicher mit dem Bus (Helmpflicht) zur Alm zurück. Leider gingen die 4 Tage viel zu schnell vorbei, doch nach der Ausfahrt ist vor der nächsten Ausfahrt, wir haben schon reserviert für 2020. Wahrscheinlich vom 12.03.-15.03.2020, also vormerken und mit dabei sein. Martin, Petra, Reinhard, Annette, Gabi, Hans-Jürgen, Ulrich, Andreas, Bianka, Markus, Denise, Alexandra, Carola, Andrea, Karol, Dorota und unsere Girlis Kim und Selina freuen sich, neue Leute kennen zu lernen.



Wir arbeiten gerne für Sie.

Innenausbauten
Einbauschränke - Maßmöbel - Badmöbel - Garderoben - besondere Unikate und mehr.

Schreinerei
Eigene Produktion, Herstellung von Möbeln, Haus-, Zimmertüren und anderes

Montagen
Montagen - Reparaturen - Einbauten Parkett - Kundendienst - Einbruchschutz.

KOPF
Immer dieser Schreiner

Esperantostr 20 - 70197 Stuttgart
Tel. 0711 658900 - Kopf.de

ANNE MÜLLER ZUM ACHTZIGSTEN.



Anne Müller 1967



Anne Müller heute

Anne Müller feierte am 19. Juli 2019 ihren 80. Geburtstag. Vorstand und Geschäftsleitung gratulieren Ihr hierzu sehr herzlich. Anne trat am 1.8.1967 in den MTV, Abteilung Sportgymnastik, ein. Zunächst selbst aktiv, arbeitete sie dann jahrzehntelang als Übungsleiterin und Abteilungsleiterin. Ihr Mann, Hans Müller, bestimmte in dieser Zeit als Technischer Leiter und geschäftsführender Vorsitzender maßgeblich die Geschicke des MTV. Anne war zudem auf der Geschäftsstelle tätig und begründete gemeinsam mit Hans die Unterwasser-Freizeit. In zahlreichen weiteren Ausfahrten sorgte sie für das leibliche Wohl der Teilnehmer. Sie wurde Ehrenmitglied und ist auch heute noch sportlich im Verein aktiv.

Herzlichen Glückwunsch liebe Anne, und bleib uns noch lange aktiv erhalten.



150 MTV-SPORTGEBURTSTAGE IM JAHR

Die MTV-Sport-Kindergeburtstage haben sich in den letzten Jahren zu einer regelrechten Attraktion entwickelt. MTV-Kinder können am Geburtstag ihre Gäste in die Turnhallen der Schlossrealschule einladen, das sind 4 Hallen auf 2 Stockwerken. Im letzten Jahr feierten rund 2.200 Kinder in über 150 Geburtstags-Veranstaltungen gemeinsam mit dem MTV. Die Kids bestimmen die Inhalte und erfahrene MTV-Übungsleiter, Trainer und Sportlehrer verwandeln diese Wünsche in hochwertige dreistündige Sportprogramme. In der Pause können die Eltern in einem separaten Raum etwas zum Essen und Trinken anbieten. Die Pausen sind kurz, denn die Kinder wollen action. Am Ende sind alle Gäste erschöpft aber glücklich.

Jetzt auch für Erwachsene

Im Laufe der Zeit gab es immer mehr Anfragen von Eltern, die sich über den Spaß ihrer Kinder nicht nur freuten, sondern diesen auch genießen wollen. Also bietet der MTV nun auch Sportgeburtstage für Erwachsene an. Der Modus ist ähnlich. Ab 18 Uhr gibt es ein zweistündiges Sportprogramm ganz nach den Vorstellungen des „Geburts-tagskinds“. Dies können die verschiedensten Ballspiele sein, aber auch Tanz oder Trampolinturnen. Viele wählen die Lieblingsspiele aus ihrer Kindheit, einige wollen auch etwas Neues ausprobieren und mit ihren Freunden teilen.

Das Motto für diesen außergewöhnlichen Geburtstag lautet:

Auspowern – Duschen – dann in der Stadt abfeiern.

Hallo ehemalige MTV-Kids: Gönnst Euch diesen Spaß zum Geburtstag.

Informationen

Zeiten: samstags oder sonntags 18 Uhr bis 20 Uhr

Ort: Schlossrealschule für Mädchen, Schlossstraße 53c

Anfahrt: U2, U4, U9, U14, Bus 41, 43 bis „Berliner Platz“

Anfragen an: Marc Salzer ms@mtv-stuttgart.de



WIR IM MTV



Ahmed Yousif (17)

Welchen Sport treibst Du?

Ich spiele Fußball in der A-Jugend und bin Jugendtrainer in der Fußball Akademie.

Was gefällt Dir beim MTV?

Mir gefällt beim MTV Stuttgart, dass wir gute Trainer haben und man sich gut entwickeln kann.

Wer sind Deine Vorbilder oder Lieblingssportler?

Mein Vorbild ist Miroslav Klose und mein Lieblingsspieler ist Cristiano Ronaldo.

Was machst Du außerhalb des MTV?

Vor allem viel lernen, und will ich die Fußball Trainerausbildung bis Ende des Jahres fertig absolviert haben

Dein Lieblingsbuch?

Mein Lieblingsbuch ist „Krabat“ von Otfried Preußler

Dein Lieblingsessen?

Mein Lieblingsessen ist Fleisch und Fisch.

Dein Ziel für diese Saison bzw. die nächste Zukunft?

Ich möchte in dieser Saison für mein Team viele Tore schießen, und in Zukunft möchte ich ein Top-Spieler werden und in der Bundesliga spielen.



Frederic Moquet (17)

Welchen Sport treibst Du?

Fußball und immer in Bewegung

Was gefällt Dir beim MTV?

Am MTV gefällt mir die Gemeinschaft. Alle verstehen sich gut. Es gibt immer etwas zu lachen und jeder verhält sich teamorientiert, was extrem wichtig ist, wenn man in einem Bereich arbeitet, wo viel kommuniziert werden muss.

Was machst Du außerhalb des MTV?

Die Schule ist seit diesem Jahr abgeschlossen, deshalb ist mein Kopf momentan völlig beim MTV

Dein Lieblingsbuch?

Alle Fußballbücher

Dein Lieblingsessen?

Pommes.

Dein Ziel für diese Saison bzw. die nächste Zukunft?

Mich kurz- wie langfristig als Trainer zu verbessern und immer einen Schritt nach vorne zu machen.



Jelena Cindori (30)

Jelena Cindori arbeitet seit Mai in Festanstellung auf der MTV-Geschäftsstelle in den Bereichen Finanzbuchhaltung und Mitgliederverwaltung. Sie hat BWL an der Universität Osijek (Kroatien) studiert und lebt seit 4 Jahren in Stuttgart. Ihr Mann Tomica arbeitet als Trainer in der MTV Volleyball Akademie.

Was gefällt Dir beim MTV?

Der familiäre Zusammenhalt im Team, hm... eigentlich alles. Ich bin sehr glücklich hier im MTV.

Was machst Du außerhalb des MTV?

Lesen, Kuchen backen, kochen, verreisen

Dein Lieblings-Reiseziel?

Kroatien / Slavonija

Dein Lieblingsbuch?

„Pearl in the sand“ von Tessa Afshar

Dein Lieblingsessen?

Fische frisch aus dem Meer.

MTV-MITARBEITER SUCHT WOHNUNG



Der MTV sucht für seinen Platzwart Florian Stoppel dringend eine neue Wohnung und übernimmt hierfür auch die Bürgschaft. Wir suchen eine 1-2-Zimmer-Wohnung in Stuttgart mit Anschluss an den ÖPNV. Als Miete könnten wir uns 350 bis 500 Euro (warm) vorstellen.

Liebe Vermieter: Vertraut und helft dem Florian und natürlich Eurem MTV (0711-639918).

DIE STORY.

FÜNF FRAUEN AUF DEM WEG ZUR JUGEND

TEXT KARSTEN EWALD FOTO MATTHIAS LEISCHNER

Das Al Campo-Team arbeitet hart, um an jedem Tag die zahlreichen Gäste in der MTV-Gaststätte zufrieden zu stellen. Ob in der Leitung, in der Küche oder am Gast: Die Arbeit fordert den Körper. Rückenschmerzen, Verspannungen, Stress und Ermüdung sind die Folge. Also habe ich mit den Damen gesprochen und ihnen das regelmäßige Training im MOTIV ans Herz gelegt.



Das Al Campo Team im MOTIV

Die Story beginnt im Februar 2019.

Das internationale Trainingsteam (Foto v.l.n.r.) besteht aus den Deutschen Paola Blancone und Manuela Blancone, der Italienerin Francesca Ricciardi, dazu Caterina Mura aus Sardinien sowie die Slowakin Timea Furiova.

Im Eingangs-Check wird unter anderem eine Fitness-App eingesetzt, die mit den elektronisch gesteuerten Fitness-Geräten korrespondiert. Die App sichert eine langfristige Trainingssteuerung, hält aber auch einen Test zur Bestimmung des biologischen Alters des Muskelsystems parat. Der Körper wird dabei in drei Segmente unterteilt: in Schulter und Arme, in den Rumpf und die Beine. Das Fitnessgerät misst die erzeugte Kraftwirkung bei bestimmten Übungen, stellt sie ins Verhältnis zum Körpergewicht und errechnet daraus das biologische Muskelalter der einzelnen Körpersegmente. Der Durchschnittswert weist dann den altersadäquaten Zustand der Körpermuskulatur aus. Ja und dann kam zunächst das große Gruseln, denn die Ergebnisse zeigten zumeist eindeutige Defizite. Paola (30) hatte die Muskelkraft einer 69-jährigen, Manuela (55) war muskuläre 77 Jahre alt, Timea (33) war 59 und Francesca (29) wurde auf 73 Jahre taxiert. Einzig Caterina (27) befand sich mit errechneten 35 Jahren noch im vertretbaren Bereich. Paola dazu:

„Mein Gott wie peinlich.“

Manuela trainiert allen davon

Das Team trainierte vier Monate lang, allerdings nicht immer gemeinsam, denn bald stellte sich heraus, dass Al Campo-Chefin Manuela allen davon trainierte. Sie war fast jeden Tag im Studio. Im April

zeigte Sie mir ihr Smartphone mit einem stolzen Ergebnis: Manuelas Muskel- und Lebensalter lagen gleichauf, und sie rief: **„Ist das nicht toll? Ich fühle mich echt viel jünger.“** Sie war dann kaum noch zu halten, trainierte an manchen Tagen sogar zweimal und wurde von einem regelrechten Fitness-Rausch ergriffen. Die Muskeln dankten es auf ihre Weise, der Körper straffte sich, die Verspannungen verschwanden und das grundgute Gefühl eines erhöhten Muskeltonus machte Laune. Im Juli sank ihr biologisches Muskelalter auf unter 40 Jahre, und da soll es jetzt auch bleiben. Manuela sagt: **„Wenn ich mal einige Tage nicht trainieren kann, so wie jetzt bei den Hochzeitsvorbereitungen für Paula, fühle ich mich regelrecht schlaff und antriebslos. Ich kann mir ein aktives Leben ohne Training gar nicht mehr vorstellen.“**



Timea und Caterina beim „Jüngerwerden“



Manuela im „Fitness-Rausch“



Paola: „Betreuung macht echt Spaß“

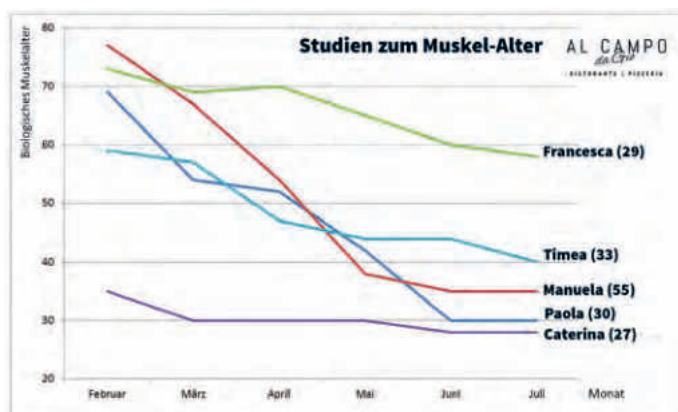


Gut gelaunt, sportlich und aktiv... und so jung wie lange nicht.

Teamkontrolle im Juli 2019.

Die gute Nachricht: Alle Mitglieder des Al Campo-Teams haben sich verbessert. Die nicht so gute: Einige Teammitglieder müssen einfach etwas fleißiger werden, dann purzeln auch die Jahre noch stärker. Die Auswertung der Studie (siehe Abbildung) spiegelt also auch den Trainingsfleiß wider, aber ganz besonders die Regelmäßigkeit der Trainingsreize. Über eines waren sich aber alle einig: **„Das Motiv schafft durch die freundliche und hoch professionelle Betreuung eine unglaubliche Motivations-Atmosphäre, die durch die elektronischen Auswertungen mit der Fitness-App noch gesteigert wird.“** Das Team will dran bleiben, gut gelaunt, sportlich und aktiv.

Liebe Al Campo-Gäste: Sprechen Sie doch die Mädels einfach mal an und fragen Sie nach dem Fitness-Abenteuer im MOTIV.



Erfolg macht Laune und Erfolg macht attraktiv.

KANN MAN WIRKLICH JÜNGER WERDEN?

Wie altern die Muskeln?

Muskelzellen erneuern sich permanent durch Zellteilung und sind deshalb niemals so alt wie der gesamte Körper. Die älteste Muskelzelle im Körper ist 15 bis 20 Jahre alt. Das heißt, Muskeln sind quasi immer in der Pubertät und immer trainierbar.

Warum sehen die Muskeln dann nicht aus wie in der Pubertät?

Für die Muskeln gibt es eine Besonderheit, die nennt man Sarkopenie. Das bedeutet so viel wie „Verlust des Fleisches“. Die genauen Ursachen hierfür sind derzeit noch unbekannt. Man weiß aber, dass Sarkopenie vor allem auf dem Weg der Reizübertragung passiert. Zwischen dem Nerv, der die elektrischen Signale zum Muskel überträgt, und dem Muskel selbst gibt es ein Übertragungsproblem. So kommt es zu dieser altersbedingten Muskelschwächung.

Kann Sarkopenie so verhindert werden?

Sarkopenie kann mittels Muskeltraining beeinflusst werden. Nur was genutzt wird, entwickelt sich auch. Was nicht genutzt wird, verkümmert. Dies betrifft auch die Reizübertragung. So kann man die altersbedingte Regression stark verlangsamen. Normal sind ab dem 30. Lebensjahr rund zehn Prozent Muskelkraftverlust pro Dekade. Durch Muskeltraining kann man den Verlust auf zwei Prozent pro Dekade senken.

DIE KRANKHEIT ALS HERAUSFORDERUNG

TEXT UND FOTO KARSTEN EWALD

Ich treffe mich mit Brigitte Genal, einer Frau, die nach zwei Operationen als „unheilbar“ galt, die nicht gegen den Krebs kämpfte, sondern ihre Erkrankung als Aufgabe und Herausforderung annahm.



Im Gespräch: Emma Bucht, Brigitte Genal und Karsten Ewald



Beim Essen im Al Campo

Brigitte Genal trainiert regelmäßig, sie trainiert fleißig und freut sich auf jede Stunde bei MTV-Sportlehrerin Karin Kreuels im Königin-Katharina-Stift. Das Programm heißt „Sport nach Krebs“ und Brigitte Genal genießt ihren Sport. Wir treffen uns zum Mittagessen im Al Campo. Auch Emma Bucht, Praktikantin im MTV Stuttgart, will unbedingt dabei sein. Ich bin mir nicht sicher, ob dieses Thema eine 16jährige wirklich interessiert, aber ich lasse mich darauf ein.

Brigitte kommt locker und fröhlich auf uns zu. Sie hat ein einnehmendes Lachen und blickt uns aus strahlenden Augen an. Wir bitten Sie, uns ihre Geschichte zu erzählen: Eine Geschichte mit dramatischen Tiefen und einem beeindruckenden Happy End.

Alles beginnt Ende 2012, als bei Brigitte Brustkrebs diagnostiziert wird. Es trifft sie überraschend und hart. Sie pflegte noch ihre demenzkranke Schwiegermutter und gönnte sich kaum freie Zeit. Ihre Kinder sind 19, 21 und 23 Jahre alt, sie ist glücklich verheiratet: **„Es hat eigentlich alles gepasst“**, sagt sie, ergänzt aber sofort: **„Aber irgendetwas hat wohl auch nicht gepasst.“** Sie lässt sich operieren, lehnt eine Chemotherapie aber ab. Als fertig studierte Medizinerin (Dissertationsthema: Krebs der Bauchspeicheldrüse) wiegt Sie den Verlust der Lebensqualität gegen die prognostizier-

te Wirksamkeit der Chemo ab. **„Ich wollte nicht gegen den Krebs kämpfen, weil ich nicht gegen meinen eigenen Körper kämpfen wollte“**. Sie findet lieber Wege zur Erhöhung der Lebensqualität. **„Lebensqualität ist wichtig, weil sie jeden Tag bestimmt.“** Sie will das Immunsystem bewusst stärken. **„Je besser die Stimmung, desto niedriger sind Entzündungswerte im Blut – gut für das Immunsystem“**.

Sie ist optimistisch und lebt jeden Tag bewusst. Doch 2014 holt sie ein Rezidiv auf den Boden zurück, mit Metastasen im Lymphsystem. Auch tiefere Lymphknoten sind betroffen. Ihr Arzt gibt ihr noch 18 Monate Lebenszeit, vielleicht etwas mehr, wenn sie eine Chemotherapie zulässt. Brigitte lässt nicht. **„Ich versau´ mir doch nicht mein Leben durch die Chemo“**. Sie will auch dem Arzt nicht glauben. **„Sterben muss sich anders anfühlen – ich hatte so viel Lebensqualität gewonnen, habe mich so gut gefühlt.“**

Sie geht zur Reha in die Luise von Marillac-Klinik nach Bad Überkingen. Hier heißt das Motto: „Durch Bewegung zurück ins Leben“. Hier verspürt sie erstmalig die Freude am Sport, an Körperbewegungen, die den Kopf frei machen. Sie lässt sich bestrahlen, stürzt sich ins Leben und beginnt mit dem Rehasport beim MTV. **„Der Kurs ist zwar nur einmal in der Woche aber**

schafft dafür Power für mehrere Tage“.

Sie sieht den Krebs noch immer nicht als Gegner, sondern als Herausforderung und zu lösende Aufgabe. Ihre Psychologin sagt: „Das ist aber ein hoher Anspruch“. Doch mit der Zeit wird klar: Der Befall wird stärker und die Knoten wachsen. Man schlägt ihr eine letzte und große Operation vor, um ihr Leben zu verlängern. Doch für die OP-Vorbereitung ist eine Chemotherapie notwendig. Die Tumore sollen schrumpfen, um schonender und besser entfernt werden zu können. Brigitte willigt jetzt ein, und nun beginnt ihr zäher Kampf um Lebensqualität. Sie kämpft gegen Übelkeit und Schwäche. Doch ihre Sportstunden besucht sie tapfer weiter. **„Nach Chemo und Bestrahlung ist man körperlich ziemlich am Boden, und dann zu sehen, es geht doch noch etwas, bringt immer wieder ein Strahlen ins Gesicht.“**

Die Chemo verursacht Nervenschmerzen in den Füßen. Trotzdem bleibt sie dabei und ist begeistert vom Programm und von ihrer Kursleiterin Karin. **„Alles ist so abwechslungsreich, motivierend, tolle Stimmung. Man stützt sich gegenseitig im Kurs“**. Sie erleidet einen schmerzhaften Bandscheibenvorfall im Nacken. Jetzt ringt sie hart um ihre Stimmung, geht weiterhin ins Training und beginnt einen zusätzlichen Yogakurs. **„Nur so bekam ich ab und zu mal den Kopf frei, und das war wichtig.“**

2016 wird Brigitte operiert und therapiert – weitere Chemo lehnt sie ab. Sie will leben und zwar in möglichst hoher Qualität. Sie ist optimistisch.

Und dann passiert das kaum zu Hoffende.

Regelmäßige Kontrollen bestätigen einen Rückgang aller Metastasen und irgendwann sagt ihr Arzt, dass er glücklich sei über seinen Irrtum mit der Lebenszeit. Brigitte ist seine erste Patientin, die in weit fortgeschrittener Erkrankung die Wende geschafft hat. Es sind keine Metastasen mehr nachweisbar.

Wir sitzen am Tisch. Das Essen war gut. Brigitte strahlt über das ganze Gesicht und

sagt: **„Ich bin eine der wenigen, die von Anfang an psychisch sehr gut damit klar gekommen ist.“** Sie geht jetzt noch alle drei Monate zur Nachkontrolle. Sie fühlt sich sicher und gut und kraftvoll. Ihren Rehasport will sie auch jetzt nicht mehr missen, und ihr Beispiel ist Ansporn und Hoffnungsquelle für alle Teilnehmer.

Ich schaue auf meine sichtlich beeindruckte Praktikantin Emma, die hier eine tolle Lebenslektion erhalten hat. Bei der Verabschiedung sagt Brigitte dann noch einen Satz, der Mut und Angst zugleich macht: **„Ich habe die Krankheit gebraucht, um innerlich bei mir anzukommen.“**



Karin Kreuels, Lizenzierte Trainerin „Sport nach Krebs“

ALLGEMEINE INFORMATIONEN ÜBER SPORT NACH KREBS

Schonung oder Bewegung?

Studien zeigen: Viele Krebspatienten profitieren von angemessener Bewegung. Die Programme sollten der individuellen Situation angepasst werden. Ist nach einer Tumorerkrankung Schonung oder Bewegung besser? Die Antwort von Experten fällt eindeutig aus: Eine pauschale Empfehlung kann es nicht geben. Der Krankheitsverlauf und der individuelle Gesundheitszustand unterscheiden sich von Patient zu Patient. Doch immer mehr Daten belegen: Bewegung und Sport spielen für die meisten Erkrankten eine

wichtige Rolle. Mögliche Krankheits- und Behandlungsfolgen können durch gezielte Übungen und Krankengymnastik vermindert oder ganz vermieden werden. Hier einige Beispiele: Krankheitsbedingte Einschränkungen der Beweglichkeit lassen sich verhindern oder zumindest lindern. Bewegung beugt einer Thrombose vor, einem Blutgerinnsel, das Gefäße verstopfen kann. Möglicherweise verschaffen gezielte Bewegungsübungen sogar Linderung bei neuropathischen Beschwerden, die Krebspatienten nach manchen Formen der Chemotherapie quälen können. Körperliche Aktivität wirkt sich insgesamt positiv auf den Gesundheitszustand aus. Bewegung bringt

das Herz-Kreislauf-System in Schwung, hilft das Körpergewicht zu regulieren, festigt die Knochen und baut Muskeln auf. Das hilft dabei, belastende Behandlungen besser zu verkraften und sich nach einer Therapie schneller zu erholen. Was viele Patientinnen und Patienten schnell spüren: Da man durch körperliche Aktivität oft fitter und belastbarer wird, gewinnt man ein Stück „normales“ Alltagsleben zurück. Dazu gehört auch das Zutrauen in die Leistungsfähigkeit des eigenen Körpers. Insgesamt gibt es für Krebspatienten nur vergleichsweise wenige Situationen, in denen Bewegung tatsächlich schaden kann.

Quelle: www.krebsinformationsdienst.de

SPORT NACH KREBS BEIM MTV STUTTGART



Qualifizierte Sportprogramme sind sehr wichtig.

MTV-Angebote

- Mi: 17:30-18:30 / Königin-Katharina-Stift bei Karin Kreuels
- Do: 10:45-11:45 / Große MTV-Gymnastikhalle Kräherwald bei Bea Renz
- Do: 17:00-18:00 / Waldorfschule bei Karin Kreuels
- Do: 20:15-21:15 / Schlossturnhalle EG bei Tatjana Schramm

Speziell ausgebildete hauptberufliche Sportlehrerinnen betreuen diese Gruppen. Es werden nicht nur muskuläre Dysbalancen ausgeglichen, sondern auch Körperhaltung und Selbstbewusstsein geschult.

Informationen zum MTV-Reha-Sport:
Di und Do 09.30-11.30 Uhr: Tel:0711 / 21729521
 oder reha@mtv-stuttgart.de

AUS DEN ANFANGSJAHREN DES MTV STUTTGART

TEXT KARSTEN EWALD FOTO MTV-ARCHIV



MTV-Vorturnerschaft von 1863

Vom Oberturnwart zum Geschäftsführer, vom Turnwart zum Abteilungsleiter, vom Vorturner zum Trainer.

Die Vorturner waren ab 1843 das Rückgrat des Vereins. Sie leiteten den Übungsbetrieb in den Riegen. Ihre Zahl wuchs beständig, und um den Turnunterricht auf hohem Niveau zu halten, wurde am 3. Februar 1863 die Vorturnerschaft gegründet. Hier wurden Erfahrungen ausgetauscht und erstmals auch Ausbildungen und Fortbildungen durchgeführt.

In den Anfangsjahren des MTV Stuttgart gab es jeweils einen Turnwart im Verein. Dieser sorgte sich um die Hallen, Geräte, Übungspläne und war als Vorstandsmitglied der Chef aller Vorturner. Mit wachsender Mitgliederzahl stiegen auch die Anforderungen. Deshalb wurde die Verantwortung auf mehrere Turnwarte übertragen und einer fungierte als Oberturnwart im Vereinsvorstand. Der Verein zählte 1863 übrigens rund 600 Mitglieder (Stuttgart hatte 60.000 Einwohner).

1927 wurde schließlich eine große neue Spiel- und Sportabteilung gegründet, mit den Sportarten Leichtathletik, Handball und Faustball. Die Abteilungen bezeichneten ihre Vorturner längst als Übungsleiter und später auch als Trainer. Aus den Turnwarten wurden Abteilungsleiter. In rascher Folge wurden weitere Abteilungen gegründet, und 1931 kam auch die zuvor ausgelagerte Fußballabteilung wieder zum Verein zurück. In den fünfziger und sechziger Jahren wurden dann auch turnerische Abteilungen geschaffen, wie beispielsweise Sportgymnastik, Trampolin oder Rhönrad. Nebenbei entstanden große Fitnessbereiche. Das Amt des ehrenamtlichen Oberturnwarts – als Verantwortlicher für den gesamten Sportbetrieb des Vereins – hielt sich bis in die siebziger Jahre.

1973 überließ Oberturnwart Hans Müller dieses Amt allein den turnerischen Abteilungen und stand nunmehr in als technischer Leiter und später als geschäftsführender Vorsitzender (in Teilzeitanstellung) allen Abteilungen vor. Doch erst 1992 sorgte eine neue Struktur für Klarheit in den Verantwortungsbereichen. Die Fitness-Bereiche wurden fortan (auch offiziell) hauptberuflich über die Geschäftsstelle bewirtschaftet, die Vorstandsposition des Oberturnwarts wurde abgeschafft und eine nur auf das Gerätturnen beschränkte Abteilung geschaffen. Im Jahre 1999 wurde schließlich die Stelle eines hauptamtlichen Geschäftsführers eingerichtet, die Dr. Karsten Ewald übernahm, der damit das Erbe des ursprünglichen Oberturnwarts antrat.



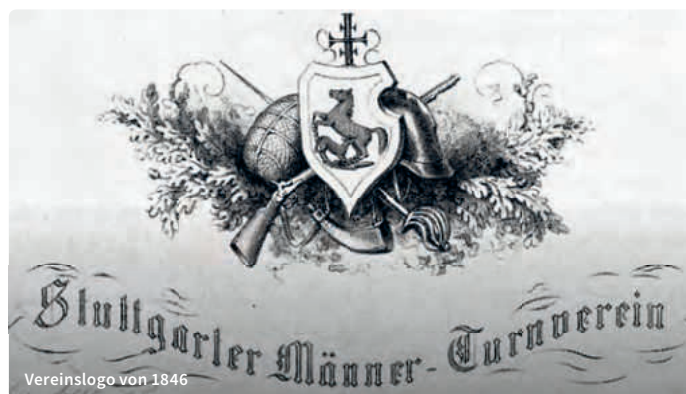
Ehrenbuch der MTV-Vorturner



Eintragungen im Ehrenbuch



Frauenriege mit Turnwart um 1925



Vereinslogo von 1846

WAS MACHT EIGENTLICH MANFRED EHRINGER?

DAS INTERVIEW FÜHRTE KARSTEN EWALD

Manfred Ehringer war von 1993 bis 2012 der Präsident des MTV Stuttgart. In seiner Zeit wurden wichtige Entscheidungen für die erfolgreiche Entwicklung des MTV Stuttgart getroffen. Nunmehr ist der Ehrenpräsident 87 Jahre alt und immer noch aktiv gesellschaftlich tätig. Wir wollten wissen, wie es ihm geht und was er so macht.



Lieber Mano, Du kannst ohne Arbeit nicht sein und deshalb die Frage: Was treibst Du gerade so?

Business as usual: Weiter aktive Pädagogik. Bin an drei Tagen ganztägig an der Schul-Front: Hoffnungsvolle Kinder, junge Referendare, wohlthuender Schullärm. Kurz: der Schul-Opa. Der schönste Titel, neben Ehrenpräsident des MTV, den ich in meiner Laufbahn hatte.

Toller Titel, was machst Du denn in Deiner Freizeit?

Bin als domestizierter Hausmann tätig: Vom täglichen Bettenmachen bis zum Fensterputzen, einen Garten pflegen, wo die Natur noch summt, pick outs aus meinem Leben schreiben und mit Leut schwätza.

Ich freue mich auf die pick outs. Du warst immer ein begnadeter Koch. Was zählt denn zu Deinen kulinarischen Spezialitäten, die Du selber machst?

Betont italienische Küche. Angebot für Gäste: Ossobucco alla milanese an Spinatsouffle mit Kartoffelbrei. Und natürlich schwäbischer Zwetschgenkuchen.

Die gesellschaftlichen, politischen, sozialen und klimabedingten Sorgen häufen sich derzeit. Was möchtest Du der jungen

Generation mit auf den Weg geben?

Die Jugend nimmt in der „Friday for Future“ Bewegung ihre Zukunft glaubhaft in die Hand. Endlich! Das freut mich, doch Erziehung ist Liebe und Vorbild. Aber wo sind die Vorbilder? Es geht um den Schutz der natürlichen Lebensräume, würdige Lebensverhältnisse, Mäßigung, Demokratie u.v.m.. Wir brauchen neue Vorbilder.

Dein kurzer Rück- und Vorblick auf den MTV?

Du kennst den von mir oft zitierten Satz „Einmal MTV-ler, immer MTV-ler.“, hier werden Identitäten geschaffen. Der MTV ist ein Vorbild für nachhaltiges Zusammenwirken von hoher Professionalität und Ehrenamt. Der MTV ist im gesellschaftlichen Kontext verwurzelt, hellwach für zukunftssträchtige Entwicklungen. Er hat seit jeher eine dem Sport würdige Streitkultur. Wenn Kontroversen auch mal hart zur Sache gingen, es war stets ein Pressing, aber kein Foul. Es ehrt mich, immer noch Botschafter des MTV zu sein.

Lieber Manfred, Du warst auf der letzten Mitgliederversammlung mit dabei und wir freuen uns, dass Dir der MTV noch immer so am Herzen liegt. Herzlichen Dank für dieses Gespräch – und Du bist ein Vorbild, ein älteres zwar, aber ein wertvolles!

BREAKDANCE BEIM MTV



Nachwuchs-Turnier beim MTV Stuttgart im April 2019

Die Olympischen Spiele in Paris sollen urbaner werden. Deswegen hat das IOC beschlossen, dass Breakdance ab 2024 olympisch sein wird. Wir finden, das sind gute Aussichten. Der MTV ist stolz auf seinen Breaking-Nachwuchs. Damit wir den Nachwuchs optimal fördern können, veranstalten wir neben den wöchentlichen Trainingseinheiten auch regelmäßig Nachwuchs-Tanzturniere und freuen uns dabei über Teilnehmer aus ganz Deutschland. Levent Gürsoy (Profitänzer und Schauspieler am Theaterhaus) betreut unseren Nachwuchs.

Trainingszeiten in der großen Gymnastikhalle (Kräherwald) für Kids ab 5 Jahre:

Beginner:	Donnerstag, 17 – 18 Uhr
Fortgeschrittene:	Donnerstag, 18 – 19 Uhr

Wir haben noch Plätze frei. Schaut einfach mal vorbei.

MTV STUTTGART SPENDENLAUF 08.09.2019



Der MTV Spendenlauf geht in diesem Jahr bereits in die dritte Runde. Das letzte Wochenende in den Sommerferien hat sich mittlerweile als Termin etabliert. Am **Sonntag, 08.09.2019** von **10 Uhr bis 16 Uhr** auf dem MTV Gelände wird der Spendenlauf stattfinden.

Die Spenden gehen in diesem Jahr an die MTV Blindenfußballer, das Integrationsprogramm der MTV Fußballakademie sowie an die MTV Wheeler Rollikids. Im letzten Jahr ist eine beachtliche Spendensumme von 10.000 Euro zusammengekommen, die der MTV Volleyballakademie überreicht wurde.

Das Orgateam der Abteilung Triathlon (Franziska Hildenbrandt, Lena Gabeler, Karin Lorenz und Steffen Langer) steckt bereits wieder mitten in den Vorbereitungen. Auch abseits der Laufstrecke wird einiges an Programmen geboten werden. Neu in diesem Jahr ist das Angebot einer Lauftechnik- und Trainingsplanberatung, sowie eine Ernährungsberatung für Ausdauersportler.

Menschen, die sich und etwas bewegen wollen, egal ob alt oder jung sind herzlich eingeladen!

Weitere Informationen finden Sie unter:

www.mtvspendenlauf.wordpress.com/anfahrt

Email: mtvspendenlauf@gmail.com

Abseits des Lauevents ...

... wird viel für Spiel, Spaß und Unterhaltung für Teilnehmer und Besucher geboten:

reichhaltiges Angebot an Speisen & Getränken
Hüpfburg & Kinderschminken

Der Perkins Park DJ und Moderatorin Annabelle bringen Euch in Schwung.

Der Erlös aller Einnahmen fließt zu 100 Prozent in den Spendentopf!



Pressestimmen

Hunderte Läufer drehen im Kräherwald ihre Runden ... der MTV kann sich über einen Erlös von 10.000 Euro freuen – nach hunderten gelaufenen Kilometern.“ (Stuttgarter Zeitung, Sept. 2018)

Alles auf einen Blick

Ausrichter

Der MTV Spendenlauf ist eine Initiative der Abteilung Triathlon des MTV Stuttgart.
spendenlauf.mtv-stuttgart.de

Wann?

Sonntag 8. September 2019, 10 bis 16 Uhr
Begrüßung | Beginn 10 Uhr
Ein Start ist jederzeit möglich.

Wer?

Menschen, die sich und etwas bewegen wollen, egal ob jung oder alt.

Wo?

MTV Stuttgart 1843 e.V., Am Kräherwald 190 A
70193 Stuttgart

Strecke

400 Meter-Tartanbahn und eine 1,9 Kilometer lange Strecke durch den Kräherwald.

Anfahrt

Mit dem Bus

Linie 40 & 50 Haltestelle Kräherwald

Mit dem Auto

Parken auf dem Sportgelände des MTV.
Parkplätze sind begrenzt vorhanden.

Spendenkonto

Empfänger: MTV Stuttgart
Betreff: MTV Spendenlauf
IBAN: DE16 6004 0071 0553 6446 02

Die Veranstaltung fundet auch bei schlechtem Wetter statt.

MTV Spendenlauf

Mit vielen Schritten Grobes erreichen



KRÄHERWALD BEWEGT SICH

Vielältiges Rahmenprogramm
für Jung und Alt
Speisen und Getränke

Sonntag,
8. September 2019
10 bis 16 Uhr



MTV Stuttgart 1843 e.V.
Sportanlage Kräherwald
spendenlauf.mtv-stuttgart.de



AUCH PARTNERFIRMEN KÖNNEN DABEI SEIN

Alle Partnerfirmen des MTV können sich auf verschiedenste Weise am Spendenlauf beteiligen. Ob Werbung, Spenden oder Mitarbeiter-Event: Wir organisieren das für Sie. Bitte wenden Sie sich bei Interesse an Fabian Bauer: fabian@vereins-promit.de.



WIE FIT IST IHR RÜCKEN? BUNDESWEITE RÜCKENSTUDIE JETZT IM FITNESSSTUDIO MOTIV

Wir suchen 100 Testpersonen, die mit unserem exklusiven 4-Wochen-Programm gezielt ihren Rücken stärken wollen.



Wie fit ist Ihr Rücken? Was bringt gezieltes Rückentraining?

Diese Fragen sollen im Rahmen einer bundesweiten Studie in Kooperation mit einem Verbund von Fitness- und Gesundheitsanlagen beantwortet werden. Das MTV-Fitnessstudio MOTIV beteiligt sich als Spezialist für gesundheitsorientiertes Training ab sofort an dieser Studie. Deshalb suchen wir 100 Personen im Alter von 18 – 65 Jahren, die 4 Wochen lang gezielt ihren Rücken stärken wollen.

Ziel der Studie ist es, innerhalb eines Zeitraums von 4 Wochen nachzuweisen, dass regelmäßiges Rückentraining die Muskulatur deutlich verbessert, Schmerzen lindert, Verspannungen beseitigt und zu einer Verbesserung des allgemeinen Wohlbefindens führt.

Die statistischen Daten der Studie werden unter anderem dazu verwendet, den Krankenkassen die Effektivität von

regelmäßigem Training aufzuzeigen. Denn es bedeutet nicht nur mehr Gesundheit, Wohlbefinden und Vitalität, sondern auch weniger Kosten im Gesundheitswesen. „Ich bin stolz, dass die Studie in unserem Studio stattfindet“, so Studioleiter Ingo Uran, „und bin mir sicher, dass die Teilnehmer neben Stärkung der Rückenmuskulatur auch jede Menge Spaß haben werden.“ Auch die stellvertretende Studioleiterin Tamara Golinski, Sporttherapeutin, freut sich schon auf den Start. „Ich bin sehr gespannt, wie unsere Teilnehmer abschneiden. Ich hoffe natürlich, dass wir ähnlich gute Ergebnisse erzielen wie die Teilnehmer in den anderen teilnehmenden Städten“.

Alle Studienteilnehmer haben die Möglichkeit, gegen eine Schutzgebühr von nur **39 Euro** folgende Leistungen zu nutzen:

- Detaillierte Rücken-Analyse zu Beginn
- Erstellung eines Trainingsplans abgestimmt auf Ihre muskulären Schwächen
- Detaillierte Einweisung in Ihr Training
- 2 x pro Woche Training an Geräten nach

freier Zeiteinteilung

- Nutzung von Rückengymnastik-Kursen
- Übungen zur Förderung der Beweglichkeit
- Abschluss-Test nach 4 Wochen mit persönlicher Auswertung der Daten
- Empfehlungen und Tipps für einen gesunden und starken Rücken

Im Rahmen der Studie erhalten die Studienteilnehmer bei Abschluss einer weiterführenden Mitgliedschaft im MOTIV außerdem ein Rabatt in Höhe von bis zu 150,- Euro.

Selbstverständlich unterliegen alle Daten dem Datenschutz und werden ausschließlich anonym ausgewertet sowie nur im Rahmen der Studie verwendet.

Machen Sie mit! Tun Sie sich und Ihrem Körper etwas Gutes. Nähere Infos erhalten Sie im Fitnessstudio MOTIV unter 0711 – 258 555 80.

Viel Erfolg, Fitness, Gesundheit und Spaß wünscht Ihr MTV Stuttgart

30 JAHRE BEWEGUNG UND GESUNDHEIT IM FEUERBACHER TAL BEWEGUNG DAMALS UND HEUTE

Der MTV Stuttgart steht für Sport und Bewegung in all seinen Facetten – vom Breitensport bis zum Wettkampf- und Leistungssport, von Sportgruppen über Fitnesskurse bis zum Gesundheitsstudio. Es geht um den Spaß an Bewegung, das Miteinander und natürlich auch um die Gesundheit. Im letzten Jahr haben wir das 175-jährige Jubiläum des Gesamtvereins gefeiert. **In diesem Jahr wird das Bewegungszentrum im Feuerbacher Tal – das heutige Fitness- und Gesundheitsstudio MOTIV – 30 Jahre alt.** In den letzten 30 Jahren hat sich in Sachen Fitnesstraining einiges getan. Anfangs noch Nischensport für Bodybuilder wurde Fitnesstraining bedingt durch verschiedene Trends und einem sich verändernden Gesundheitsbewusstsein zu einem Sportangebot für Jedermann. Gut erkennen kann man das auch an dem, was sich im MOTIV bzw. im einstigen Bewegungszentrum seit der Gründung verändert hat.

Fitnesstraining: Vom Nischensport...

Die Anfänge des modernen Fitnesstrainings, das sich ab Mitte des 20. Jahrhunderts entwickelte, sind im Bodybuilding zu finden. Im Fokus standen das Krafttraining mit primär ästhetischen Trainingszielen, wodurch vor allem Männer angesprochen wurden. Doch Bodybuilding war eine Nischensportart und mit vielen Vorurteilen belegt. Sport für die breite Masse fand zu dieser fast ausschließlich in den Sportvereinen statt. In den 1980er Jahren bildete sich zunehmend ein kommerzieller Fitnessmarkt aus, was vor allem durch den Aerobic-Trend begünstigt wurde. Fitnesstraining als Gruppentraining anzubieten, bei dem man sich auf Musik bewegt, brachte den notwendigen Spaßfaktor ins Spiel, um sich langsam vom Bodybuilding-Nischensport-Image zu lösen. Zudem wurden dadurch auch Frauen angesprochen, ins Fitnessstudio zu gehen. Der MTV Stuttgart hatte damals schnell erkannt, dass Vereine langsam aber sicher die sportliche Monopolstellung verlieren würden. So wurde nicht nur das Kurssystem ins Leben gerufen, sondern mit dem Bau der

neuen Sporthalle mit eingebundenem Bewegungszentrum 1989 auch die Weichen für das Fitnesstraining im MTV Stuttgart gelegt.



... über den Gesundheits-sport...

Ende des 20. Jahrhunderts wuchs mit steigender Lebenserwartung und höherem Gesundheitsbewusstsein die Nachfrage nach gesundheitsorientierten Angeboten. Im Zuge dieses Gesundheitstrends wurde nun auch das Fitnesstraining einer noch breiteren Masse zugänglich gemacht. Durch Reha- und Präventionsmaßnahmen fanden immer mehr Menschen ihren Weg ins Fitnessstudio. Das Ziel war vorrangig Gesundheitstraining und nicht der Spaß an Bewegung. Dieser war im Fitnessstudio weiterhin eher den Kursen vorbehalten, wo das Angebot – natürlich auch an Gesundheitskursen – stetig wuchs. 2001 wurde im Feuerbacher Tal daher aus dem Bewegungszentrum nach einem großen Erweiterungsbau das Fitnessstudio MOTIV. Der MTV Stuttgart, der bis dato noch den direkten Vergleich mit den privaten Fitnessstudios scheute, ging jetzt in den direkten Wettbewerb.



... zum Sport für die Gesellschaft

In diesem Wettbewerb hat das MOTIV bis heute seine starke Stellung behauptet. Möglich war dies nur, da man in Vereins- und Studioleitung stets aufmerksam die Entwicklungen in der Sport- und Fitnessbranche beobachtet hat. Gerade in den letzten 10 Jahren hat es nochmal einen ordentlichen Ruck gegeben: Die Angebote sind mittlerweile so vielfältig, dass es für nahezu jedes Trainingsziel und jede Trainingsmotivation etwas Passendes gibt. Als Fitnessstudio muss man also äußerst individuell auf die Bedürfnisse der Mitglieder eingehen können, gleichzeitig aber auch sehr flexibel bezüglich der Trainingsmöglichkeiten und neuen Entwicklungen sein. Außerdem ist Fitnesstraining nicht nur gesellschaftlich als Teil einer gesunden und aktiven Lebensgestaltung angekommen, sondern wird auch vom Gesundheitswesen immer mehr akzeptiert. Egal ob man nun klassisches Krafttraining mit Kniebeugen und Bankdrücken, geführtes Training an manuellen oder elektronisch gesteuerten Geräten, funktionelles Training, Beweglichkeitstraining oder Mobilitätstraining machen möchte, egal ob das Training motiviert ist durch Prävention/Reha, Ästhetik, oder der Spaß an Bewegung, egal ob man eher für sich oder in der Gruppe trainieren möchte, im Fitnessstudio MOTIV gibt es nicht nur das passende Trainingsprogramm, sondern auch eine Betreuungsqualität, die weit über der Norm in Fitnessstudios liegt. Dank des erneuten großen Ausbaus, der 2017 fertiggestellt wurde, und den Planungen für einen Outdoortrainingsbereich wird das MOTIV auch in den kommenden Jahren vielen Menschen zu mehr Lebensqualität, Vitalität und Wohlbefinden verhelfen.

MOTIV
SPORT & GESUNDHEITZENTRUM



Motivation bekommen Wilfried, Siegfried und Johann nicht nur durch das gemeinsame Training, sondern auch durch die Betreuung durch unsere MOTIV-Trainer wie Julia Gsell.

Gemeinsam gegen den Schweinehund!

Wilfried Ulmer, Siegfried Siewert und Johann Meyer sind seit einigen Monaten MOTIV-Mitglieder. Zuerst hat sich Wilfried bei uns angemeldet, der dann seine langjährigen Freunde Siegfried und Johann davon überzeugt hat, auch bei uns im MOTIV anzufangen. Gemeinsam geht's mit der Trainingsmotivation einfach leichter – v.a. weil beim Fitnesstraining leider kein Ball im Spiel ist. Denn nicht nur die Freundschaft verbindet die drei, sondern auch die Vorliebe für Ballsport.

MOTIV: Wilfried, Siegfried und Johann, ihr trainiert jetzt seit einigen Monaten fleißig

bei uns im MOTIV. Wie gefällt euch das Training hier?

Siegfried: Mir gefällt es hier sehr gut! Die Anlage und das Studio sind sehr schön. Es ist zwar immer was los, aber man hat nie das Gefühl, dass es zu voll ist. Das macht das Training sehr angenehm! Vor allem vom fle.xx-Zirkel bin ich sehr begeistert.

Johann: Ich habe davor Kieser-Training gemacht, was mir körperlich auch gutgetan hat, aber das Training dort war nicht sehr motivierend. Daher bin ich zum MOTIV gewechselt: Hier habe ich viel mehr Trainingsabwechslung und eine positive Atmosphäre. Wer hier zum Training kommt, will sein Leben auch wirklich noch aktiv gestalten. Das spornt an!

Wilfried: Ich kann den beiden Herren nur zustimmen! Ich bin auch sehr zufrieden, weil im MOTIV viel Gutes zusammenkommt: Die kompetente Betreuung, die schöne Anlage, nette und sympathische Kontakte – das macht es leicht dranzubleiben. Außerdem finde ich die Getränke-Flatrate super!

MOTIV: Welche Erfolge konntet ihr mit dem Training bislang erreichen?

Johann: Ich hatte vor allem wegen Rückenproblemen mit Fitnesstraining angefangen, die dadurch deutlich besser wurden. Hier im MOTIV hat sich jetzt auch meine Beweglichkeit verbessert. Am fle.xx-Zirkel wird man richtig geschmeidig!

Wilfried: Man merkt das schon bei alltäglichen Dingen wie Schuhe oder Jacke anziehen: auf einmal geht das wieder viel besser!
Siegfried: Ich bin wirklich sehr unbeweglich und verkürzt. Durchs Fußballspielen wurde das nie besser, erst durch die Kombination aus Krafttraining und fle.xx-Zirkel hat sich da was getan. Außerdem konnte ich bei meiner letzten Wandertour feststellen, dass ich viel mehr Stabilität hatte und der Abstieg deutlich leichter ging.

MOTIV: Hand aufs Herz: für euch ist Fitnesstraining eine Vernunftsentscheidung. Richtig Spaß an Bewegung habt ihr eher auf dem Fußball- oder Golfplatz. Was lässt euch trotzdem dranbleiben?

Wilfried: Die Resultate, also wie Fitnesstraining das Wohlbefinden und den Alltag verbessert, sind Motivation genug.

Siegfried: In unserem Alter muss man einfach was tun und körperlich aktiv bleiben. Man merkt meist ganz schnell, wie es ohne wäre...

Johann: Und dass wir das hier gemeinsam machen können, ist wirklich ein extra Bonus!

Wilfried, Siegfried und Johann, vielen Dank für dieses nette Gespräch und euer Feedback! Wir freuen uns, euch auch weiter bei eurem Training unterstützen zu können.

Schmerzfrei durch Beweglichkeit

Zertifizierter Präventionskurs „Fitness Vital – Beweglichkeitsorientierte Ganzkörperkräftigung“

Das Ziel des 8-wöchigen Präventionskurses „Fitness Vital - Beweglichkeitsorientierte Ganzkörperkräftigung“ ist die Verbesserung der Beweglichkeit und Haltung sowie eine Ganzkörperkräftigung. Dabei setzen wir auf das aktive Muskellängentraining am fle.xx-Zirkel, die Arbeit mit der Faszienrolle sowie auf Stabilisations- und Balanceübungen. Dadurch können ein Großteil aller Rücken- und Gelenkschmerzen gemindert werden, die durch Fehlbelastungen in unserem modernen Alltag entstehen.

Der Kurs ist von der Zentralen Prüfstelle Prävention zertifiziert. Eine Mitgliedschaft im MTV Stuttgart oder im MOTIV ist demnach keine Voraussetzung für die Teilnahme an diesem Präventionskurs. **Versicherte einer teilnehmenden Krankenkasse können sich die Kursgebühren im Rahmen der jeweils gültigen Satzungsregelung anteilig erstatten lassen.** Die entsprechenden Regelungen kann der Versicherte bei seiner Krankenkasse erfragen.

Der Kurs findet montags, 18-19 Uhr im MOTIV statt. Eine vorherige Anmeldung ist erforderlich. Die Kursgebühr beträgt 120 € und wird in der Regel durch die Krankenkassen rückerstattet. Weitere Informationen zu diesem Kurs und zu Anmeldung erhalten Sie telefonisch im MOTIV unter 0711 – 258 555 80.

SPORT AKTUELL

VON BIRGIT JANIK

DIESE INNOVATIVEN ANGEBOTE SIND NEU IM MTV PROGRAMM. BEI INTERESSE BITTE SCHNELL ANMELDEN ÜBER DAS ONLINE ANMELDEFORMULAR DER MTV HOMEPAGE.

BREAKDANCE

Breakdance Training ist geeignet für Kinder ab 5 Jahren mit viel Energie und einer Neigung zur Musik. Breakdance Coach Levent Gürsoy (Bboy Samutilio) von der international erfolgreichen Breakdance Crew „Tru Cru“ ist staatl. anerkannter Sport- und Gymnastiklehrer, absoluter Profi auf seinem Gebiet und wird bei uns den Kurs leiten. Falls du auch Lust hast, Tanz und Akrobatik zu verbinden und eventuell an Tanzturnieren und Shows mitzumachen oder auch einfach nur trainieren willst, bist du hier bei uns im Breakdance Training genau an der richtigen Stelle.

C 135 / *Beginner* / Do 17.00 - 18.00 Uhr / 12.09.19 - 12.12.19
C 136 / *Fortgeschrittene* / Do 18.00 - 19.00 Uhr / 12.09.19 - 12.12.19 / Große Gymnastikhalle Sportanlage Kräherwald

Mitglieder 48 € // Gäste 115 €

STEP & STYLE

Das perfekte Body Shaping. Step & Style ist ein effektiver, einfacher und effizienter Weg das Herz-Kreislaufsystem zu trainieren und Kalorien zu verbrennen. Die Kombinationen verschiedener Schritte und Aufbautechniken zu motivierender Musik machen einfach Spaß. Die gesamte Bein- und Gesäßmuskulatur wird beansprucht. Step & Style ist das ideale Training für alle, die schnell und mit Spaß rundum fit werden wollen.

Mittwoch / 17.00 - 18.00 Uhr / GH-KW-g mit Sandra Moosbauer
Einstieg jederzeit möglich, MTV Mitgliedschaft erforderlich

ZUMBA®

Ist ein mitreißendes Workout, das die Welt im Sturm erobert hat. Dieses unglaubliche, vom Tanz inspirierte, kalorienverbrennende, muskelformende Ganzkörper-Training fühlt sich nicht nach einem anstrengenden Workout an, weil es so viel Spaß macht!

ab 12.09.19 bis 12.12.19 / C 434 / Donnerstag, 20.00 - 21.00 Uhr / Motiv Spiegelsaal, mit Evamaria Van de Castel

Mitglieder 48 € // Gäste 115 €

BALLETTKURS

Spielerisches Erlernen der Grundformen des Balletts. Spannungs- und Haltungsschulung, kindgerechtes Einstudieren kleiner Tanzchoreographien.

G 601 / Do 16.00 - 17.00 Uhr / Anfänger ab 5 Jahre

G 602 / Do 17.00 - 18.00 Uhr / Fortgeschrittene 1

Neue Gymnastikhalle Kräherwald, ab Donnerstag, den 19.09.19 mit Sandra Wagner

Jahreskursgebühr Mitglieder 115 €



FORRÓ

Der brasilianische Paartanz.

Anders als es vielleicht viele vermuten, tanzt man in Brasilien nicht Salsa, sondern Forró. Dieser ist ein sehr beliebter und vielseitiger Tanz, bei dem das Vertrauen und die Kontaktsuche zum Tanzpartner zu Forró-Haltung führt. Forró ist leicht zu lernen, schön anzusehen, die Musik sehr abwechslungsreich und das Tanzen fühlt sich an wie eine Brise am brasilianischen Strand! Das Gefühl des brasilianischen Paartanzes Forró drückt sich in der natürlichen, aufrechten Haltung des Menschen aus und soll letztendlich zur freien Entfaltung der Individualität der Tänzenden beitragen. Die Forró-Haltung verlangt, dass zwei Menschen ständig Kontakt miteinander suchen und dadurch im Gefühl des Tanzes eintauchen. Der Führende soll lernen, den Partner durch richtige Stellung anstatt mit Kraft zu führen, und wer sich führen lässt, soll im Moment präsent sein und „gewichtlos“ werden. So entsteht eine Kommunikation zwischen den beiden Tanzpartnern. Ein fester (Tanz)Partner ist nicht zwingend, nur bequeme flache Schuhe und etwas zu trinken mitbringen wegen der brasilianischen Temperatur!

C 931 / Mittwoch, 18.00-19.00 Uhr / 18.09.19 - 11.12.19 / Motiv Spiegelsaal

Mitglieder 48 € // Gäste 115 €

QI GONG

E 233 / Montag / 16.09.19 bis 09.12.19 / 09.00 - 10.00 Uhr /

Kleine Gymnastikhalle, Sportanlage Kräherwald, mit Elke Kern

E 234 / Samstag / 14.09.19 bis 14.12.19 / 11.30 - 12.30 Uhr /

im Motiv Spiegelsaal, mit Regina Trieb

Mitglieder 48 € // Gäste 115 €



BREATHWALKING

Yogawalking: Verbindung von Workout, Yoga und Meditation: Breathwalk kombiniert Spazierengehen, bewusste Atemmuster, Achtsamkeit und Yogaübungen. Atmen und Gehen sind die zwei natürlichsten Dinge, die wir tun. Breathwalk integriert Atmen, Gehen und Meditation in besonderen Übungsmustern, die neue Lebenskraft erschaffen. Das Geheimnis der Effektivität liegt in der besonderen Kombination von Rhythmus, Übung, innerem Klang und Konzentration. Breathwalk ist eine uralte Technik, die perfekt für unsere heutigen Bedürfnisse und Ziele geeignet ist. Sie ist einfach, effektiv und tiefgehend. Du kannst sie einfach an deinem individuellen Lebensstil, deiner Geschwindigkeit und deinem Gebrauch anpassen. Sie verursacht sofortige positive Veränderungen deiner Energie, deiner Sinne und deiner Stimmungen.

E 931 / Donnerstag / 17.30 - 18.30 Uhr / 12.09. - 17.10.2019 / Treffpunkt Sportanlage Kräherwald / 5-mal / mit Carol Müller

Mitglieder 21 € // Gäste 51 €

PILATES

Montag / 16.09.19 - 09.12.19 / kl. Schlossturnhalle, 1. Stock, mit Nathalie Hummel

E 735 / 19.00 - 20.00 Uhr / Anfänger

E 736 / 20.00 - 21.00 Uhr / Fortg. 1

Dienstag / 17.09.19 - 10.12.19 / Falkertschule, mit Silke Keim

E 732 / 18.45-19.45 Uhr / Anfänger

Donnerstag / 12.09.19 - 12.12.19 / Motiv Spiegelsaal, mit Nathalie Hummel

E 731 / 18.00 - 19.00 Uhr / Fortg. 1

Mitglieder 48 € // Gäste 115 €

POWER PILATES

Mittwoch / 11.09.19 - 11.12.19 / Bürgerzentrum West, Otto-Hajek-Saal, mit Regina Trieb

E 738 / 19.00 - 20.00 Uhr / Fortg. 1

Mitglieder 48 € // Gäste 115€

YOGILATES

E 832 / Mittwoch, 18.00 - 19.00 Uhr / 11.09.19 - 11.12.19 / Bürgerzentrum West, Otto-Hajek-Saal, mit Regina Trieb

E 831 / Samstag, 10.30 - 11.30 Uhr / 14.09.19-14.12.19 / Motiv Spiegelsaal mit Regina Trieb

Mitglieder 48 € // Gäste 115 €

HATHA YOGA

Yoga, ein ganzheitliches System, harmonisiert Körper, Geist und Seele mit Hilfe von Asana (Körperhaltungen), Pranayama (Atembewusstsein), Konzentration und Meditation. Yoga ist mit seinem gesundheitlichen Aspekt ein wunderbarer Weg für den westlichen Menschen, wieder in die Einheit zu finden. Yoga ist geeignet für Menschen jeden Alters. Dieser Hatha Yoga Kurs eignet sich besonders für Anfänger, die noch keine oder wenig Erfahrung mit Yoga gemacht haben.

Mittwoch, 19.00 - 20.00 Uhr / E 137 / 12 Abende ab 11.09.19 / Große Gymnastikhalle, Sportanlage Kräherwald / mit Miro Anastasidou

Mitglieder 48 € // Gäste 115 €

VINYASA POWER YOGA

Vinyasa Power Yoga verbindet westliche Dynamik mit östlicher Spiritualität. Power Yoga trainiert Kraft – Flexibilität – Ausdauer.

E 433 / Montag, 18.30 - 19.30 Uhr / ab 16.09.19 / GH-KW-n, mit Iva Peranic

E 434 / Dienstag, 19.45 - 20.45 Uhr / ab 17.09.19 / Falkertschule, mit Silke Keim

E 431 / Dienstag, 20.00 - 21.00 Uhr / ab 17.09.19 / GH-KW-n, mit Uta Sichel

E 432 / Mittwoch, 20.00 - 21.00 Uhr / ab 11.09.19 / BZ West, Otto-Hajek-Saal, mit Jessica Eisenkrein

Mitglieder 48 € // Gäste 115 €

YOGA FÜR SENIOREN

Yoga für Senioren (ab ca. 55-99 Jahren) stärkt Ihre Muskulatur, macht Ihre Gelenke und Ihren Geist flexibler. Körper, Seele und Geist kommen zur Ruhe und Entspannung, werden gefordert und gefördert. Im Alter versteift der Körper natürlicherweise immer mehr. Yoga kann dem entgegenwirken. Durch sanfte Übungen mit Körper und Atem werden Körper und Geist beweglich gehalten oder wieder beweglicher.

Dienstag, 09.00 - 10.30 Uhr / E 161 / 12 Vormittage ab 17.09.19 / Neue Gymnastikhalle, Sportanlage Kräherwald mit Gabriele Gellert

Mitglieder 48 € // Gäste 115 €

FASZIEN FIT

Faszien sind das faserige Bindegewebe, das unsere Muskeln und Knochen umhüllt. Je besser die Faszien trainiert sind umso effektiver funktioniert die Kraft. Die Muskulatur wird elastischer und Bewegungen geschmeidiger, Verspannungen lösen sich. Im Kurs Faszien Fit werden die Bindegewebshüllen durch gezielte Übungen trainiert. Als Ergänzung zum Muskeltraining ist Faszien – Training ein weiterer, wichtiger Bestandteil des Muskelaufbautrainings. Dieser Kurs ist für Einsteiger und Fortgeschrittene gleichermaßen geeignet.

B 533 / Montag 10.30 - 11.30 Uhr / 16.09.19 - 09.12.19
im Motiv Spiegelsaal, mit Silke Keim

Mitglieder 48 € // Gäste 115 €

POWER DUMPELL EASY

C 633 / Donnerstag, 08.00 - 09.00 Uhr / 12-mal ab 12.09. bis 12.12.19 im Motiv Spiegelsaal, mit Bea Renz

Mitglieder 48 € // Gäste 115 €

POWER DUMPELL KURS

C 631 / Montag, 19.30 - 20.30 Uhr / 16.09.19 bis 09.12.19 / 12-mal
C 632 / Freitag, 17.00 - 18.00 Uhr / 13.09.19 bis 13.12.19 / 12-mal
im Motiv Spiegelsaal, mit Bea Renz

Mitglieder 48 € // Gäste 115 €

BAUCH - BEINE - PO

Die sogenannten „Problemzonen“ bei Frauen sind vor allem den heutigen Schönheitsidealen geschuldet und - so frau möchte - in erster Linie durch Nahrungsreduzierung zu bekämpfen. Uns geht es um die Ausbildung der Muskulatur in diesen Bereichen. Regelmäßiges Üben strafft die Muskeln und Konturen, beugt Gelenkerkrankungen vor und sorgt für eine gute Körperhaltung.

B 632 / Donnerstag, 19.00 - 20.00 Uhr / 12.09.19 - 12.12.19 /
mit Bettina Bosch / Motiv Spiegelsaal
B 635 / Freitag, 08.30 - 09.30 Uhr / 13.09.19 - 13.12.19 /
mit Bettina Bosch / Motiv Spiegelsaal
B 636 / Samstag, 09.30 - 10.30 Uhr / 14.09.19 - 14.12.19 /
mit Jessica Eisenkrein / Motiv Spiegelsaal

Mitglieder 48 € // Gäste 115 €

KINDER - SCHWIMMKURSE STADTBAD HESLACH

Kursbeginn: 16.09.19

G 101 / Montag / 18:00 - 18:40 Uhr / Anfänger / K. Klenota
G 102 / Montag / 18:40 - 19:20 Uhr / F1 / K. Klenota
G 103 / Montag / 19:20 - 20:00 Uhr / F2 / K. Klenota

SCHUL- UND VEREINSBAD WEST, FORSTSTR.17

G 304 / Montag / 17:30 - 18:10 Uhr / ElKi / Tt. Schramm / ab 16.09.19
G 214 / Montag / 17:45 - 18:25 Uhr / F1 / O. Ziegler / ab 16.09.19
G 414 / Montag / 17:45 - 18:25 Uhr / F3 / T. Hoffmeister / ab 16.09.19
G 205 / Dienstag / 17:00 - 17:40 Uhr / F1 / O. Ziegler / ab 17.09.19
G 206 / Dienstag / 17:45 - 18:25 Uhr / F2 / O. Ziegler / ab 17.09.19
KiSS / Mittwoch / 15:30 - 16:15 Uhr / KiSS Stufe 2 / KiSS Lehrteam / ab 18.09.19
G 312 / Mittwoch / 16:15 - 16:55 Uhr / F2 / M. Salzer / ab 11.09.19
G 117 / Mittwoch / 16:15 - 16:55 Uhr / Anfänger / K. Klenota / ab 11.09.19
G 218 / Mittwoch / 17:00 - 17:40 Uhr / F1 / M. Salzer / ab 11.09.19
G 415 / Mittwoch / 17:00 - 17:40 Uhr / F3 / K. Klenota / ab 11.09.19
G 111 / Mittwoch / 17:45 - 18:25 Uhr / Anfänger / M. Salzer / ab 11.09.19
G 419 / Mittwoch / 17:45 - 18:25 Uhr / F3 / K. Klenota / ab 11.09.19
G 313 / Freitag / 15:45 - 16:25 Uhr / F3 / D. Paleari / ab 13.09.19
G 316 / Freitag / 15:30 - 16:10 Uhr / F2 / A. Klöpfer / ab 13.09.19

EXTREME FITNESS

In diesem Kurs werden durch High Intensiv Intervall, Funktional Krafttraining, Training mit dem eigenen Körpergewicht, Schnelligkeits- und Beweglichkeitstraining sowie Dehnung und Koordination an die Teilnehmer neue sportliche Herausforderungen gestellt, die mit Spaß zum Erfolg führen. Die Übungselemente aus der Leichtathletik, dem Turnen und Gewichtheben trainieren nicht isoliert die Muskeln, sondern primär Muskelketten unter Berücksichtigung mehrerer motorischer Grundeigenschaften. Ein Kurs für Fitness Enthusiasten im Alter zwischen 18-40 Jahren, die danach streben ein höheres Fitness Level und Körperbewusstsein durch Extreme Fitness zu erreichen.

B 431 / Mittwoch, 20.30 - 21.30 Uhr / 11.09.19 - 04.12.19 /
Motiv Spiegelsaal
Kurs für Fortgeschrittene:
B 432 / Freitag, 18.30 - 19.30 Uhr / 13.09.19 - 13.12.19 /
Sportanlage Kräherwald
mit Fitness Coach Des Thompson

Mitglieder 48 € // Gäste 115 €

Kategorie	Voraussetzungen	Ziele
Eltern/Kind	keine (Alter 4 Jahre)	Wassergewöhnung
Anfänger	keine (Alter 5 Jahre)	4 m Brustschwimmen
F1	4 m Brustschwimmen	je nach Können Abzeichen Erwerb möglich
F2	Besitz Abzeichen Seepferdchen	je nach Können Abzeichen Erwerb möglich
F3	Besitz Abzeichen Bronze	je nach Können Abzeichen Erwerb möglich

Kursgebühr Mitglieder: 55 €

Kursgebühr Nichtmitglieder: 105 €

Kursdauer: 12 Übungseinheiten

AQUAFITNESS

G 836 / Di 17.15 - 18.00 Uhr / 17.09.19 - 10.12.19 / Anfänger
 G 866 / Di 18.00 - 18.30 Uhr / 17.09.19 - 10.12.19 / Ausdauer Anfänger
 G 837 / Mi 18.30 - 19.00 Uhr / 11.09.19 - 04.12.19 / Ausdauer Fortgeschrittene
 G 832 / Fr 16.15 - 17.00 Uhr / 13.09.19 - 13.12.19 / Anfänger
 G 833 / Fr 17.00 - 17.45 Uhr / 13.09.19 - 13.12.19 / Fortgeschrittene
 G 834 / Fr 17.45 - 18.30 Uhr / 13.09.19 - 13.12.19 / Anfänger
 G 835 / Fr 18.30 - 19.00 Uhr / 13.09.19 - 13.12.19 / Ausdauer Anfänger

Bei allen Kursen ist die Schwimmfähigkeit erforderlich!
 Voraussetzung für den Fortgeschrittenen Kurs ist eine vorherige Teilnahme an einem Anfänger Kurs.
 Aquafitness ist kein Reha Sport.

Schul- und Vereinsbad West, Forststr.17

G 832; G 833; G 834; G 836 Mitglieder 48 € // Gäste 130 €
 G 835; G 837; G 866 Mitglieder 28 € // Gäste 69 €

KRAULSCHWIMMKURSE FÜR ERWACHSENE

Sie lernen unter fachlicher Anleitung und Aufsicht das Kraulschwimmen. Schwimmen ist keine Frage des Alters und macht in einer kleinen Gruppe viel mehr Spaß. Brustschwimmenkenntnisse sind erforderlich!
 Die Kurse bestehen aus 12 Einheiten zu jeweils 45 Minuten.

G 133 / Kraulschwimmen Basiskurs / Freitag, 16.30 - 17.15 Uhr
 G 134 / Kraulschwimmen Aufbaukurs / Freitag, 17.15 - 18.00 Uhr
 G 135 / Kraulschwimmen Fortgeschrittene / Freitag, 18.00 - 18.45 Uhr ab 13.09.19 - 13.12.19
 Schul- und Vereinsbad West, Forststraße 17, 70176 Stuttgart

Mitglieder 48 € // Gäste 130 €



FIT MIT BABY UND BUGGY

Unser Outdoor Fitness Kurs bei dem dein Kind im Kinderwagen oder Buggy dabei ist. Der Kurs ist auf die speziellen Bedürfnisse des weiblichen Körpers nach der Geburt zugeschnitten. Das Training verbindet auf lockere Art Ausdauer, Kraft, Beckenbodengymnastik und Kinderbetreuung. Dabei kommt auch der Spaß nicht zu kurz.

F 731 / Freitag / 11.00 - 12.00 Uhr / 13.09. - 18.10.2019 / Treffpunkt Sportanlage Kräherwald / 5-mal / mit Jessica Eisenkrein

Mitglieder 21 € // Gäste 51 €



REFRESH-TANZKURS

... für Tanzpaare mit Vorkenntnissen oder Wiedereinsteiger.
 Der nächste Ball steht an und Sie haben Vieles vergessen?
 Sie wollen sich beim Abschlussball Ihrer Kids nicht blamieren?
 Einfach nur mal ausprobieren, ob Tanzen wieder Spaß macht?
 Es gibt viele Gründe, aber ... hier wird Ihnen geholfen!

G 901 / Donnerstag, 19.00 - 20.00 Uhr / 10-mal / 19.09. bis 05.12.19 / Große Gymnastikhalle, Sportanlage Kräherwald, mit Gaby Schiefer

Mitglieder 42 € // Gäste 102 € pro Person



ALLROUNDSPORT FÜR FAMILIEN

Ab Oktober startet unser „Allroundsport für Familien“ Angebot in die Wintersaison. Auf dem Programm stehen Fitnessübungen, diverse Spiele um die ganze Familie wieder auf die Freiluftsaison 2020 vorzubereiten. Gemeinsamer Sport soll einfach Spaß machen und zum Familienerlebnis werden. Dieses Angebot richtet sich an alle Familien mit Kindern ab 7 Jahren.

Dienstag / ab 08.10.19 / 18.00 - 19.00 Uhr / Kleine Gymnastikhalle, Sportanlage Kräherwald / Leitung: Tobias Hoffmeister

INDOOR-CYCLING

Im Motiv Spiegelsaal

Mo 18.30 - 19.30 Uhr / 16.09.19 - 09.12.19 / C 735 / B. Renz
 Mo 20.30 - 21.30 Uhr / 16.09.19 - 09.12.19 / C 738 / B. Renz
 Di 20.30 - 21.30 Uhr / 17.09.19 - 10.12.19 / C 732 / J. Eisenkrein
 Do 07.00 - 08.00 Uhr / 12.09.19 - 12.12.19 / C 737 / B. Renz
 Fr 16.00 - 17.00 Uhr / 13.09.19 - 13.12.19 / C 733 / B. Renz
 Fr 18.00 - 19.00 Uhr / 13.09.19 - 13.12.19 / C 736 / B. Renz

Mitglieder 48 € // Gäste 115 €

WIRBELSÄULENGYMNASTIK & FASZIEN FIT FÜR BERUFSTÄTIGE

Muskuläre Dysbalancen – hervorgerufen durch Bewegungsarmut sowie Fehlbelastungen der Wirbelsäule - sind die Gründe für Deutschlands Leiden Nr. 1 - Rückenbeschwerden! Wir trainieren die Stütz Muskulatur der Wirbelsäule, dehnen die verkürzten Muskelgruppen und vermitteln Kenntnisse zur Vermeidung schädlicher Alltagsbelastungen. Faszien sind das faserige Bindegewebe, das unsere Muskeln und Knochen umhüllt. Je besser die Faszien trainiert sind umso effektiver funktioniert die Kraft. Die Muskulatur wird elastischer und Bewegungen geschmeidiger, Verspannungen lösen sich. Als Ergänzung zum Muskeltraining ist Faszien - Training ein weiterer, wichtiger Bestandteil des Muskelaufbautrainings.

D 301 / Mittwoch, 18.45 - 19.45 Uhr / Turnhalle Königin-Katharina-Stift mit Karin Kreuels / Jahreskurs / Einstieg jederzeit möglich

Mitglieder 110 €

POWERCLASS BAUCH & RÜCKEN

Dieser Kurs ist für erfahrene und trainierte Sportler und Sportlerinnen, die ihre Rumpfmuskeln durch gezielte Kraftübungen und mit Hilfe von verschiedenen Kleingeräten, wie zum Beispiel Gewichte, Tubes und Pezziball aufbauen wollen. Eine vorausgehende Teilnahme am Kurs „Rückenfit“ ist erwünscht.

D 734 / Mo 17.30 - 18.30 Uhr / 16.09.19 - 09.12.19 / Motiv Spiegelsaal, mit Bea Renz

Mitglieder 48 € // Gäste 115 €



FITNESSGYMNASTIK UND DANCE

Du hast Spaß an Musik und Bewegung? Du möchtest deine Koordination, allgemeine Fitness und dein Wohlbefinden verbessern? Dann ist dieser Kurs genau das Richtige für dich. Durch die Kombination von Tanz- und Krafttraining ist es das optimale Figur Training für Dich. Zudem wird auch die Koordination, Beweglichkeit und Ausdauer verbessert. In dieser Gruppe kommt der Spaß nicht zu kurz.

Mittwoch / 16.00 - 17.00 Uhr / große Gymnastikhalle Kräherwald mit Sandra Moosbauer, Einstieg jederzeit möglich, MTV Mitgliedschaft erforderlich

RÜCKENFIT

Das WSG-Power-Programm. Es werden alle Muskeln, die einen gesunden Rücken garantieren, gezielt gekräftigt. Hierbei kommen verschiedene gymnastische Hilfsmittel zum Einsatz, so gibt es viel Abwechslung und Spaß an der Bewegung. Für alle, die sich in der „normalen“ Wirbelsäulengymnastik unterfordert fühlen.

D 733 / Fr 09.30 - 10.30 Uhr / 13.09.19 - 13.12.19 / Motiv Spiegelsaal, mit Bettina Bosch

Mitglieder 48 € // Gäste 115 €

MUSKELFITNESS PLUS/MINUS 60

Schwindende Muskelkraft ist auch mit 60+ noch korrigierbar. Mit Basisübungen im Kraftausdauerbereich werden Rücken, Bauch, Beine und Schultergürtel zunehmend gekräftigt. Dieses Training ist gleichermaßen für Frauen und Männer geeignet und findet unter Anleitung in unserem Kraftpunkt statt.

H 131 / 12.09.19 - 12.12.19 / Donnerstag / 15.30 - 16.30 Uhr / mit Karin Kreuels

H 132 / 13.09.19 - 13.12.19 / Freitag / 10.00 - 11.00 Uhr / mit Jessica Eisenkrein

Kraftpunkt; MTV - Sportanlage Kräherwald

Mitglieder 48 € // Gäste 115 €

ANTARA® - TRAINING WAS IST ANTARA?

Antara stellt das Core-System, die tiefste Muskelschicht des Rumpfes, in den Fokus. Das Core-System ist verantwortlich für die Stabilität und den Schutz des Rückens, für die Bauchform, für die Kraft des Beckenbodens und für eine funktionelle Atmung. Durch die Abfolge von ruhigen und funktionellen Übungen optimiert Antara zuerst das Core-System, um auf diesem gezielt Kraft und Beweglichkeit zu verbessern. Wer Freude an einem intensiven, präzisen und ruhigem Workout hat, wer zu seinem Sitzalltag ein haltungsverbesserndes Training machen möchte und zu seiner individuellen sportlichen Betätigung ein stabilisierendes Ergänzungstraining sucht, ist im Antara Training genau richtig.

E 531 / Donnerstag, 17.15 - 18.15 Uhr / ab 12.09.19 STH-EG-k, mit Regina Trieb

Mitglieder 48 € // Gäste 115 €

AKTUELLES BAUVORHABEN

NEUBAU AUF DER MTV-ANLAGE KRÄHERWALD

TEXT KARSTEN EWALD ABBILDUNG NUSSER GMBH



Entwurfszeichnung Neubau Kräherwald.



Ansicht West, also vom Sportplatz aus.



Etagenplanung.

Das Multifunktionsgebäude trägt den Arbeitsnamen „Sportpunkt“ und wird das derzeitige Betriebsmeistergebäude, also das schwarze Gebäude am Parkplatz, ersetzen. Das neue Gebäude wird auf vier Ebenen neben der Vereinsnutzung auch die sportpraktischen und sportpädagogischen Möglichkeiten für einige Stuttgarter Schulen und Kitas deutlich erweitern. Zudem werden die angespannten räumlichen Ressourcen für die MTV-Sportbetriebe verbessert und in Bezug auf die Vereinsnutzung städtischer Hallen auch entlastet. Als Gegenleistung wird das Bauprojekt von der Stadtverwaltung sehr großzügig gefördert.

Wir haben uns ganz bewusst für eine Baufirma entschieden, die in umweltschonender modularer Holzbauweise fertigt. Selbstverständlich erfüllt das Gebäude alle energetischen Anforderungen. Das Multifunktionsgebäude ist komplett barrierefrei geplant und berücksichtigt damit alle Anforderungen, die für die Nutzung durch unsere Rolli-Kids als auch durch die Blindenfußballer erforderlich sind.

Was ist geplant?

Im **Untergeschoss** befinden sich vier große Umkleebereiche sowie eine Toilette für behinderte Menschen. Dort ziehen sich vor allem die Schulkinder und unsere Fußballer um. Hier ist die Gebäudetechnik, diverse Lager und ein Sitzungsraum für Abteilungen untergebracht.

Im **Erdgeschoss** werden mit einem Mikrostudio und einem Sport-Funktionsraum zwei Trainingsflächen für den Fitness- und Gesundheitssport eingerichtet. In beiden Räumlichkeiten wird ein breites Spektrum an funktionalem Training abgedeckt. Außerdem befinden sich hier die Umkleide- und Sanitärbereiche für alle Kursbetriebe.

Im **1. Obergeschoss** befindet sich eine Turnhalle mit einer reichhaltigen Ausstattung von kleinen und großen Sportgeräten, die in den Geräteräumen gelagert werden. Hier findet an den Vormittagen vor allem Schulsport statt. Nachmittags werden hier Fitness- und Reha-Sportprogramme angeboten.

Im **2. Obergeschoss** entsteht eine Gymnastikhalle. Diese Halle soll vor allem für Kinder- und Kursprogramme genutzt. Außerdem entstehen hier Büros und ein Seminarraum.

Zum Zeitplan

Derzeit arbeiten wir an den Planungsunterlagen zur Einreichung des Bauantrages. Natürlich haben wir mit allen zuständigen Ämtern bereits ausgiebig gesprochen. Außerdem wird es in den Sitzungen des Gemeinderates auch darum gehen, mit welchen Zuschüssen der Stadt wir rechnen können. Da es sich um ein neuartiges Kooperationsmodell zwischen Stadt und Verein handelt, in welchem der Verein den Stuttgarter Schulen und Kindergärten Sportstätten zur Verfügung stellt, hoffen wir auch auf eine gesonderte Zuschussvergabe durch die Stadt. Im Herbst wissen wir mehr.





MAGAZIN
FÜR VEREINSMITGLIEDER



VEREINSAUSWEIS ALS KUNDENKARTE

EINFACH AN DER KASSE VORZEIGEN

In der PROMOTION Vorteilswelt bieten Partnerfirmen exklusive Einkaufsvorteile oder Vergünstigungen für Vereinsmitglieder. Nutzen Sie Ihren Vereinsausweis als firmenübergreifende Kundenkarte. Auf den nächsten Seiten finden Sie die aktuellen Vorteile unserer Partner und Förderer.



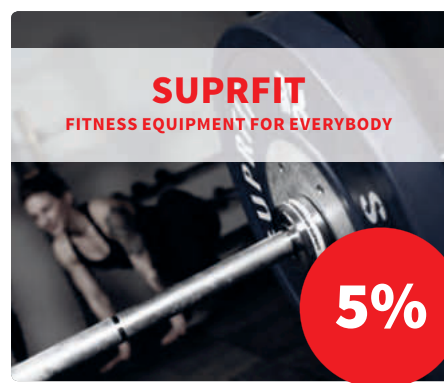
Sonderaktionen, Events und neue Partner finden Sie tagaktuell auf unserer Webseite:

WWW.VEREINSPROMOTION.DE



ACH, SPART DOCH WO IHR WOLLT!

Kleiner Ausschnitt aus der PROMOTION VORTEILSWELT



FÜR VEREINSMITGLIEDER WEITERE VORTEILE UND INFORMATIONEN
AUF UNSERER VORTEILSWELT-PLATTFORM IM NETZ.

NUTZT EURE VORTEILE

SAVE the DATE

Private Shopping Night

im Herbst 2019 beim



Königsstraße 27, 70173 Stuttgart

15 % SALE

tänzerisches & musikalisches
Top-Programm

leckere Verköstigung
Weinausschank
tolle Promotion Stände

Weitere Infos unter: [www. Vereinspromotion.de](http://www.Vereinspromotion.de)



Tom Bloch ist Fotograf der Volleyballerinnen von Allianz MTV Stuttgart, dem neuen Deutschen Meister. Er hat das MTV-Magazin aufmerksam gelesen und sagt:

„Ich bin gemeinsam mit meiner Frau Anfang April in mein Elternhaus umgezogen und bin

seinerzeit über die Info gestolpert, dass MTV-Mitglieder auf einen Umzug mit der **Oswald-Auracher Möbelspedition 10% Rabatt** bekommen. Wir haben uns also ein Angebot eingeholt, und aufgrund des gleich guten Eindrucks kein zweites mehr. Und wir wurden überhaupt nicht enttäuscht. Ganz im Gegenteil. Das ist eine so dermaßen gute Firma! Nach sehr viel Ärger mit Handwerkern, die beim Hausumbau nicht rechtzeitig fertig wurden, war die umsichtige freundliche Hilfe vom international und bunt besetzten Auracher-Team ein Segen. Und sie mussten wirklich ganz schön wuchten. Wir waren völlig begeistert über so viele fleißige gute Geister, die uns geholfen haben. Der MTV hat da echt einen wertvollen Partner in seiner Unterstützer-Familie!“

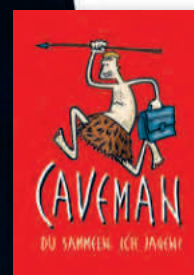


CAVEMAN ZEIGT DIE KARTE

Martin Luding ist als Schauspieler vor allem in der **CAVEMAN-Rolle** bekannt geworden. Er und seines Familie sind MTV-Mitglied. Er steht auf Fitnesstraining, Segeln, Skifahren, Radfahren und Fußball spielen. Er ist gerne beim MTV weil: „Kurz gesagt – breites Programm, Reisen für Kinder und Jugendliche, Vereinsgefühl, voneinander lernen, man kann Kinder mit gutem Gewissen hinschicken, Anlage ist toll, Schwimmbad perfekt, Freizeit für meine Kinder und mich, der Stuttgarter Verein der am breitesten aufgestellt ist. Und außerdem nutze ich die MTV-Vorteilswelt, die ständig größer wird – und ich zeige meine Karte gerne“

Der Amerikaner Rob Becker schrieb mit CAVEMAN das erfolgreichste Solo-Stück in der Geschichte des Broadways. CAVEMAN wirft einen ganz eigenen Blick auf die Beziehung zwischen Mann und Frau. Im „magischen Unterwäskchekreis“ begegnet Tom, der sympathische Held im Beziehungsdickicht, seinem Urahn aus der Steinzeit, der ihn an Jahrtausende alter Weisheit teilhaben lässt: Männer sind Jäger und Frauen sind Sammlerinnen. Eine Tatsache, die die menschliche Evolution bis heute nicht hat ändern können. Was der Durchschnitts-Mann schon immer vermutet hat, weiß Tom nun aus erster Hand und fragt sich: „Warum betrachten wir Frauen und Männer nicht einfach als völlig unterschiedliche Kulturen?“ CAVEMAN ist Vergnügen pur: Ein Jeder erkennt sich wieder. Paare sehen sich an und sagen „Genau wie Du“. Das Stück macht süchtig, Rekorde wie: „Ich war zehn Mal in der Vorstellung“ sind keine Seltenheit.

Martin Luding (MTV Stuttgart) ist als CAVEMAN im Theaterhaus Stuttgart zu sehen und kann einiges berichten: „Eine Frau bekam einmal einen Lachanfall und konnte auch nach fünf Minuten nicht aufhören zu lachen. Als selbst Wasser und Schnaps nicht geholfen haben, sind sie gegangen, damit die Vorstellung weiter gehen konnte. Ich habe sie dann zu einer späteren Show noch einmal eingeladen.“



FRIDAYS FOR FUTURE – UND JETZT?

TEXT KARSTEN EWALD



„Fridays for Future“ ist ein Aufstand der Jugend und ein wichtiger Impuls in einer hitzigen Welt voller Phrasen. Dennoch ist es derzeit nur ein Aufstand der Fordernden, der zu einer Welle der Handelnden werden muss, um Änderungsdruck zu erzeugen. Dabei sollten die jungen Menschen auch bei sich selbst anfangen. Die Politik ist offensichtlich überfordert und zum Teil auch unglaubwürdig. Wie kann beispielsweise ein Umweltministerium die Inlandflüge ernsthaft in Frage stellen, wenn dessen Beamte allein in den ersten 7 Monaten fast 2.000 Flüge zwischen Berlin und Bonn absolvierten, obwohl es gute Bahnverbindungen gibt. Wie kann es sein, dass Grünenwähler laut Forschungsgruppe Wahlen am häufigsten fliegen? Um nur zwei Beispiele zu nennen.

Jugendprotest hat nur Erfolg, wenn er auch eine Kultur des Verweigerens verinnerlicht und lebt. Dazu gehört NEIN sagen:

- nein zum eigenen Auto nach dem Abi
- nein zu Getränken in Plastikflaschen oder Büchsen
- nein zu Einwegbechern, -geschirr und -besteck
- nein zu Kaffee-Kapseln
- nein zum Billigfleisch beim Grillen
- nein zu Plastiktüten beim Obstkauf
- nein zu „Klassenfahrten“ mit dem Flugzeug
- nein zur Marken-Hörigkeit
- nein zu Billig-Textilien aus Fernost ... u.v.m.

Es reicht nicht, nur einen Aufstand anzuzetteln oder Grün zu wählen. Es wäre wohl bald vorbei mit der irgendwie beruhigenden Grünseligkeit, wenn grüne Politik sich durchsetzt. Dies würde nicht nur die SUV-Fahrer in der City befremden, sondern auch die Urlaubs-Vielflieger und die bequemen Konsumenten, die denken, dass Grün wählen auch schon Grün genug ist. NEIN, das ist es nicht. Die Sympathisanten und die Fordernden müssen durch eigenes Handeln glaubhaft in Vorleistung gehen.

Der Einzelne kann die Welt nicht retten, aber es geht um die Gestaltung gesellschaftlicher Rahmenbedingungen. Umweltfreundlicher Konsum muss zum Normalfall werden. Das geht nur, wenn ganz viele Einzelne als aktive Verweigerer den Markt aufmischen.

Lasst uns mal etwas Verweigern

Der MTV Stuttgart hat die vereinseigene PROMIT GmbH beauftragt, seine Teams mit Sporttextilien auszurüsten. Durch Massenbestellungen kann Geld gespart werden, und die PROMIT wählt die Hersteller. Die Ausrüstung soll, wenn möglich, zu großen Teilen schrittweise an Unternehmen vergeben werden, die ihre gesamte Produktions- und Lieferkette in Europa vorhalten. Das werden dann nicht die großen fernöstlich ausgerichteten Markenunternehmen sein, die ihre Produkte zwar mit starken Rabatten anbieten, aber auf Kosten der arbeitenden Menschen. Eine Näherin erhält dort zwischen 40 und 60 Cent für ein Trikot – hinzu kommen üble Arbeitsbedingungen und weite Transportwege. Das Thema „Markenhörigkeit“ wurde bereits erwähnt, und so ist es nicht verwunderlich, dass es Sportler gibt, die sich (trotz gleicher Qualität) ohne Streifenkrone oder springende Raubkatze auf dem Trikot nicht wohlfühlen. Doch genau hier setzt die Verweigerung an. Ein Nein-Sagen ist nicht immer bequem und manchmal auch komisch. Aber es ist wichtig. Und es soll ein Beitrag sein, auf dem Weg vom Aufstand der Fordernden zur Welle der Handelnden.



DER MTV AUF DEM VOLKSFEST

Über 400 Mitglieder feiern am **29.09.2019** auf dem Volksfest beim Göckelesmaier. Auch in diesem Jahr können sich alle Abteilungen und Sportgruppen wieder zu einer zünftigen Hocketse treffen. Dazu gibt es ein Superangebot von unserem Partner Göckelesmaier:

Ein halbes Göckele und eine Maß Bier für ganze 6 Euro

(zzgl. Bedienungsgeld)

Reservierung dringend erbeten.

Jede Abteilung, Mannschaft bzw. Sportgruppe reserviert bitte bis zum 15.9. unter der Emailadresse feierabend@goeckelesmaier.de die Anzahl der erwünschten Plätze.

Gebt bitte folgende Daten bei eurer Reservierung an:

- MTV Stuttgart
- Abteilung, Mannschaft oder Gruppe
- Verantwortlicher
- Anzahl der Plätze

Der Göckelesmaier reserviert dann euren Tisch mit diesen Angaben. Bitte besetzt am 29.09. mit eurer Gruppe die reservierten Plätze möglichst bis 18 Uhr. Euer Verantwortlicher holt dann die bestellten Getränke- und Göckeles-Marken im Reservierungsbüro, außerhalb des Festzeltes ab und bezahlt diese dort vor Ort.

Weitere Infos und Rückfragen bei Peter Kolb unter **0711-639918**

Es wird toll sein, wie immer. Viel Spaß.



Göckelesmaier
Der Göckelesmacher.



Wir helfen Schritt für Schritt

ORTHOPÄDIE • REHA • BANDAGEN • SANITÄTSARTIKEL

Sportverletzung oder Abnutzungserscheinung?

Wir haben eine große Auswahl an Bandagen für:

- ✓ Knöchel
- ✓ Knie
- ✓ Handgelenk
- ✓ Arm
- ✓ Rücken
- ✓ Schulter

Unser kompetentes Personal berät Sie gerne!



Bildquelle: Bauerfeind



Sanitäts- und Gesundheitshaus

WEBER & GREISSINGER
Stuttgart GmbH

70176 Stuttgart · Schlossstr. 68 · Tel.: 0711 61 70 36
www.weber-greissinger.de · info@weber-greissinger.de
Parken kostenlos im Hof

Bring
Momente zum
Leuchten.

Als Bufdi oder FSJler*in.

Du willst was Sinnvolles machen und dich sozial engagieren? Dann komm zu uns und begleite blinde und sehbehinderte Menschen bei der Nikolauspflge. Du bekommst spannende Einblicke in einen vielseitigen Arbeitsbereich.

jasmin.kaelber@nikolauspflge.de
Tel. (0711) 65 64-980

www.karriere.nikolauspflge.de



NACH DER SAISON IST VOR DER SAISON

TEXT JUTTA LOTZ FOTO MTV



Saisonrückblick

Im April fand die Badmintonseason 2018/2019 ihren Abschluss. Aufstiegsträume konnten diesmal nicht verwirklicht werden und bleiben damit Ziel für die kommende Saison.

Die Erste Mannschaft in der Bezirksliga Mittlerer Neckar konnte den zweiten Platz am Ende nicht halten und stand damit zum Abschluss an Position 3 der Tabelle. Insgesamt haben wir gut mitgespielt und konnten manch starken Gegner herausfordern und ärgern, für den Aufstieg fehlte aber die Konstanz in den Spielen.

Die Zweite Mannschaft hat sich in der Rückrunde nach Verstärkung durch Janis und Shaohua deutlich verbessert, aber auch für die Zweite reichte es am Ende nur für Platz 3 in der Kreisliga Stuttgart. In der gleichen Liga spielte auch unsere Dritte Mannschaft, die im Durchschnitt mit jüngeren Spielerinnen und Spielern besetzt ist. Für die Dritte hieß es am Ende der Saison Platz 6 mit Potenzial nach oben.

Saisonvorbereitung im Badmintondoppel

Wenn andere im Freibad sind, gehen Badmintonverrückte in die Halle und das auch noch gerne! An zwei Sommersamstagen ging es von 14-20 Uhr unter Anleitung von Gunter Bialasik um Bewegungsabläufe, Schlagtechnik und Taktik im Doppel.

Gunter verstärkt seit der letzten Rückrunde die Erste Mannschaft, ist aber vor allem Badmintontrainer mit B-Lizenz und in verschiedensten Vereinen und im Bereich Jugend-Kadertraining des Baden-Württembergischen-Badminton-Verbands aktiv. Zu Beginn des ersten Nachmittags gab es eine kurze theoretische Einführung in die Grundlagen des Badminton-Doppels mit den wichtigsten Grundsätzen für Stellung und Taktik im Doppel. Der praktische Teil der beiden Lehrgänge umfasste eine breite Palette verschiedener Übungsteile.

Last but not least natürlich auch das freie Spiel um Satz und Sieg, in dem alle die neu erlernten Techniken und Taktiken anwenden konnten. Auch wenn es heiß war in der Halle, wir hatten Spaß und haben was gelernt! Vielen Dank Gunter!

Samstags-Ranking

Eine Möglichkeit die Kondition und Taktik im Einzel zu verbessern, bietet sich monatlich samstags beim MTV-Badminton-Ranking in der Halle am Kräherwald. Da es beim normalen Training häufig zu voll ist und mehr Doppel gespielt werden muss, steht hier an festen Terminen das Badminton-einzel im Mittelpunkt:

Die kommenden MTV-Ranking-Samstage sind 3.8.2019 / 7.9.2019 / 5.10.2019 / 2.11.2019 / 7.12.2019 jeweils ab 15:30 Uhr (bei jedem Wetter, auch über 30 Grad)

Weiterhin findet dienstags in der MOTIV-Halle um 20 Uhr ein angeleitetes Training mit unserem Abteilungsleiter Tobi statt. Eine gute Gelegenheit, sich auf die Saison vorzubereiten!



Tageslehrgang 6.07.2019 mit Gunter Bialasik



BASKETBALL

TEXT UND FOTO JONAS LEIDEL

Herren 1 – Nach der Saison ist vor der Saison

Das Aushängeschild der Basketballabteilung blickt auf eine Saison mit Höhen und Tiefen zurück. Das Team von Headcoach Torsten Böhringer zeigte hier und da was in ihm steckt, blieb letzten Endes aber weit hinter den Erwartungen, landete man in der Vorsaison ja noch auf Platz 5 der vierthöchsten Liga Deutschlands. Dieses Jahr reichte es nur zu Platz 11, wobei der Blick auf die Tabelle verrät, dass durchaus mehr drin gewesen wäre. Nur zwei (!) Siege trennen Platz 6 von Platz 13. Ein Patzer weniger und zumindest die Tabellsituation sähe recht passabel aus. Allerdings könnte dieser elfte Platz auch etwas Gutes haben. Die Vorbereitung der „Herren 1“ läuft bereits auf Hochtouren und alle Spieler strotzen nur so vor Energie um die verpatzte Saison nicht zu wiederholen. Dies wird in der im September beginnenden Spielzeit auch die Philosophie sein. Wieder hin zu einer energischen Defense, für die der MTV Stuttgart die letzten Jahre so gefürchtet war. Dies soll der Schlüssel zum Erfolg sein, um sich gegen die starke Konkurrenz durchzusetzen und in der Tabelle wieder nach oben zu klettern. Eine Hürde dürfte es sein, den Floor General Cyril da Silva zu ersetzen. Der Franzose beendete seine lange und erfolgreiche Karriere als Spieler und konzentriert sich nun voll auf seine Trainertätigkeit im Jugendbereich. Im Laufe der Vorbereitung und mehreren Tryouts soll ein ebenbürtiger Ersatz gefunden werden. Mit Nick Mosley, Jonas Leidel und Alexander Komitakis haben die alten Hasen bereits für kommende Saison zugesagt. Ein Stamm, um den ein hungriges Team aufgebaut werden soll, mit dem man die ganz Großen ärgern will. Wir sind gespannt!

Neue Trainerin der Damen 1: Lara Reckmann



Lara Reckmann

Damen 1

Die letzte Saison der Damen 1 war durchwachsen. Viel spielerisches Potential, jedoch ein paar unglückliche Umstände, die es der Mannschaft und den Trainern schwer machten, eine konstante Leistung abzurufen. Man beendete die Saison auf dem 6. Platz und blickt nun der neuen Saison entgegen.

Lara Reckmann, unsere Abteilungsleiterin, Kapitänin (man kann nicht alles aufzählen, was Sie alles für unsere Abteilung macht ;-)), wird dabei zusammen mit Enrico Laue die Aufgabe als Trainer der Damen I übernehmen. Mit ihrem Spielverständnis und ihrer Erfahrung wird sie sich sicherlich gut mit „Enne“ ergänzen. Dieser ist seit vielen Jahren im Damenbereich als Trainer tätig. Coachte letztes Jahr die U 16, war davor Headcoach bei Rot Weiss Stuttgart und kann auch schon Erfahrung als Co Trainer in der 2. Bundesliga aufweisen.

Auch im Kader wird es Veränderungen geben. Martina Bulat wird der Damen I künftig nicht mehr zur Verfügung stehen. Die 36-jährige wird sich privatem und beruflichem widmen. Sie wird dem Verein in jedem Fall organisatorisch erhalten bleiben. Stefanie Rathfelder wird nach der Saison in der 2. Bundesliga beim BSG Ludwigsburg wieder zurückkommen. Ebenso wird Tabea Ritschek wieder im Trikot des MTV auflaufen. Das Trainergespann wird das Team etwas neu formieren und dafür sorgen, dass wir weiterhin guten Damenbasketball in der Halle West sehen werden.

Ein Schmankerl gibt es direkt zum Start: Als Baden-Württembergischer Pokalsieger darf das Team im DBBL-Pokal gegen ein Bundesligateam antreten. Das Los erwischt direkt den deutschen Vizemeister „Rutronik Stars Keltern“. So darf man wieder einmal eine Starmannschaft in einer der Stuttgarter Hallen besuchen (vor 3 Jahren war es der zehnfache Meister TSV Wasserburg). Termin und Uhrzeit werden rechtzeitig auf der Homepage bekannt gegeben.

Damen II startet mit neuem Coach in die Oberliga

Als sich vor zwei Jahren unsere Damen II aus ehemaligen Spielerinnen gründete, war das Ziel der Mädels und von Spielercoach Anna Maria Stock, wieder in die Oberliga aufzusteigen. Nach zwei Direktaufstiegen ist das geschafft. Der amtierende Landesligameister spielt kommende Saison in die Oberliga. So wird Cyrill DaSilva die Aufgabe als Headcoach übernehmen und Anna primär wieder auf dem Spielfeld tätig sein. Die Mannschaft formiert sich gerade noch, da man für die Oberliga bestens ausgerüstet sein will. Grundlegend soll der Kader erhalten bleiben, jedoch will man jungen talentierten Spielerinnen auch die Möglichkeit geben, Erfahrung zu sammeln und Spielpraxis geben. Wir blicken mit Freude auf die neue Saison und sind gespannt auf die Mischung aus Erfahrung und jungem Talent!



ERFOLGREICHE JUGENDKOOPERATIONEN

Erfolgreiche Kooperation 1: Bronze bei Deutschen Meisterschaften

Mit dem Stuttgarter RegioTeam U14 (mit starker MTV-Beteiligung) qualifizierte sich erstmals in der Basketballgeschichte ein Stuttgarter Jugendteam für die Deutschen Jugendmeisterschaften und gewann hier sensationell Bronze. Ein furioser Start gelang im Halbfinale gegen Citybasket Recklinghausen und die Führung bestand bis kurz vor Spielende. Der Gegner ließ jedoch nie locker und holte sich den 51:50 Sieg nach taktischer Meisterleistung mit einem Dreier in der Schlusssekunde. Den Coaches Cyril da Silva und Cristina Henriques gelang bravourös, das Team nach dieser dramatischen Buzzerbeater-Niederlage das für das Spiel um Platz 3 gegen den SC Rist Wedel aufzubauen. Nach einer 39:24 Führung zur Halbzeit, kämpfte sich Rist Wedel zurück und konnte in der 38. Minute sogar in Führung gehen.

Kurzes Deja vu zum Vortag ... doch die Mädels konterten erfolgreich: 57:54. Dann nur noch Jubel über die gewonnene Bronzemedaille. Top 3 in Deutschland!

Erfolgreiche Kooperation 2: JBBL wir kommen!

Große Freude in Kirchheim, Esslingen und Stuttgart: Die U16m unserer Spielgemeinschaft S.E.K. hat sich für die Jugend-Basketball-Bundesliga (JBBL) qualifiziert. Die Jungs im Alter von 14 und 15 Jahren - unter ihnen vier MTV-Talente - haben sich gefunden und an sich geglaubt. „Die Ausgeglichenheit aller Spieler hat den Unterschied ausgemacht“, so das Fazit von Coach Brian Wenzel. Ihm steht vom MTV mit Peter Raizner ein Co-Trainer zur Seite, der die Spieler bereits über die gesamte Saison begleitet hat und viel Aufbauarbeit für die Kooperation leistet. Nun gilt es, dass sich die Region Stuttgart, Esslingen, Kirchheim als JBBL-Standort etabliert. Erster Schritt war die

Qualifikation für die U16 Jugendoberliga, die als Sprungbrett für den Unterbau dient.

MTV Stoccarda goes Italia: Mehr als Basketball

Unsere Coaches Davide Tortorelli und Mathias Zinz nahmen mit einem U13 Mixed Team am renommierten Torneo Esordienti Costa D'Abruzzo von Giulianova Basket nahe Pescara teil. Neben einem respektablen 14. Platz wurde vor allem die MTV Basketballfamilie gepflegt. Mit Davide ist ein hervorragender Trainer für unsere Jüngsten zum MTV-Trainer-Team gestossen. Davide ist ausgebildeter FIBA Minitrainer mit viel Erfahrung mit Kindern im Alter von 4-13 Jahren. Davide lebt Basketball nach dem Motto „Es spielt keine Rolle, wie viele Punkte du markierst. Was zählt, ist das Feld glücklich zu verlassen“. Schwerpunkte seiner Arbeit liegen daher auf Teambildung, Grundlagen und der Entwicklung der Liebe zum Basketball in den jungen Jahren.



Das Bronzeteam



Das JBBL-Team



... im Spiel um Platz 3



MTV Stoccarda goes Italia



FECHTEN FÜR ERWACHSENE ANFÄNGER

TEXT BARBARA BEESE / FRED ARNOLD FOTO FRED ARNOLD

Beim MTV Stuttgart kann man nicht nur als Schüler, sondern auch im fortgeschrittenen Alter ins Fechtleben starten. Häufig sind es Eltern der jugendlichen Fechter, die im Schnuppertraining die Sportart ihrer Kinder selbst ausprobieren wollen. Daneben aber auch solche, die einen Kindheitstraum verwirklichen möchten oder aber sich einfach von dieser ästhetischen Sportart angesprochen fühlen. In unregelmäßigen Abständen werden von Florett-Trainer Dieter Berger Einsteigerkurse angeboten, bei denen in wöchentlichem Training die Grundlagen erworben werden. Dazu gehören Beinarbeit, später Angriffe und Paraden mit Waffe sowie die Regeln der Sportart. Zunächst in der Gruppe, später in Einzellektionen. Bei Dieter ist man super aufgehoben. Einsteiger können über die Fechtabteilung den Fechthandschuh, das Florett sowie eine Maske ausleihen, ehe sie in eigene Ausrüstung investieren. Wer Feuer gefangen hat, kann nach etwa einem halben bis einem Jahr die Turnierreifepfprüfung ablegen und erhält dann seinen Fechtpass. Es ist eine besondere Erfahrung, diese Prüfung mit ihrem Theorie- und Praxisteil im Erwachsenenalter zu absolvieren, inmitten junger Fechtanfänger. Und schließlich bestreitet man sein erstes Turnier. Die Altersklassen reichen im Fechten bis 70+, und es gibt reichliche Startmöglichkeiten! Obwohl viele diesen Sport seit ihrer Jugend ausüben, sind doch auch immer „Spätzünder“ dabei, mit denen man sich messen kann. Übrigens sind Fechter nette Leute, sportlich sehr fair und hilfsbereit. Mein Tipp also: ausprobieren!



Einsteigertraining

Senioren in Cognac

Die Europameisterschaften fanden dieses Jahr am 1. Juni 2019 in Cognac, Südwestfrankreich statt. Luigi Suchanek und Fred Arnold gingen im Herrendegen an den Start. Luigi Suchanek erreichte einen hervorragenden 4. Platz. Fred Arnold schnitt als zweitbesten Deutscher ab und landete unter 254 Konkurrenten auf Platz 20. Trotz sehr großer Sporthalle und perfekter Organisation des Veranstalters, mussten die ersten Gefechte teilweise ausgelagert werden. In Kleinbussen wurden ca. 50 Fechter auf andere Hallen verteilt. Erst mit den Zwischenrunden wurden die Gefechte gemeinsam in der großen Halle ausgetragen. Von Stuttgart bis Cognac sind es ca. 1000 Kilometer. Der Aufwand dort hinzukommen war also relativ groß. Letzten Endes erreichten aber beide MTV-Fechter nicht die notwendige Punktezahl, die sie für die Teilnahme zur WM qualifiziert hätten. Somit findet die Fecht WM in Kairo ohne MTV Kandidaten statt. Aber was nicht ist kann ja noch (im Folgejahr) werden.



Turnierreifepfprüfung

WMS METALL-SERVICE GmbH

Paul-Strähle-Straße 15 ■
73614 Schorndorf ■
Telefon 0 71 81/70 97 - 0 ■
Telefax 0 71 51/70 97 - 70 ■

Ihr Partner für Aluminiumbearbeitung

- Handel
- Zuschnitte
- Bearbeitung



Wir wünschen dem MTV Stuttgart 1893 e.V. eine erfolgreiche Saison.

Es gibt Einzelspieler und Teamspieler -

Zusammen sind wir stärker.

Bestattungshaus Ramsaier
Katzenbachstraße 58, 70563 Stuttgart

Tel. 74 20 01 - www.ramsaier-bestattungen.de



TÜV-zertifizierte Servicequalität und Kundenzufriedenheit





EINE SAISON MIT LICHT UND SCHATTEN GEHT ZU ENDE.

TEXT ABTEILUNGSLEITUNG FOTO E. BERGMANN

Eine Saison mit mehr Tiefen als Höhen geht zu Ende. Niemand in der Abteilung würde widersprechen, wenn man die Saison zusammengefasst als Enttäuschung titulierte. Beide Mannschaften blieben hinter den Erwartungen zurück und waren lange Zeit in Abstiegskämpfen verwickelt.

Die erste Mannschaft löste sich rechtzeitig aus diesen Gefilden und dies auch zu Recht. Nur selten zeigte man in dieser Spielzeit Leistungen, welche einen Abstieg gerechtfertigt hätten. Allerdings blieben auch bei ansehnlichen Leistungen oftmals nur magere Punktausbeuten übrig. Und wenn man mal unten drin steht, leidet die Moral und es wird immer schwieriger, das Glück zu erzwingen. Zusätzlich sah sich ein Großteil der Mannschaft das erste Mal seit vielen Jahren mit einer solchen Situation konfrontiert. Trotz dieser Dynamik brach die Mannschaft aus dieser Situation aus und es ist auch Trainer Mazzella di Bosco und dem sportlichen Leiter Luca Luchetta zu verdanken, dass die Durchhalteparolen am Ende nicht nur heiße Luft waren. Das Saisonfinale bestritt das Team in souveräner Manier und sicherte sich mit 4 Siegen aus den letzten 5 Spielen den 11. Rang. Dennoch ist die Trendwende im Vergleich zur verkorksten Hinrunde erwähnenswert. Beendete man die Hinserie noch auf Platz 14 mit lediglich 13 Punkten, zeigte man sich in der Rückrunde in Normalform und landete hier auf Platz 7 mit 21 Punkten. Unter diesen Vorzeichen blicken wir nun hoffnungsvoll in die Zukunft. Die Rahmenbedingungen sind positiv. Der Kader bleibt beisammen und wird durch eigene Spieler der 2. Mannschaft und der A-Jugend ergänzt. Allerdings werden wir unseren altgedienten Kapitän Moritz Helmes vermissen, der seine Karriere an gleicher Stelle beendet wo sie auch begonnen hat: beim MTV Stuttgart.

Die zweite Mannschaft stand bereits vor der Saison relativ weit oben in der Liste der abstiegsgefährdeten Mannschaften. Mit neuem Trainer und verändertem Kader musste sich das Team erst einmal neu finden. Die Ergebnisse der Hinrunde bestätigten zunächst die erste pessimistische Einschätzung. Zum Jahreswechsel schien sich die Situation aber auch hier zu verbessern. Ein breiterer Kader wurde zusammengestellt. Ähnlich wie bei der ersten Mannschaft

stellten sich auch die sportlichen Erfolge ein. Doch Platz 9 in der Rückrundentabelle reichte nicht aus, um über den 14. Platz hinaus zu kommen. Im folgenden Relegationsspiel gegen den TSV Rohr sicherten wir uns durch einen 2:0 Sieg den Klassenerhalt und somit das Minimalziel der Saison.

Zusammen mit der 1. Mannschaft blicken wir nach der alten Fußballfloskel „Mund abwischen und weitermachen“ optimistisch auf die neue Saison. Wir wollen auf struktureller Ebene personell aufstocken und auch die Zusammenarbeit innerhalb der Abteilung zwischen Jugend und Aktive intensivieren. So soll eine nachhaltige Basis geschaffen werde, um die künftigen Herausforderungen zu meistern. Wir hoffen in der kommenden Saison auf viele Zuschauer. Dann auch wieder mit größeren sportlichen Erfolgen und vielen Toren.





DAUERHAFTER ERFOLG IST NUR IM TEAM MÖGLICH

TEXT UND FOTO GEORGIOS METAXARAKIS

Die Fußballmeisterschaften 2018/2019 sind wieder sehr erfolgreich für unsere Fußballer ausgegangen. Folgende Mannschaften konnten in ihrer Spielklasse die Meisterschaft gewinnen:

**Drei Teams wurden Staffelleister:
E1, D1, A1**

Weitere Platzierungen:

Die E2 und die E3 sind Vizemeister und die E4 erreichte Platz 3.

Die D3 ist ebenfalls Vizemeister geworden.

Bei der C-Jugend konnte unsere C1 eine gute Platzierung in der Landesstaffel erreichen.

Die C2 der jüngere Jahrgang hat die Bezirksliga halten können. Die C3 war in der Leistungsstaffel ebenfalls erfolgreich.

Die B1 wurde Pokalsieger und konnte einen guten 4. Tabellenplatz in der Bezirksliga erspielen.



Unsere erfolgreiche A-Jugend



Torspielercamp „Goalplay“



B-Jugend wurde Pokalmeister



Die Bambinis beim Obi Cup

In den jüngeren Mannschaften Bambinis und F-Jugend waren die Spieler wieder mit großem Spaß und Einsatz dabei. Unsere C-Mädchen haben sich in der Liga einen mittleren Tabellenplatz erspielt. Der Aufbau im Mädchenbereich geht aber gut voran, so dass wir in der kommenden Saison wieder eine B-Mädchenmannschaft anmelden können.

Wir hatten auch wieder viele Veranstaltungen in der Fußballakademie. Das Torspielercamp von Oliver Kahn „Goalplay“ war sehr erfolgreich und hat den Jungs wieder viel Spaß gemacht, aber auch alles abverlangt.

Unsere internen Turniere(Obi Cup, Panini Cup,FM-Cup, Hans-Müller-Cup, Regenbogen-Cup, Citysoccer-Cup und Alessi-Cappello-AK-Cup) waren wieder sehr gut besucht.

Die Vorbereitung aller Mannschaften auf die neue Saison hat bereits begonnen und Ende September geht es dann auch schon mit der Meisterschaft 2019/2020 los. Die MTV-Fußballakademie bedankt sich bei ihren zahlreichen ehrenamtlichen Helfern, Betreuern, Trainern, und Sponsoren.



KRETA-EVENT 2019

TEXT UND FOTO GEORGIOS METAXARAKIS



Spaß und Erholung auch für die Erwachsenen

Dieses Jahr haben wir gleich mehrere Gruppen von MTV' lern nach Kreta gebracht. Am 05.06. sind wir mit der C1 und ihren Trainern und Betreuern nach Kreta vorausgeflogen. Dort gab es ein sportliches und kulturelles Programm für unsere Kicker des MTV Stuttgart. Es wurden Turniere und Freundschaftsspiele mit griechischen Mannschaften organisiert. Aber natürlich ging es nicht nur um den Fußball, sondern auch um Erholung und Kultur. Wir haben mehrere Ausflüge unternommen und auch eine griechische Schule besucht. Die Jungs haben viel Spaß gehabt und alle sind ohne größere Blessuren wieder gesund in Stuttgart angekommen. Später kam dann die Familienausfahrt dazu. Auch hier haben wir wieder ein kleines Programm angeboten und die Kinder, die dabei waren, konnten auch ihren Lieblingssport Fußball mit den griechischen Kindern teilen und gemeinsam auf der Sportanlage Lido trainieren.

Für die Erwachsenen gab es verschiedene Ausflugsmöglichkeiten, Erholung, Meer und kulinarische Höhepunkte. Ein Großteil der Eltern, die dabei waren, unterstützt auch ehrenamtlich die MTV-Fußballakademie. Es war wieder eine harmonische und abwechslungsreiche Truppe, und wir haben den Aufenthalt auf dieser schönen Insel, sehr mit euch genossen.

Wer nächstes Jahr wieder mit dabei sein möchte, kann sich schon jetzt den ungefähren Termin notieren. Zeitraum wird Kalenderwoche 22 bis 24 im Mai/Juni 2020 sein.



NACH DEM TRAINING GEHT'S NATÜRLICH INS AL CAMPO:



Wechselnde Wochenkarte, Holzofenpizza, frische Pasta (Spaghetti aus dem Parmesanlaib + frische Trüffel), beste Weine, kreative Salate und alles ohne Geschmacksverstärker. Die MTV-Gaststätte zählt zu den besten Italienern der Stadt!

AL CAMPO
da Gio
RISTORANTE | PIZZERIA





MTV-MANAGER ZUM ERFAHRUNGS- AUSTAUSCH IN TEHERAN

TEXT UND FOTO GEORGIOS METAXARAKIS / ERICH STRADINGER



Rusky, Azari, Metaxarakis, Stradinger



Iranische Nachwuchskicker im Lehrgang

Ein MTV-Team besuchte vom 13.04.2019 bis 20.04.2019 die iranische Partnerinstitution Ali Azari Football Academy. Vom MTV waren dabei: KFA-Leiter Georgios Metaxarakis und MTV-Vorstand Erich Stradinger, außerdem der DFB Stützpunktrainer Alex Rusky.

Es ging vor allem um die Weiterbildung der heimischen Nachwuchstrainer. Wie hoch der iranische Fußballverband diesen Austausch schätzt, lässt sich daran erkennen, dass der Verband sämtliche Kosten (inklusive Flug) übernahm.

Hier der Ablauf des Iran-Aufenthaltes:

13.04.2019 - Ankunft in Teheran

14.04.2019 bis 16.04.2019 - Training mit Chefcoach Ali Azari mit Alex und Georgios und kleine Turniere

17.04.2019 - Flug nach Isfahan zur Besichtigung der „Zobahan Football Academy“ und des „FC Sepahan“, einer der Clubs, die im Iran in der Premierleague spielen

18.04.2019 - Besuch der deutschen Botschaft bei dem Kulturbeauftragten Dr. Justus Kemper, der den geplanten Gegenbesuch einer Delegation iranischer Spieler und Betreuer nach Stuttgart unterstützen will. Danach Abschiedsfeier mit den Coaches, Eltern und Spielern der Ali Azari Football Academy.

19.04.2019 - Verabschiedung der Teilnehmer und Eltern

20.04.2019 - Rückflug nach Stuttgart



Begrüßung durch den Verband

FRIESS+MERKLE CUP 2019

Seit 10 Jahren der findet der Friess+Merkle Cup beim MTV Stuttgart statt. Es ist im Altersbereich U14 ein sehr hochkarätig besetztes Turnier. Rund die Hälfte aller Teams ist der Nachwuchs von Bundesligamannschaften (1 bis 3). In diesem Jahr gewann der VfB Stuttgart das Finale gegen die Stuttgarter Kickers mit 2:0.



Die Sieger 2019: die U14 Jugend des VfB Stuttgart



Präsidentin Ulrike Zeitler übergibt Werner Friess sein ganz persönliches Trikot mit der Nummer 10



JUBILÄUMSSAISON 2019-20

TEXT PETER KOLB

Die Handball Abteilung feiert 2020 ihr 100jähriges Bestehen. In der im September beginnenden Saison werden zwei Frauen-, vier Männer- und neun Jugend-Teams die Farben der mittlerweile über 300 Mitglieder starken MTV Handball Abteilung im Bezirk Rems-Stuttgart vertreten. Die Mannschaften bedanken sich bei der Abteilung und dem Freundeskreis für die Unterstützung in

Trainingslagern und Vorbereitungsturnieren. Für die geplanten Jubiläumsaktionen ist die Abteilung auf der Suche nach finanzieller Unterstützung. Partner, Sponsoren, Gönner und Freunde der Handballer, welche die Abteilung unterstützen können, sind herzlich willkommen sich bei der Abteilungsleitung zu melden



FRAUEN 1

TEXT KATHRIN SETTER FOTO WAWRA-LEIBOLD

Teambuilding 2.0

Das weiterentwickelte Konzept

Natürlich trainieren die Frauen Eins seit Anfang Juni mit neuem Trainer zwei Mal pro Woche in der Halle unter anderem Tore werfen, Tempogegenstöße, Block- und Abwehrverhalten. Aber zusätzlich steht noch etwas anderes im Trainingsplan: **Teambuilding**. Ziel ist es zum einen, die drei bis vier neuen Spielerinnen in die Mannschaft zu integrieren und zum anderen, den bestehenden Zusammenhalt und Teamgeist der Mannschaft weiter zu stärken. Wenn Spiele durch Einsatz, Motivation und Kampf gewonnen werden müssen (das ist mehrfach in einer Saison der Fall) ist der Zusammenhalt und Teamgeist der Mannschaft der entscheidende Faktor. „Aber dafür reicht es doch, ab und zu nach dem Training gemeinsam ein Bier trinken zu gehen“, fragt sich der ein oder andere Experte der alten Schule. „Jein“, denn das beschreibt lediglich das alte Teambuilding 1.0 Konzept, bestehend aus gemeinsamen TAGs (Trainings-Abschluss-Getränke) oder Turnieren auf Rasen oder Beach. Allerdings haben die MTV Damen 1 das Teambuilding-Konzept in einem stetigen Überarbeitungs- und Verbesserungsprozess unter Einbeziehung zahlreicher lessons learned weiterentwickelt:

Zum Teambuilding 2.0. Dieses neue Konzept stellen wir im Folgenden anhand einiger gelebter Beispiele vor.



MTV4ever

TEAMBUILDING 2.0

Beispiel 1:

Ausgestattet mit Badelatschen, Bikini und ca. 100 MTV-Tattoos ab nach Mallorca, 4 Tage Strand, Sonne und Feiern – mit dem ständigen, gemeinsamen Ziel, so viele MTV Tattoos wie möglich in der Partycrowd anzubringen (auch an ungewöhnlicheren Stellen) – das schweißst super zusammen!

Beispiel 2:

Saisonabschluss mit gemütlichem Grillen abends, jede bringt etwas mit, Getränke, Salate, Grillsoßen. Eine stellt die Location (Garten mit Häusle). Programm: Speed Pong spielen, ein Lagerfeuer entfachen und Stockbrot grillen. Am nächsten Tag sportlicher Event im Klettergarten. Ergebnis: Unzählig viele blaue Flecken aber auch tolle Erfolgserlebnisse durch Angstüberwinden.

Beispiel 3:

Mannschaftsübergreifender Handball-Abteilungs-Abenteuer-Event mit Höhlen-Wanderung, Fischjagd und gemeinsamem Grillen der Beute.

Fazit: Mit diesem neuen Teambuilding-Konzept bleibt es immer spannend!



Handball-Abteilungs-Abenteuer-Event



FRAUEN 2

TEXT UND FOTO ANNE LEUTERITZ

Nach dem Aufstieg in die Kreisliga A in der Saison 2017/18 stellte sich in der vergangenen Spielzeit diese Herausforderung leider noch als zu groß dar. In der kommenden Saison greifen wir also wieder in der Kreisliga B an. Zu Beginn der Vorbereitung gab es nicht nur auf dem Feld personelle Veränderung. Auf der Trainerbank wird von nun an Anne Leuteritz sitzen, unterstützt von Ulrike Einsfeld, die als Betreuerin und ehemalige Torfrau die Mannschaft gut kennt. Auf dem Spielfeld freuen wir uns über die Rückkehr von Leonie Donath, Mandy Stradinger und Mira Klaas ins Team sowie über Mona Bayer als Neuzugang. Mit einer Mannschaft, die sich aus der vergangenen Spielzeit bereits gut kennt, möchten wir in der nächsten Saison direkt wieder oben mitspielen. „Wir haben einen guten Kader mit individuell starken Spielerinnen. Gut eingespielt können wir sicher um den Wiederaufstieg mitspielen“, sagt Trainerin Anne Leuteritz. Der Fokus der Vorbereitung liegt auf dem schnellen Spiel, mit dem wir in der Kreisliga B die Gegnerinnen überrennen möchten. Aber auch mit ein paar Veränderungen im Spielaufbau möchten wir die Konkurrenz überraschen. Zuallererst



Das neue Frauen-2-Team

wünschen wir uns aber, dass alle Spielerinnen von größeren Verletzungen verschont bleiben und hoffen, dass wir als Mannschaft auf und neben dem Feld viel Spaß haben werden.



MÄNNER 1

TEXT PHILIPP DRÖSE FOTO SETTOGRAFIE

Nach einer durchwachsenen Saison 2018/2019 mit dem 9. Platz in der Bezirksliga Rems-Stuttgart, wurde das Team komplett neu aufgestellt. Mit der Vorbereitung wurde bereits im Mai begonnen, da die MTV Teams aus Bezirksliga und Bezirksklasse zusammengelgt wurden. Nach einer vorläufigen Auswahl stehen jetzt noch 18 Recken im Kader. In der „Hölle West“ wollen wir eine gute Vorbereitung absolvieren. Der neue Trainer Philipp Dröse hat das Ziel, den MTV-Handball auf eine neue Stufe im Projekt „Familie Handball“ zu bringen, indem er mehr eigene junge Spieler in die erste Mannschaft integrieren will. Zusätzlich verstärken noch zwei neue Spieler aus Kirchheim /Teck und Pfullingen die Erste. Das ausgegebene Ziel ist die Integration der neuen Spieler und eine Verbesserung der Platzierung im Vergleich zum Vorjahr. Mit zwei Trainingslagern auf der MTV Sportanlage MOTIV und in Leipzig wollen wir die optimalen Ausgangsbedingungen schaffen.



Das neue Männer-1-Team mit Trainer Philipp Dröse



MÄNNER 3

TEXT UND FOTO DAVID KAMER

Nach dem Aufstieg 2016/17 konnte sich die Mannschaft in der letzten Saison bereits 4 Spiele vor Saisonende den Klassenerhalt sichern und sich in der höheren Liga festsetzen. Somit startet die M3 in der Jubiläumssaison der Handballabteilung 2019/20 zum dritten Mal in der Kreisliga B. Für diese Saison hat sich die M3 vorgenommen, eine bessere Platzierung zu erreichen und sich in der oberen Tabellenhälfte zu platzieren. Hierzu werden neben der erforderlichen Entschlossenheit und Konstanz auch wieder der Spaß am Spiel und der M3-typische Teamgeist beitragen: „MTV – ANGRIF“



Das neue Männer-3-Team mit Trainer David Kramer



JUGEND

TEXT UND FOTO JOHANNES WIMMER



Trainer und Jugendleiter Johannes Wimmer

Nach einem gelungenen Saisonabschluss 2019 bei Sonnenschein und leckeren Würstchen vor unserer Halle West starten auch diese Saison wieder neun erfolgshungrige Jugendmannschaften mit ca. 150 Jugendlichen beim MTV Stuttgart in die neue Saison. Davon drei als gemischte Teams (Minis bis E-Jugend), zwei weibliche Mannschaften (C- und A-Jugend) und vier männliche Mannschaften (D-, C-, B- und A-Jugend). Zum ersten Mal dabei ist eine eigene F-Jugend, die für alle Kinder im Alter von 7 und 8 Jahren neu im HVW geschaffen wurde. Die Trainerteams bestehen wie auch bereits in den letzten Jahren aus (ehemaligen) aktiven Spielern und einigen Jugendspielern. Nicht mehr dabei sind seit

dieser Saison die beiden Trainer-Urgesteine Philipp Dröse, der nun die 1. Herrenmannschaft trainiert, sowie Bastian Klör, der sich vermehrt dem Familienleben widmen möchte. An dieser Stelle noch einmal ein herzliches Dankeschön für euer bisheriges Engagement.

Alle Mannschaften freuen sich jederzeit über Zuwachs, auch wenn die Saison bereits gestartet ist. Wenn du also Spaß am Handball verspürst und zwischen 5 und 19 Jahren alt bist, dann komm doch einfach mal vorbei. Die jeweiligen Trainingszeiten findest du auf unserer Homepage www.handball-mtv.de



ALTE HERREN

TEXT UND FOTO JOCHEN RIEKER



Alte Herren und Autos

Ausflug nach Tübingen ins Museum „BOXENSTOP“ am 15.05.2019

Am 15. Mai 2019 trafen sich 8 AH-Handballer am Hauptbahnhof zu einem Tagesausflug nach Tübingen. Ziel war das Auto- und Spielzeugmuseum BOXENSTOP. Noch bevor die Zugfahrt begann, wurden wir in einem ersten Konditionstest von der Deutschen Bahn von Gleis 2 auf Gleis 12 und von dort zurück auf Gleis 1 gehetzt. Gestählt durch Kurts jahrelanges hartes Training ging bei diesem Hin und Her keiner verloren und so starteten wir vollzählig kurz vor halb Zehn nach Tübingen. In Plochingen stieg noch Fritz zu (wir hatten vergeblich versucht, den Halt des Zuges zu verhindern :)) und in Tübingen wartete schon Michael auf uns, so dass schließlich 10 Mann den beschwerlichen, fast 1,5 km „langen“ Weg zum BOXENSTOP auf sich genommen haben. Im Museum liefen uns dann fast die Augen über, denn eine derart vielfältige, mit viel Herzblut zusammengestellte Ausstellung alter Autos, Rennwagen, Motorräder, Spielzeugeisenbahnen, Puppenstuben etc. muss man lange suchen. Wir waren alle begeistert von den Erinnerungen an eine Zeit, in der das Automobil noch nicht nur nach seinem Ausstoß an CO₂, Feinstaub und Stickoxiden bemessen wurde, sondern nach seiner Technik, seinem Aussehen und vor allem seiner Geschichte. Zur Stärkung ging es anschließend ins Brauereigasthaus NECKAR-MÜLLER. Nächstes Ziel war Schloss Hohentübingen, dessen Anstieg wir ebenfalls ohne Verluste gemeistert haben, obwohl das gute Mittagessen und das eine oder andere Bier unseren Tatendrang merklich gebremst hatten. „Em ra“ machten wir noch eine kleine Erholungspause in einem Café, wo wir im Freien und in der Sonne sitzen konnten. Ein Gang über den Tübinger Marktplatz mit der wunderschönen Rathausfassade als Highlight rundete einen gelungenen Ausflugstag ab.



REGINE JÄCKLE: FRISCH GEBACKENE KARATE-TRAINERIN C

TEXT UND FOTO ANDREAS EGER

Im April war es soweit und kein Aprilscherz. Im Gegenteil: Die Ausbildung zur staatlich anerkannten Trainerin C Breitensport Karate mit 120 Unterrichtseinheiten (3 Wochen) ist eine ernste und ernstzunehmende Angelegenheit. Ok – eine gute Portion Spaß ist auch dabei. Das wissen Michael und Andi, die diesen Trainer-Lehrgang bereits 2003 absolviert hatten. Regine hat am 18. April 2019 Ihre Abschlussprüfung mit Erfolg abgelegt und ist damit neue offizielle Karate-Trainerin C beim MTV. Für diese Leistung gratulieren wir sehr herzlich und wünschen Ihr zahlreiche interessante und vielseitige Trainingsstunden, wo das Gelernte in der Praxis nun zur Anwendung kommen kann. Und das Gelernte ist gar nicht so wenig. In den gefühlten unzähligen Trainingsstunden erfahren die angehenden Trainer und Trainerinnen viel über die allgemeine Trainingslehre, über Kondition, Koordination sowie diverse Trainingsmethoden. Auch die Sportbiologie und die Methodik der Trainingsstunden kommt nicht zu kurz. Viele Stunden werden aber auch dem karatespezifischen Teil gewidmet. Neben der faszinierenden Geschichte des Karate wird auch die exakte Bewegungs- und Phasenanalyse von Karatetechniken gelehrt. Die Methodik zum Erlernen der Katas (spezielle Kampfformen im Bewegungsmuster einer Art des Schattenkampfes) und zum Erlernen des Freikampfes gehören - neben vielen anderen Fächern - selbstverständlich auch dazu. Der 3-wöchige Lehrgang mit Rudi Eichert vom Karateverband und Ralf Krämer von der Landessportschule schließt letztendlich mit einer schriftlichen und praktischen Prüfung, d Lehrprobe, ab. So kommt man also zur „Lizenz zum TRAINIEREN“.

Unser Goju-Ryu-Karate-Training mit fachkundigen Trainern beginnt auch dieses Jahr wieder nach den großen Sommerferien mit einem **ANFÄNGERKURS:**

Termin Anfängerkurs: Do. 12. September 2019

Wer kann mitmachen:

Erwachsene und Kinder ab 12 Jahren

Ort:

Kleine MTV-Gymnastikhalle am Kräherwald

Probetraining:

3-maliges Schnuppern ist möglich und kostenlos

Sportkleidung:

Sporthose und T-Shirt ohne Turnschuhe reicht am Anfang



Karatetrainer beim MTV: Marcus Günther, Andreas Eger, Regine und Michael Jäckle



DIE KINDERSPORTSCHULE

TEXT UND FOTO DANIEL WALL

Die KiSS ist im Sommersemester

Unser KiSS Sommersemester ist nach den Osterferien gestartet. Die Kinder haben einen KiSS Ausweis erhalten, der Sie berechtigt, kostenfrei zu den betreuten Zeiten ins MTV Freibad zu kommen. Unser Unterricht der Stufe 3+5 findet im Sommersemester freitags in unserer Außenanlage im Feuerbacher Tal statt. In den anderen Unterrichtsgruppen verändern sich die Themen und Unterrichtsinhalte entsprechend unserer Lehrpläne.



Schwimmunterricht im MTV-Freibad

Mit der Hosenboje über den Feuersee

Am **14. und 15. September** betreibt die Kindersportschule die MTV-Hosenboje auf dem **Feuerseefest**. Eine Hosenboje ist ursprünglich ein Rettungsmittel für Schiffbrüchige. Über eine Seilverbindung in luftiger Höhe zwischen gestrandetem Schiff und Festland wurden und werden Schiffbrüchige gerettet. Eine solche Hosenboje, oder auch Seilrutsche, wird zwischen der „Halbinsel“ (Feuerseekirche) und dem Festland an der Rotebühlstrasse gespannt. Kinder zwischen 7 und 13 Jahren mit einem maximalen Körpergewicht von 75 kg und einer Körpergröße von mindestens 1,10 m dürfen gegen kleines Entgelt über den Feuersee rutschen.



Mit der Hosenboje über den Feuersee



Trampoltraining in der Kindersportschule

Neues KiSS Schuljahr 2019/2020

Änderungen im neuen Schuljahr:

- **Neueröffnung** der Stufe 2 Mini KiSS mittwochs in der Halle der Falkerschule
- **Neueröffnung** der Stufen 0,1, und 2 dienstags am Kräherwald
- **Schließung** der der KiSS Gruppen dienstags in der Römerschule
- **Schließung** der SchulKiSS in der Mühlbachhofschule

Wir wollten Sie darüber informieren, dass am Ende dieses Schuljahres 2018/2019 die Kooperation des MTV Stuttgart 1843 e.V. mit dem TSV Heumaden beendet wird, da der TSV Heumaden die Kooperation gekündigt hat. Wir wünschen dem TSV Heumaden auf seinem Weg in die Zukunft viel Erfolg und bedanken uns für die reibungslose und tolle Kooperation der letzten 22 Jahre.

Bei Interesse oder Fragen zum neuen Schuljahr können Sie sich gerne auf unserer Internetseite: www.kindersportschule.de informieren, uns gerne eine Mail an kiss@mtv-stuttgart schreiben oder uns telefonisch zu unseren Sprechzeiten kontaktieren.

Das KiSS-Lehrteam in luftigen Höhen

Das KiSS Lehrerteam hat sich Herausforderungen der besonderen Art gestellt. Es handelt sich um einen Hindernisparcours aus Seilen, Seilbrücken, Flying Fox – Rutschen und Holzstegen, auf denen man sich in luftiger Höhe von Baum zu Baum bewegt. Wir hatten nach der Einführung 2,5 Stunden Zeit uns in Höhen von bis zu 12 Metern in verschiedenen Kletterparcours und Aufgaben zu bewegen. Alle hatten auf diesen Parcours eine Menge Spaß miteinander. Vielen Dank an Patrick für die tolle Organisation des Events. Wir freuen uns schon auf das neue Schuljahr.



Jessika und Tatjana sind bereit ...



Das KiSS-Lehrerteam geht motiviert ins neue Schuljahr



SASKIA DRECHSEL: MIT DEM SPEER AUF MEDAILLENJAGD

TEXT UND FOTO MICHAEL WALTER



Saskia Drechsel

Bei den Baden-Württembergischen Winterwurfmeisterschaften am 24.03.2019 in Waiblingen gelang Saskia Drechsel ein perfekter Einstieg in die Saison 2019. Erstmals im Trikot des MTV Stuttgart holte sie gleich bei ihrem ersten Start eine Baden-Württembergische Meisterschaft für unseren MTV.

Schon mit dem ersten Wurf setzte sich Saskia an die Spitze des Feldes. Eine Steigerung im zweiten Durchgang auf die Siegesweite von 44,02 m sicherte den ersten Platz ab. Danach konnte sie beruhigt zuschauen, wie sich die Konkurrenz abmühte. Alle sechs Würfe lagen beständig in einem sehr guten Weitenbereich und deuteten an, dass in den nächsten Wettkämpfen die bisherige Bestleistung fallen wird. Dies gelang Saskia dann auch am Pfingstwochenende als Siegerin in München bei einem der traditionellen gut besetzten Pfingstmeetings mit der neuen persönlichen Bestleistung von 46,15m. Als beste Württembergerin ging es dann am 29.06. in das Saarland zu den Süddeutschen Meisterschaften nach St.Wendel. Mit 45,64m blieb sie dort nur knapp unter ihrer Bestleistung und schaffte erneut den Sprung auf das Treppchen einer Meisterschaft. Als Dritte mischte sie kräftig mit beim Kampf um den Titel im Speerwerfen bei den diesjährigen Süddeutschen Meisterschaften.

Am 14.07.2019 stehen als nächster Höhepunkt die Baden-Württembergischen Meisterschaften in Walldorf an. Medaille oder neue Bestleistung – perfekt wäre natürlich Beides. Wir wünschen auf jeden Fall viel Erfolg.

Gauggel ...
Qualität aus
Meisterhand
seit 1928!

Sanitär · Heizung
Gauggel
Ihr vielseitiger Fachbetrieb

- Regenerative Energien
- Gas-Sicherheits-Check
- Blechverarbeitung
- Wellnessbäder
- Heizungen
- Kundendienst

Gauggel GmbH
Augustenstr. 119 · 70197 Stuttgart
Tel. (07 11) 62 63 18 · Fax 61 89 88
Internet www.gauggel-sanitaer.de
E-Mail info@gauggel-sanitaer.de



Fachbetrieb der
Innung Stuttgart



Elisa startet bei Deutschen Jugendmeisterschaften



ELISA BÖHME BEI DEUTSCHEN RHÖNRAD-JUGENDMEISTERSCHAFTEN

TEXT UND FOTO KAROLINE HAUSMANN

Am 15.06. fanden die Deutschen Jugendmeisterschaften im Rhönradturnen statt. Der MTV schickte Elisa Böhme als Starterin in der Altersklasse 17/18 nach Leverkusen.

Für Elisa begann der Wettkampf mit der Disziplin Spirale. Dort turnte sie, wie nur wenig andere Mitstreiterinnen ihre Kür komplett durch! Das Starterfeld war aber sehr stark und die Turnerinnen aus den anderen Vereinen zeigten höhere Schwierigkeitswerte.

Elisa machte sich nichts daraus, denn sie wusste, dass nun ihre dominanten beiden Disziplinen folgen. In der Disziplin „Gerade“ hielt sie das Schwierigkeitsniveau sehr hoch, weshalb sie hier auf

Augenhöhe mit wahrscheinlich zukünftigen WM-Teilnehmerinnen kämpfte. Leider stürzte sie zweimal, was sich in ihrer Gesamtwertung niederschlug, die aber immerhin gute 7,70 Punkte betrug.

Der Sprung lief bei Elisa am besten. Sie kam gut auf das Rad und zeigte anschließend einen schönen gebückten Salto vorwärts. Mit einer tollen Punktzahl von 6,45 Punkten verpasste sie als sechstplatzierte in dieser Disziplin nur knapp das Sprungfinale.

Insgesamt landete Elisa auf einem guten 14. Rang in einer anspruchsvollen Altersklasse. Herzlichen Glückwunsch!! Allein bis hier hin zu gelangen ist schon ein großer Schritt!



MTV-Mitglieder nutzen die **PROMOTION VORTEILSWELT**.
Informationen unter: www.vereinspromotion.de



GESUNDNAH

Damit Sie gesund, fit und aktiv bleiben.

Von Bewegung über Ernährung und Entspannung bis hin zur psychischen Gesundheit: Wir tun alles, um Sie dabei zu unterstützen, dass es Ihnen nicht nur gut, sondern noch besser geht. Mehr über unsere Präventionsangebote in Ihrer Region erfahren Sie im AOK-KundenCenter in Ihrer Nähe und unter aok-bw.de/gesundnah



TURNEN IM MTV – SO SIEHT ES AUS!

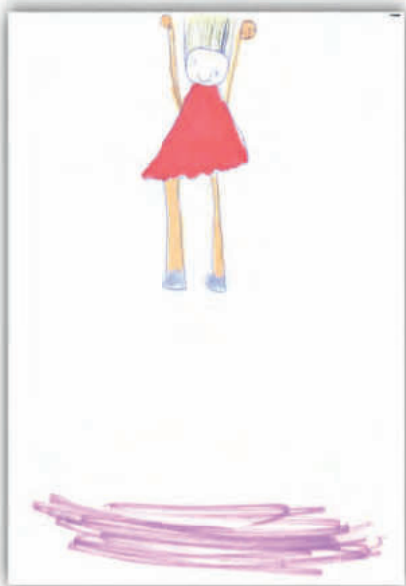
TEXT BERNHARD JAKOB FOTO MARTIN LIENER-KLING / MECHTHILD SPREITER / BERNHARD JAKOB / CHEN QINGWEI

Erlebnisbilder unserer MTV Turnkinder

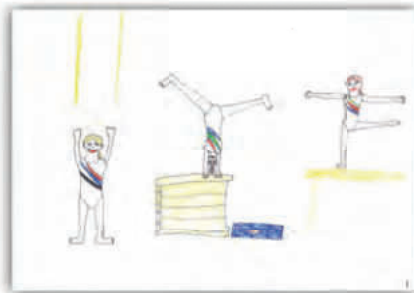
Die MTV Turnkinder haben uns viele tolle Bilder über ihre Erlebnisse in ihrer Turnstunde gemalt. Wir haben so viele Bilder bekommen, dass wir hier gar nicht alle Bilder zeigen können. Deshalb werden wir Poster mit allen gemalten Bildern in den entsprechenden Turnhallen aushängen. Hier können wir nur einen kleinen Auszug der Bilder unserer MTV Turnkinder zeigen – mit einer Interpretation des Autors.



So sieht es aus, wenn wir Minitrampolin springen. Wir laufen auf einer Schwebelbank an und springen in das Minitrampolin und landen auf einem Mattenberg. Manchmal landen wir sogar kopfüber im Handstand. Dann sehen wir die Turnhalle anders herum. Das ist lustig.



So sieht es aus, wenn wir Trampolin springen. Wir können mit dem Trampolin ganz hoch bis beinahe zur Hallendecke springen. Da sieht man dann die ganze Turnhalle von oben. Das ist cool.



So sieht es aus, wenn wir an den Turngeräten turnen. Da können wir an den Ringen hängen und schwingen. Wir können auf einen Kasten springen, und wir können auf dem Schwebelbalken balancieren. Das alles in einem super tollen Turnanzug.



So sieht es aus, wenn wir eine riesige Pyramide machen. Je höher man steht, desto cooler ist die Aussicht.



So sieht es aus, wenn wir einen perfekten Handstand machen. Im Handstand können wir dann sogar noch die Beine spreizen und der Zopf berührt dann beinahe den Boden. Das ist ganz schön anstrengend, aber es ist richtig schön auch einmal auf den Händen zu stehen.



So sieht es aus, wenn wir Reck turnen. Bevor wir an das Reck gehen, nehmen wir etwas Magnesia auf die Hände damit wir uns besser halten können. Wir können in den Stütz springen und dann mit der Hüfte um die Reckstange drehen. Da meint man dann, dass sich die ganze Halle dreht. Das ist genauso toll wie Karussell fahren.



So sieht es aus, wenn wir einen Handstützüberschlag über den Sprungtisch machen. Wir springen auf dem Sprungbrett ab und fliegen dann in den Handstand auf dem Sprungtisch und landen zum Schluss auf einem riesigen weichen Mattenberg. Unsere Trainerin hilft uns immer und lobt uns, wenn wir einen tollen Sprung gemacht haben. Das freut uns dann richtig.



Schüler- und Jugendwettkämpfe

So sieht es bei unserem Nachwuchs der MTV Turnschule aus:



Unsere P-Stufen



Constantin Last



Mia Schweizer

Die Turner/-innen der MTV Turnschule machten ihre Wettkampferfahrungen bei den P-Stufen-Einzelwettkämpfen. Mit beinahe 40 Teilnehmern starteten wir im März in die Rundenwettkämpfe beim Bezirksfinale in Sielmingen. Beim Landesfinale in Gärtringen waren wir dann immerhin noch mit 8 Turner/-innen sehr gut vertreten. Ein Ticket für das Landesfinale der P-Stufen bekamen nur die besten vier Turner/-innen einer Altersklasse der insgesamt 15 Turngaue des Schwäbischen Turnerbundes. Bei den jüngsten Turnern der Altersklasse 7 konnten wie mit Constantin Last sogar den Landesmeister stellen. Nach den Sommerferien geht es dann mit den Mannschaftswettkämpfen in der P-Stufe weiter.

STB-Liga

So sieht es bei unseren aktiven Turnerinnen und Turnern in der STB-Liga aus:

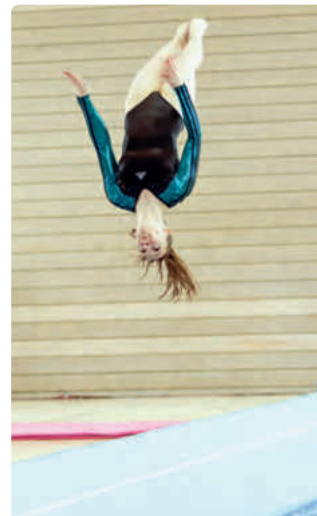
Unsere Frauen der zweiten Mannschaft turnen in der Landesliga. Nach einer wunderbaren Saison mit drei Neuzugängen, starken Stamm-Turnerinnen und Trainer Mike Fischer konnten sich die Mädels den Klassenerhalt in der Landesliga ohne Relegation sichern.

Unsere Männer der ersten Mannschaft turnen auch in der Landesliga. Aufgrund der unterschiedlichen Trainingsziele der Turner mussten wir immer wieder mit verschiedenen Mannschaften zu den Wettkämpfen antreten. Nach einem sensationellen Ligafinale in Ludwigsburg konnten sich die Turner des MTV Stuttgart I zum Schluss den dritten Platz in der Landesliga sichern.

Die zweite Mannschaft der Männer turnt in der Kreisliga. Die sehr junge Mannschaft konnte diese Saison ihre Leistung steigern und konnte auch ihren ersten Sieg in der Kreisliga feiern. Die Trainer und Turner sind mit der geturnten Saison sehr zufrieden und haben jetzt schon Lust auf die neue Saison im nächsten Jahr.



Eileen



Saskia



Lizzy



STB-Ligateam



Kreis- und Landesliga

Spitzensport

So sieht es bei unseren besten Turnerinnen und Turnern aus:



Carina Kröll



Emelie Petz

Unsere Topturner/-innen trainieren im Kunstturnforum Stuttgart und sind dieses Jahr schon bei vielen nationalen und internationalen Wettkämpfen angetreten.

Unsere Bundesliga-Turnerinnen hatten bei verschiedenen Weltcups einen top Auftakt in das Turn-WM Jahr 2019. Egal, ob beim American Cup in den USA, oder beim Weltcup in Doha, Stuttgart oder Tokio, unsere Bundesliga-Turnerinnen (Kim Bui, Elisabeth Seitz, Emelie Petz und Carina Kröll) zeigten immer super Übungen und die Weltcups waren für sie sehr erfolgreich und bestimmt ein tolles Warm-up für die Turn-WM im Oktober in Stuttgart. Emelie Petz konnte sogar ihre ersten Erfahrungen bei der Turn-EM in Stettin sammeln. In der Bundesliga heißt es für unsere Turnerinnen auch dieses Jahr wieder: Titelverteidigung. Bisher konnte das souverän umgesetzt werden. Unsere Bundesligamannschaft der Frauen dominiert bisher die Turn-Elite in Deutschland und ist mit Recht der Favorit für das DTL-Finale am 30 November 2019 in Ludwigsburg.

Unsere jüngeren Spitzenturner Gabriel Eichhorn und Marc Plieninger testeten ihre Form beim Junior Team Cup in Berlin, bei dem die besten Juniorenturner aus aller Welt angetreten sind. Beide Athleten müssen sich nicht hinter der Konkurrenz aus aller Welt verstecken. Bei den Baden-Württembergischen Meisterschaften der Männer in Heidelberg konnten die MTV Turner (Constantin Last, Tom Huber, Marc Plieninger und Julian Weller) wieder viele Titel sammeln und qualifizierten sich für die Deutsche Meisterschaften.



Marc Plieninger im Medaillen-Regen

Sensationserfolg für Marc Plieninger

Vom 5. bis zum 7. Juli kämpfte der männliche Nachwuchs um den Titel „Deutscher Jugendmeister“ in Unterföhring. Vom MTV Stuttgart waren Marc Plieninger und Tom Huber in der Altersklasse 13-14 Jahre mit dabei.

Nachdem Marc sich im Jahr 2018 so schwer verletzt hatte, dass er kaum trainieren konnte, war allein die Teilnahme bei den Meisterschaften ein fast unerwarteter Erfolg. Doch es kam noch viel besser! Marc meldete sich sehr eindrucksvoll zurück und wurde mit 132,900 Punkten Mehrkampsieger der AK 13-14. Den Titel im Mehrkampf zu holen war schwer, da die Konkurrenz sehr stark war. Doch Marc's mentale Stärke trug zum Erfolg bei.

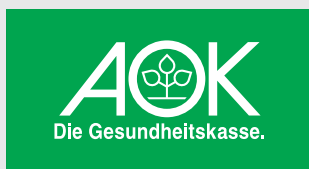
Bei den Gerätefinals konnte sich Marc dann auch noch den ersten Platz an den Ringen und am Pauschenpferd sichern.

Am Boden holte er sich die Silbermedaille. Hut ab! Dementsprechend wurde Marc daheim empfangen: „Marc, du bist unser Held. Herzlichen Glückwunsch Deutscher Meister“.

Tom Huber konnte sich mit 101,425 Punkten immerhin den 26. Platz sichern.

Nach Abschluss der Wettkämpfe der Altersklasse 13-14 bescheinigt Nachwuchs-Cheftrainer Jens Milbradt dieser Altersklasse ein gutes Gesamtniveau, speziell den Turnern aus Stuttgart: „Wir haben auch in der Kür bei den besten Turnern ein Niveau, mit dem wir für die nächsten Jahre gut aufgestellt sind“, resümiert Jens Milbradt: „Diese Turner werden sich nun für die Olympischen Jugendspiele 2019 und die Jugend-Europameisterschaften 2020 vorbereiten“

MTV Stuttgart Turnen gratuliert den Jugendturnern Marc und Tom zu ihren tollen Erfolgen. Wir sind stolz auf euch!

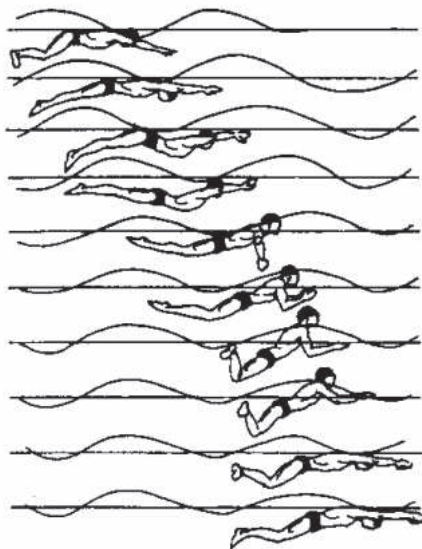




MODERNES BRUSTSCHWIMMEN – WIE GEHT DAS?

TEXT GERHARD FRANKENHAUSER FOTO TIM MEDHURST

Das moderne Brustschwimmen hat sich zumindest im Spitzensport in den letzten 10 bis 15 Jahren immer mehr durchgesetzt. Die sogenannte Undulationstechnik (für mich besser „Wellentechnik“) hat die Gleitzugtechnik abgelöst.



Die Wellentechnik



Vereinsmeisterin Margit Swetlik ...



... demonstriert die Wellentechnik

Der wesentlichste Unterschied liegt in der Veränderung des Oberkörpers:

a) man taucht mit Oberkörper und Kopf und gestreckten Armen unters Wasser und kommt mit einem starken Armzug (Unterarme fast kreisförmig, Oberarme eng am Körper vorbei) mit aufgerichteten Oberkörper wieder aus dem Wasser.

b) der Brustbeinschlag erfolgt wenn die Arme nach vorne gehen (Überlappung der antriebswirksamen Phasen von Armzug und Beinschlag).

c) die Beine liegen dadurch etwas schräger im Wasser und bilden weniger Widerstand als bei der bisherigen Technik. Es entsteht eine Wellenbewegung. Durch das hohe Aufrichten des Oberkörpers aus dem Wasser schwappt eine höhere Wassermenge – als bei der Gleitzugtechnik - am Körper vorbei. Dies führt neben der Wellenbewegung und dem kräftigen Armzug, dass man schneller als bisher unterwegs ist.

Während der Weltrekord bei den Männern über 100m Freistil seit 2000 (Peter v.d. Hoogenband mit 47,84 sec) „nur“ um weniger als eine Sekunde (aktuell: Cesar Cielo Filho: 46,91 sec) verbessert wurde, waren dies beim Brustschwimmen mehr als 3 Sekunden. 2000: Roman Sludnow 1:00,36 min, aktuell: Adam Peaty 57,00 sec.

Zusätzlich zu den hier gezeigten Fotos mit unserer Vereinsmeisterin Margit Swetlik und der Abbildung mit dem Bewegungszyklus empfehle ich das Video mit dem deutschen Weltmeister Roland Koch über 200m Brust bei der WM 2015 in Kasan.

Ich wünsche viel Erfolg bei der Umstellung auf die neue Technik. Ist anstrengender, insbesondere für die Arme. Natürlich ist auch eine gute Koordination gefragt. Es muss natürlich auch nicht sofort perfekt sein. Wichtig ist, dass der Oberkörper möglichst aufgerichtet aus dem Wasser kommt und Ihr durch das Auf und Ab in die Wellenbewegung hineinkommt.

Der MTV-Ausweis gilt bei immer mehr Firmen als Vorteilskarte



Alle MTV-Mitglieder erhalten bei Vorlage (der Rückseite) ihres Ausweises bei einigen Stuttgarter Firmen sowie im gesamten Ski-Gebiet Pitztal deutliche Rabatte. Die neue Partnerschaft mit dem Pitztal ist eine besonders gelungene Kombination aus Rabatten bei allen Skiliften und Bahnen (10 bis 20%), fast 30 Hotels und Pensionen sowie Geschäften: **Auch im Sommer!**

Nutzen Sie die PROMOTION VORTEILSWELT – und sagen Sie es weiter.
Infos unter: www.vereinspromotion.de



DIE TRIATHLON-LIGA 2019

TEXT SEBASTIAN HOHLBAUM



Auch 2019 gingen die Triathleten des MTV wieder mit zwei Mannschaften in der Landesliga Nord an den Start. Nach den ersten beiden Wettkämpfen in Neckarsulm und Waiblingen, bei denen der MTV als einzige Mannschaft der LL Nord mit gemischten Teams am Start war, konnten wir uns auf dem 8. und 22. Platz etablieren. Das erste Team lag somit in greifbarer Nähe der Zwischenrunde und einer Chance auf einen Aufstiegsplatz in die Baden-Württemberg-Liga. Auch beim dritten Wettkampf in Erbach, einem Team-Sprint, zeigten beide Mannschaften Durchhaltevermögen in der

35 Grad-Hitze. Team 2 landete auf Platz 22, Team 1 holte sich den zehnten Platz, allerdings vor einigen direkten Konkurrenten in der Gesamtwertung. Beim Zwischenrunden-Wettkampf in Welzheim können jetzt wertvolle Bonussekunden für das Liga-Finale am Schluchsee gesammelt werden. Bei dieser letzten Entscheidung wollen die MTV'ler nochmal richtig auftrumpfen. Der Wettkampf findet über die etwas längere olympische Distanz statt, die unseren Athleten mehr liegt, als die kurzen Sprints der bisherigen Saison.



ENERGIEGELADEN MIT

SCHARRMANT STROM

**ÖKO ABER
GÜNSTIG**

Ihr regionaler Energieversorger.

T 0711 - 78 68-599

www.scharr-waerme.de

SCHARRWÄRME
bringt Energie ins Leben

FÜR ALLE, DIE KEINE
ÖLQUELLE IM
GARTEN FINDEN.

LOHNT SICH ZU 100%

DIE NEUE ALLIANZ
LEBENSVERSICHERUNG.

Sicher wie erwartet.
Attraktiver als Du denkst.

allianz.de/lohntsich



Wachendorfer & Heringhaus OHG
Möhringer Landstr. 87
70563 Stuttgart
Tel. 0711.99 33 88-0
www.allianz-wh.de

Allianz 



DIE ERSTE DEUTSCHE MEISTERSCHAFT. ENDLICH.

TEXT TOM BLOCH / KARSTEN EWALD FOTO TOM BLOCH

Im fünften Anlauf erkämpft sich das Team von Allianz MTV Stuttgart im bislang wohl hochklassigsten Play-off-Finale im Duell mit dem Rekordmeister SSC Palmberg Schwerin den ersten Meistertitel der Vereinsgeschichte.

An der Stelle, an der in der vergangenen Saison der SSC Palmberg Schwerin die Meisterschaft feierte, mit Bierdusche über Trainer Felix Koslowski, mit Sektduschen der Spielerinnen, mit allem Überschwang, direkt vor den verheulten Augen der Stuttgarter Spielerinnen, genau an dieser Stelle, im Bad der Menge von offiziell 2251 Zuschauern in der am späten Donnerstagabend innerhalb von nur 30 Minuten ausverkauften SCHARrena, tanzte die Mannschaft von Allianz MTV Stuttgart mit ihrem griechischen Trainer Giannis Athanasopoulos Sirtaki.

In einem wahren Krimi im finalen Finale, also im fünften Spiel, mit den Fans im Rücken, gelang ein knapper, aber verdienter Tiebreak-Sieg. Und eine riesige Belohnung auch für genau diese Fans, die das Team durch Dick und Dünn begleiten, und bei denen sich Volleyball-Geschäftsführer Aurel Irion kurz vor der Siegerehrung persönlich bedankte: „Wir haben die geilsten Fans in ganz Deutschland“, rief er ins Mikrofon und die Zuschauer ließen ihn hochleben.

Die Saison endet am letztmöglichen Tag, nach 22 Bundesligaspielen der Normalrunde, vier Pokalspielen, zwölf Auftritten quer durch Europa in der Champions League bis hinein ins Viertelfinale, und zehn packenden Play-off-Finalspielen. 48 Pflichtspiele seit Ende Oktober. Und das letzte ging auch noch über die Maximalzahl von fünf Sätzen.

Krystal Rivers prägte dabei das Stuttgarter Angriffsspiel wie keine andere Diagonalspielerinnen zuvor, und prägte zudem die komplette Bundesliga. Sie besorgte den Matchball im entscheidenden Meisterschaftsfinale und schnappte sich anschließend nicht nur die MVP-Medaille für



Zwei Pokale: Meisterschaft und wertvollste Spielerin der Saison



Sport-Direktorin Kim Renkema im siebten Pokalhimmel



Volleyball-Chef Aurel Irion: „Wir haben die geilsten Fans.“

das letzte Finalspiel, sondern wurde zudem aufgrund ihrer gesammelten MVP-Medailen die Saison über als beste Spielerin der Liga gekürt, was sie bei der Siegerehrung mit einem breiten Grinsen quittierte.

Allianz MTV Stuttgart holt sich die erste Deutsche Meisterschaft. Endlich.

Doch nach der Saison ist vor der Saison. Es gelang dem Führungsteam der Erstligamannschaft, Aurel Irion und Kim Renkema, bereits im Juni, ein komplettes Team für die nächste Saison zusammenzustellen. Dies war nicht einfach, weil einige Stammspielerinnen ihre Karriere beendeten bzw. ins Ausland wechselten. Auch die Finanzen sind dank steigender Sponsoringeinnahmen im grünen Bereich. So freuen sich die Fans auf den Heimspielstart am 12. Oktober gegen einen der absoluten Mitfavoriten, den Dresdner SC. Bald darauf steigt dann das Supercup-Finale zwischen den amtierenden Pokalsieger (Schwerin) und dem Deutschen Meister am 20. Oktober in der TUI-Arena Hannover – eine Wiederauflage des Pokalendspiels der vergangenen Saison, wo unsere Mädels den Ostdeutschen mit 0:3 unterlegen.

Dauerkarten und Tagestickets

Der Deutsche-Meister-Effekt: Immer mehr Volleyballfans wollen in die SCHARREna zu unseren Heimspielen kommen. Das ist natürlich höchst erfreulich, aber es zeichnet sich ab, dass unsere Halle wohl oft ausverkauft sein wird.

So haben wir für die neue Saison über 800 **Dauerkarten** an unsere Fans ausgegeben, so viele wie nie zuvor (+ 30 % gegenüber der Saison 2018/2019)! Damit auch Fans mit Tages-Tickets eine Chance haben, für einzelne Spiele noch Tickets in allen Kategorien zu erwerben, wurde der **Dauerkartenverkauf gestoppt**.

Derzeit läuft aber noch der Verkauf von **Tages-Tickets** für die einzelnen Spiele. Infos dazu gibt es über unsere Website, unsere Social-Media Kanäle und unseren Newsletter. Aufgrund der hohen Anzahl an Dauerkarten steht auch hier nur noch eine begrenzte Anzahl an Sitzplätzen zur Verfügung. Außerdem wollen wir natürlich auch noch eine gewisse Anzahl frei verkäuflicher Karten an den Abendkassen bereithalten.



Sirtaki im Siegestaumel



Freude pur!



2018/19: Die beste Spielerin aller Clubs, Krystal Rivers zusammen mit Trainer Gianni Athanasopoulos.



IMPRESSIONEN AUS DER MEISTERSAISON

FOTO TOM BLOCH





ABSTIEG AUS DER VERBANDSLIGA KAUM NOCH ABZUWENDEN.

TEXT GERHARD FRANKENHAUSER FOTO TIM MEDHURST



Robert Teufel: Meister der „Bogenlampe“



Christian Lang: verteidigt ohne Foul

*Wasserball ist ein toller Mannschaftssport
man kommt auch von zu Hause fort.
In Weil am Rhein, auch in Heidenheim
treffen wir ins Tor hinein.*

*Der MTV als Verbandsligist
erhält nun eine letzte Frist
mit 2 hohen Siegen in den letzten Spielen
könnte unsere Sieben
dem Abstieg noch entkommen
es sind schon Wunder vorgekommen.*

*Man war zu oft nicht komplett
das finde ich gar nicht nett.
Wem dies auch nicht gefällt
die Presse sich an Fakten hält.*

*Ein Sieg gegen den Tabellenzweiten
ließ mich verleiten
die Wende sei geschafft
gegen Gemmingen aufgerafft
am Ende aber knapp verloren
wie kam es zu so vielen Gegentoren?*

*Natürlich hat uns auch das Glück verlassen
ich sehe das nicht gelassen
nur Pfosten und Latte getroffen
jetzt bleibt uns nur noch hoffen
auch auf ein Zeichen vom Verband
bis jetzt ist noch nichts bekannt
dass wir doch in der Liga bleiben
ich werde es Euch schreiben.*



Philipp Trick: lebt Wasserball



Jonas Modrow: ist auch ein guter Torwart

BWPOST⁺
Regional. Deutschlandweit. Weltweit.

PRELABEL! ALLES ANDERE IST



SCHNELL & EINFACH:
Zwei Label für alle Sendungen.

PRAKTISCH & KOMFORTABEL:
Am Monatsende
bezahlen.



Rufen Sie uns an,
wir beraten Sie gerne.
www.bwpost.net
Tel. 0800 711 711 1



Zeeb Architekten

www.ZeebArchitekten.de Germersheimer Str. 22
info@ZeebArchitekten.de 70499 Stuttgart
Fon 0711.88 02 08 80 Fax 0711.88 02 08 83



ARCHITECTENHAUS

MTV-TERMINE

MTV-Basketballerinnen auf Bergtour
(Foto: M. Bulat)

Mo 29. Juli - 08. August

BERGABENTEUER

Unterwasser (CH) / für Kinder von 11-15 Jahren

Mo 29. Juli - 02. August

2. FERIENSPORTWOCHE

MTV Sportanlage Motiv / für Kinder von 7-12 Jahren

Mo 05. August - 09. August

3. FERIENSPORTWOCHE

MTV Sportanlage Motiv / für Kinder von 7-12 Jahren

Mo 12. - 16. August

4. FERIENSPORTWOCHE

MTV Sportanlage Motiv / für Kinder von 7-12 Jahren

Mi 14. August

TREFF EHRENMITGLIEDER

MTV-Restaurant / 15:30 Uhr

Mo 19. - 23. August

5. FERIENSPORTWOCHE

MTV Sportanlage Motiv / für Kinder von 7-12 Jahren

Mo 26. - 30. August

6. FERIENSPORTWOCHE

MTV Sportanlage Motiv / für Kinder von 7-12 Jahren

Mo 02. - 06. September

7. FERIENSPORTWOCHE

MTV Sportanlage Motiv / für Kinder von 7-12 Jahren

So 08. September

MTV SPENDENLAUF

MTV Sportanlage Kräherwald / 10:00 Uhr

So 29. September

MTV BEIM VOLKSFEST

Festzelt beim Göckelesmaier / für alle MTV-Mitglieder / 18:00 Uhr

Mo 07. Oktober

VORSTANDSSITZUNG

GF-Büro / 17:30 Uhr

Mo 07. Oktober

HAUPTAUSSCHUSS

MTV-Treff / 19:30 Uhr

Sa 12. Oktober

BL VOLLEYBALL

SCHARRena / MTV Stuttgart vs. Dresdner SC / 15:30 Uhr

Mo 28. - 31. Oktober

8. FERIENSPORTWOCHE

MTV Sportanlage Kräherwald / für Kinder von 7-12 Jahren

Sa 02. November

EHRUNGSNACHMITTAG

Auszeichnung von MTV Jubilaren / 15:30 Uhr / Al Campo

**JUGEND UNTERSTÜTZEN.
LEISTUNG FÖRDERN.**



MTV STUTTGART
1843 e.V.

HAUPTSPONSOREN VOLLEYBALL



HAUPTSPONSOR TURNEN



TOP SPONSOREN



PREMIUM SPONSOREN



URBAN PROPAGANDA
COMMUNICATIONS GMBH



FOTO CHEN QINGWEI

PROMOTION PARTNER



MEISTER-FAMILIENBETRIEB
GENSMANTEL
BAUGESCHÄFT

PHYSIO THERM
Infrarotkabinen

**Speedy
tex**
www.speedytex.de

UP ON
ONLINE MARKETING

RA 0711
RECHTSANWÄLTE STUTTGART

m. s. Alesi

TOP OPTIK
ROBERT ANDRER HOFMANN
mit Kompetenz und Leidenschaft

allservice
Dienstleistungen

Steimle

Dr. Hobbach-Nietzsch

DIAMANT
Klimasysteme

K
Kampfle
Tina Kraft
Info: k.kampfle.de

S/F/I/G
Förderungsmanagement

Jacobi

Blumen Cech

**BANKHAUS
AUGUST LENZ**
Kreditbank August Lenz Group

dimac
sportmarketing

Systemedia
DAN MERLENHARD

**Family
Home**
FAMILIENWIRTSCHAFTSBEREITUNG

**FELLBACHER
WEINGÄRTNER**

BUCK

friess-merkle
Elektronik

PAMINI

**Santita-Heizung
Gauggel**
Ihr vielseitiger Fachbetrieb

Göckelermaier
Der Glücksbäcker

HEART & SOLE
Die Laufspezialisten

GRUND & BODEN WERT

BAYH & FINGERLE
FACHFÜR DEN FACHBEREICH

WIMIS
METALL-SERVICE

DR. GÖPPERT & KOLLEGEN

MORE THERAPY
REHABILITATION & MASSAGE

KOPF
Immer dieser Schreiner!

SF
SPORT

**KANZLEI
KNAUS**

HUBERTUS-APOTHEKE

**DEINE
VIRTUELLE
STADT 2**

ENMAZE
LIVEGAMES

DRECHSEL
STEUERBERATER

Auracher

**STADTWERKE
STUTTGART**

WACHTMEISTER

**Frank Segler
Steuerberater**

ib
Berufliche Schulen Stgt-Mitte

OBI
Westbahnhof

**MAYER
PARIS**
Versicherungsmakler
GmbH & Co. KG

UPSTAIRGO

VON BRÜHL
-Auktionshaus-

NECKAR-KÄPT'N

GOBS GmbH
Rohr- und Kanalreinigung
Reinigungs- und Rohr- Kanal- Inspektions-Service
Tel.: 0711 / 85 18 08 Fax: 0711 / 81 32 86
E-Mail: info@gobs.de www.gobs.de

PURE
HIGHTECH & EVENTLOCATION

Rapi Alesi
Reinigungs-Service

LiveCenter Stuttgart

ADVENTURE7

Häcker
FLIESEN & NATURSTEINE
www.haacker-haer.de

**Der Meister
Stuttgarter**



Der MTV-Ausweis gilt bei immer mehr Firmen als Vorteilskarte

Alle MTV-Mitglieder erhalten bei Vorlage (der Rückseite) ihres Ausweises bei einigen Stuttgarter Firmen sowie im gesamten Ski-Gebiet Pitztal deutliche Rabatte. Die neue Partnerschaft mit dem Pitztal ist eine besonders gelungene Kombination aus Rabatten bei allen Skiliften und Bahnen (10 bis 20%), fast 30 Hotels und Pensionen sowie Geschäften: **Auch im Sommer!** Nutzen Sie die PROMOTION VORTEILSWELT – und sagen Sie es weiter. Infos unter: www.vereinspromotion.de



MTV STUTTGART
1843 e.V.

IHR HABT DEM MTV GEKÜNDIGT? SCHADE, DOCH:

AUCH WENN IHR WOANDERS SEID, VERLASSEN MÜSST IHR UNS NICHT ... denn auch als Fördermitglied könnt Ihr weiterhin alle Einkaufsvorteile unserer PROMOTION-Vorteilswelt nutzen.

Was kostet eine Fördermitgliedschaft?

Als MTV-Fördermitglied zahlt Ihr 48 Euro im Jahr.

Was bekommt Ihr als Fördermitglied?

Wir senden Euch regelmäßig das MTV-Magazin, damit Ihr immer im Bilde bleibt. Wir schicken Euch zu Beginn jedes Jahres einen Fördermitgliedsausweis.

Was nützt Euch der Fördermitgliedsausweis?

Bei Vorlage des Ausweises erhaltet Ihr bei vielen Stuttgarter Firmen und Geschäften einen Mitgliederrabatt. Der Kreis dieser Firmen wird ständig erweitert. Schon bald könnt Ihr ein ganzes Skigebiet in der Vorteilswelt nutzen. Lasst Euch überraschen. Eine Übersicht zu diesen Partnerfirmen findet Ihr auf der Webseite der PROMOTION Vorteilswelt:



WWW.VEREINSPROMOTION.DE

Ruft uns einfach an: 63 99 18

... UND WENN IHR UNS DOCH VERLASSEN MÜSST, WEIL IHR UMZIEHT, DANN EMPFEHLEN WIR:

AURACHER MÖBELSPEDITION – UMZIEHEN MIT DEM FACHMANN

Unser Partner-Unternehmen steht seit 1921 für herausragende Privat-, -Büro-, Instrumenten- und Kunsttransporte. Langjährige Kunden schätzen ganz besonders die saubere und fachgerechte Arbeit. Jeder Transport wird unter der Leitung eines Familienmitglieds durchgeführt. Dies garantiert Ihnen eine Qualität, die ihresgleichen sucht.

www.auracher-umzuege.de

MTV-Mitglieder oder Fördermitglieder erhalten von unserem Partner einen **Rabatt von 10 Prozent**.

Nehmen Sie als MTV-Mitglied einfach Kontakt zu Auracher auf und sparen Sie 10 Prozent bei einem absoluten Qualitäts-Umzug: **Tel.: 0711 / 60 25 14 | info@auracher-umzuege.de**

