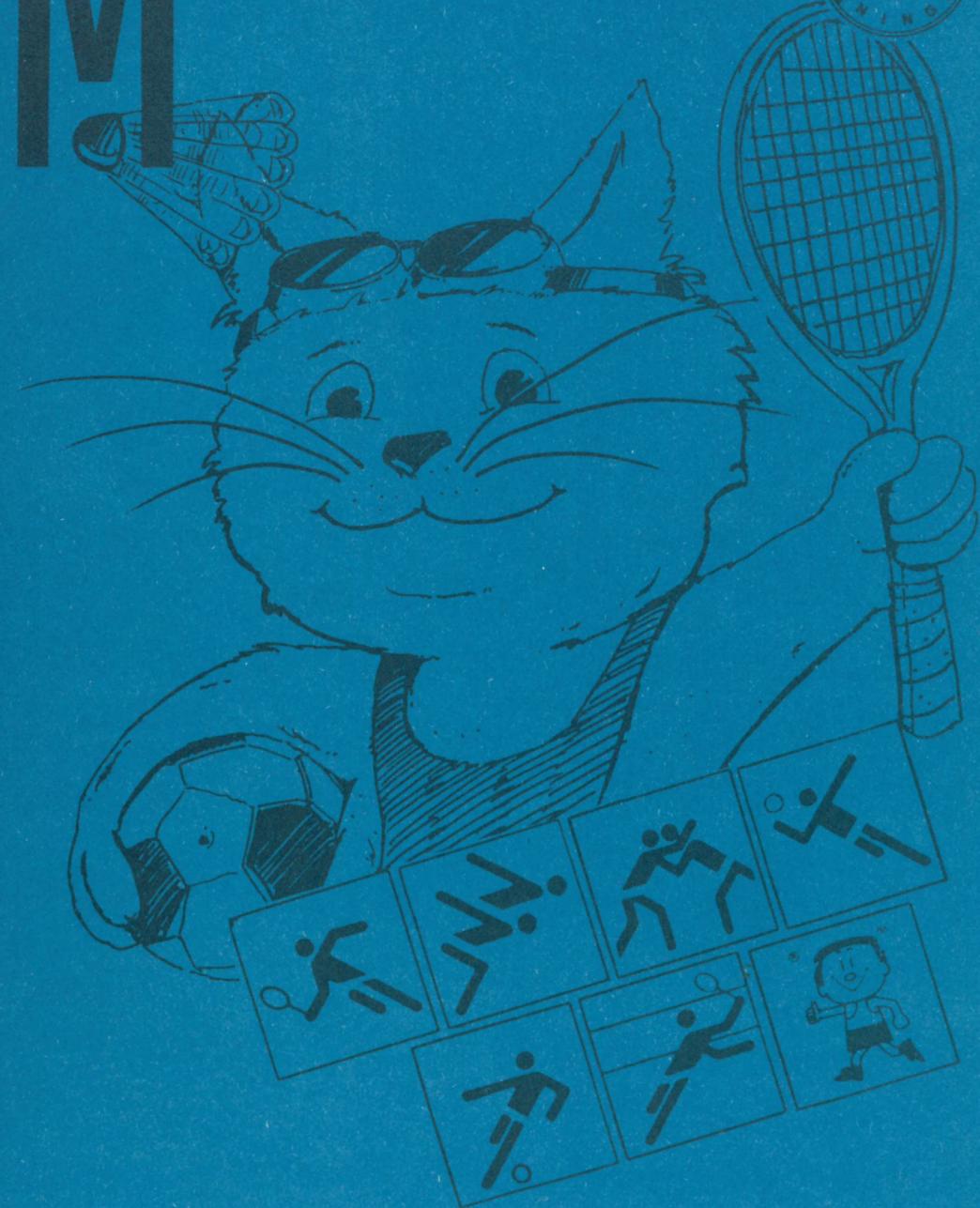


MUSKELKATER



Ski

Tennis

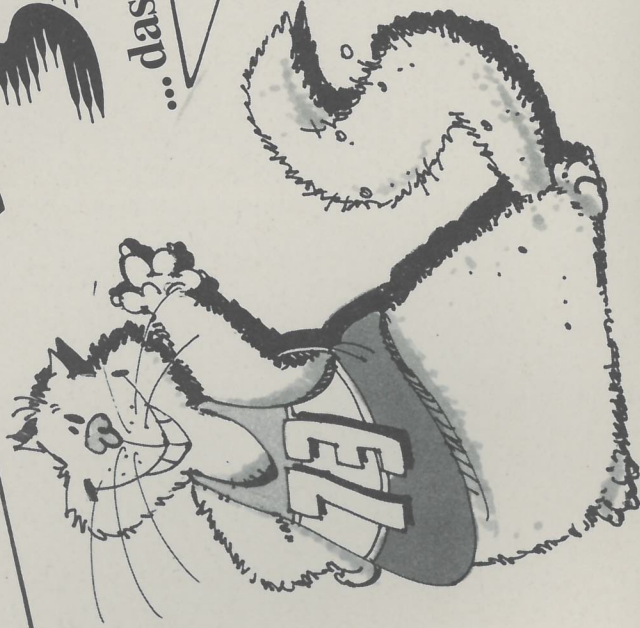
Squash

Fußball

Jogging

Sport GmbH
SEHNER

... das Herrenberger Sportgeschäft



Machen Sie Ihre
Freizeit zum Erlebnis

Ihr Sport-Team

Willi Sehner · Siegfried Muschko

7033 Herrenberg · Bronntor 7

Telefon 0 70 32 / 61 11 · Fax 0 70 32 / 63 19

Gestaltung: Perfect Press

Inhaltsverzeichnis

Wechsel im Vorstand
Wir gratulieren
Der Vorstand in Klausur
Totengedenken
Vereinsjugend

Berichte aus den Abteilungen
Badminton
Breiten- und Freizeitsport
Fußball
Handball
Schwerathletik
Schwimmen
Tennis

Neu im Verein: Karate
Beiträge
Infos für Ihre Gesundheit
Sportartikelbörse
Wichtige Telefonnummern

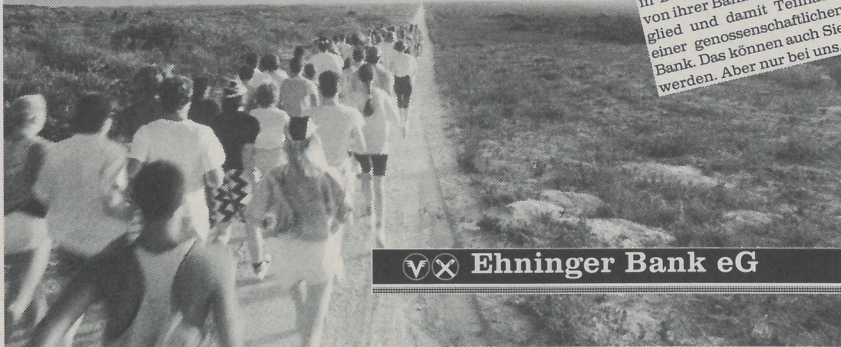
Impressum:


Herausgeber : TSV Ehningen 1914 e.V.; Redaktionsleitung: Gerlinde Barth;
Erscheinungsweise : zwei Mal jährlich;
Redaktionsschluß für die nächste Ausgabe : 30.09.1993.
Der 'Muskelkater' ist eine kostenlose Informationsschrift für die
Vereinsmitglieder. Namentlich gekennzeichnete Beiträge geben nicht unbedingt
die Meinung des Vorstandes wieder.

Wir machen den Weg frei

**Mitgliedschaft -
vom Kunden zum
Bankteilhaber.**

Rund 12 Millionen Menschen
in Deutschland haben mehr
von ihrer Bank: Sie sind Mit-
glied und damit Teilhaber
einer genossenschaftlichen
Bank. Das können auch Sie
werden. Aber nur bei uns.



 **Ehninger Bank eG**



Heizungen · Schwimmbäder

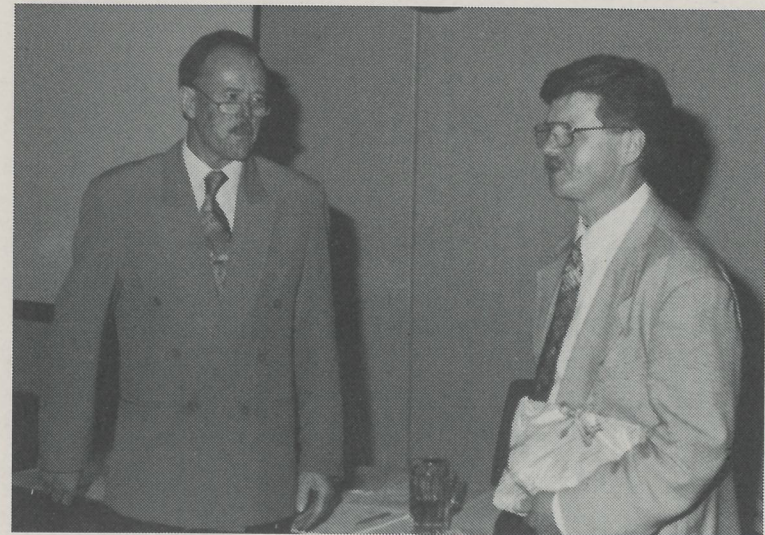
Mercedesstraße 6

71135 Ehningen

Tel. (0 70 34) 50 36 · Fax 81 35

Eckhard König geht, ein Neuer kommt

Als 2. Vorsitzender stand er 11 Jahre seinen "Mann" im TSV-Vorstand. Mitgliederverwaltung und Beitragseinzug EDV-gerecht aufbauen war sein Hauptanliegen. Auch wer sich beim Sport mehr als seinen 'Muskelkater' oder ein paar blaue Flecken holte, lernte ihn als Versicherungsexperten in Sachen Verein kennen. Das Vereinsheim betreute er vertragsseitig und war Ansprechpartner für die Wirtsleute und die Versicherung, wenn sich unrühmliche Hände an den falschen Eingängen zu schaffen machten. Mit Liebe zum Detail und Durchsetzungsvermögen organisierte er die Pfingstfeste und Niklausbälle. Hart in der Sache, aber fair und nach Ausgleich suchend, vergißt er den Humor trotz der vielen Arbeit nicht. Sein Talent zum Witze erzählen und Verse schmieden ist nicht nur im Vorstand bekannt. Wir sagen ihm Dank für die positive Zusammenarbeit und wünschen ihm angenehmen "Vereins-Ruhestand".





W I R
G R A T U L I E R E N

unseren Mitgliedern

die im 1. Halbjahr 1993 Geburtstag
feierten

zum 65. Geburtstag
Reinhold Bessler
Wilhelm Scheuermann

zum 70. Geburtstag
Paul Wolff

zum 73. Geburtstag
Otto Kissel

zum 79. Geburtstag
Eugen Bengel

zum 83. Geburtstag
Rudolf Kobza

zum 84. Geburtstag
Hermann Fritz
Walter Scharff

zum 86. Geburtstag
Karl Nass



Vogt+Huber

BAUWERKSABDICHTUNGEN

Abdichtungen gegen Bodenfeuchtigkeit nach DIN 18 195
Abdichtungen von Naß- und Duschräumen nach DIN 18 195
Abdichtungen gegen Oberflächenwasser

Vogt und Huber
Bauwerksabdichtungen 71139 Ehningen
Im Letten 25 Telefon (0 70 34) 74 97

Im Verein
ist Sport
am
schönsten

fit
mit

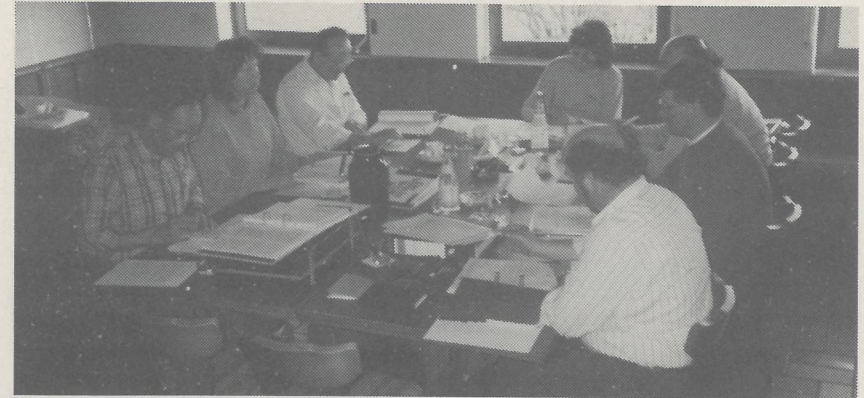


bringt Qualität!

ESSIG – SENF – SAUERKONSERVEN

Schwabenstolz Hubel & Co. KG
Böblinger Straße 32, 71139 EHNINGEN
Telefon (0 70 34) 50 31

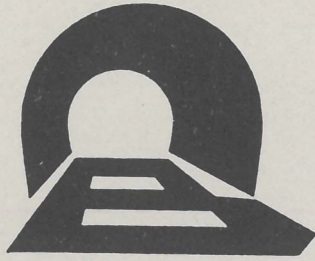
Arbeitswochenende des Vorstandes auf der Schwäbischen
Alb im März 1993



Am Anfang war noch alles verschwommen, doch es wurde
lichter.



Nach 5-jähriger Pause war es dringend notwendig
geworden, in Klausur zu gehen. Standen doch etliche
Themen zur Bearbeitung an: Einführung der PC-
Buchhaltung mit Erarbeitung des für unseren Verein
notwendigen Kontenplans, Novellierung der
Ehrungsordnung, der Satzung, der Geschäftsordnung,
der ... - viel zu viel, um das gesamte Pensum in noch
nicht mal eineinhalb Tagen zu schaffen.



C. Baresel GmbH u. Co.

Natursteinwerk Ehningen

**Natursteine für den
neuzzeitlichen Straßenbau**

Volksbank Böblingen AG

ZWEIGNIEDERLASSUNG EHNINGEN



Bequem in Ehningen bieten wir unseren Kunden
den AllfinanzService einer der großen Volksbanken im Lande.



**Wir
gedenken
unserer
Toten**

Hans Baiter

fachbetrieb
der Innung
Mitglied im Fachverband



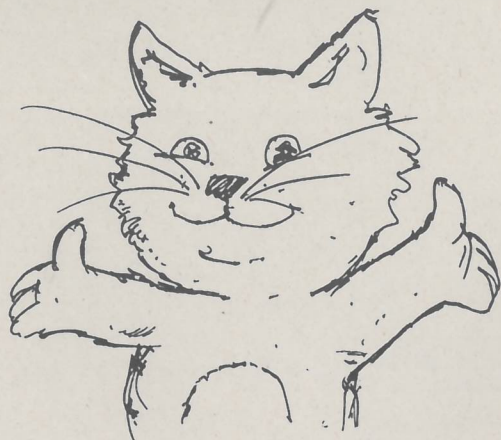
Wir bilden aus

Zukunftsberufe
Wasser, Wärme, Luft
Moderne Technik
für unsere Umwelt

Ohne uns läuft nichts

jäger

Wilhelm Jäger
Gas- und Wasser-Installateurmeister
Im Letten 3 · 7044 Ehningen
Tel. 0 70 34/73 59



Berücksichtigen Sie
bei Ihren Einkäufen
unsere Inserenten !

VEREINSJUGEND

Hallo TSV- Jugend !!

Nun hört Ihr endlich wieder etwas von der Vereinsjugend und was dort so ab geht! Also - im März fand die Vereinsjugendversammlung statt, bei der von fast allen Abteilungen Vertreter erschienen waren (bis auf ein paar Ausnahmen natürlich).

Aber nun zur Versammlung: Das Wichtigste waren die Wahlen und die im Sommer anstehende Jugendolympiade.

Was ging bei den Wahlen ab ?

Neu gewählt wurden : Martin Ullmann (Ringen) als stellvertretender Jugendleiter, Evelin Tomas (Handball) als stellvertretende Vereinsjugendsprecherin und als Pressereferentin natürlich ich, also Barbara Wörner vom Handball. Einen Applaus für die Neuen ...

Die Alten im Amt könnt Ihr per Foto identifizieren (siehe Ausgabe letzter Muskelkater). Es sind Werner Kuppinger, Martin Drasch jun., Eric Sauerborn, Andrea Schmid, Aydin Saran, Alexandra Hiller und Jürgen Kallab.

Auch einen Applaus für die, die im Amt geblieben sind! Klar ... !!

Was geht bei der Olympiade ab ?

wann : Samstag, 26. Juni 93
von 13.30 bis 17.30 Uhr

wo : Sporthalle Schalkwiesen
bei schönem Wetter im Freien



Für Sie und Ihre Familie nur das Beste

**Qualitätsnudeln
Nudelspezialitäten
Maultaschenteig**



Marquart Teigwaren

Inh. Gerhard Münzer
Bahnhofstr. 11, 7045 Nufingen, Tel. (07032) 82356



ELEKTRO-

Klaiber

Ausführung sämtlicher Licht- und Kraftanlagen
Elektro-Heizungen · Antennen
EDV-Verkabelungen

71139 Ehningen · Im Letten 13 · Telefon (0 70 34) 52 49
Fax (0 70 34) 6 16 08

was : voraussichtlich gibt es 6 Stationen
die Spielvorschläge sind:

* Volleyball * Fußballtennis
* Pedalo * Sackhüpfen * Eierlauf
* Tauziehen * Gummihüpfball
* Skilaufen * Krabbeltunnel

wer : es werden Mannschaften mit 6 Per-
sonen gebildet
Teilnehmer aus allen Abteilungen

wozu : zum Spiel & Spaß und um dabei zu
sein

sonstiges : anschließend wird es heiß her-
gehen bei einer DISCO mit Über-
raschungen von 18.30 bis 24.00 Uhr

ALSO - Tschüß bis zum nächsten Mal !

Eure Barbara Wörner

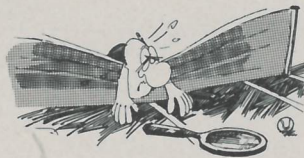


Abteilung Badminton

Am ersten Dezemberwochenende hatten wir wieder einmal einen gesellschaftlichen Part zu übernehmen, nämlich die Bewirtung der Sektbar beim Nikolausball. Dies ging locker über die Bühne, sogar die Räumung der Bar morgens um vier ging erstaunlich friedlich vonstatten.

Das nächste Ereignis war unsere Weihnachtsfeier eine Woche später im Vereinsheim. Obwohl die Anmeldungen nicht gerade stürmisch kamen, wurde die Feier mit der nötigen Zuversicht vorbereitet. Das Ergebnis übertraf dann alle Erwartungen, es fanden sich nämlich 45 Personen ein, was einen neuen Rekord darstellen dürfte. Erstaunlicherweise hat das Essen trotzdem, wenn auch knapp, gereicht. Von der Qualität des Essens ganz zu schweigen, auf diesem Wege einmal ein Lob an die Küche im TSV-Heim.

Aber auch Sport getrieben wird bei uns. Die erste Mannschaft begann die Saison recht vielversprechend, konnte jedoch in der zweiten Saisonhälfte die Leistung nicht halten, so daß bloß ein fünfter Tabellenplatz übrigblieb. Durch einen geänderten Trainingsaufbau und einer (hoffentlich) größeren Kontinuität bei den SpielerInnen sollte in der übernächsten Saison der Aufstieg möglich sein. Die zweite Mannschaft hatte bloß vier Spieltage zu bestreiten, da sie in einer reduzierten Staffeln antrat. Selbst diese vier Spieltage wurden nur mit Mühe und Not absolviert, so daß wir nächste Saison mit nur einer Mannschaft antreten werden.



Im Jugendbereich geht es, nach einer gewissen Flaute, langsam aber sicher wieder aufwärts. So nahmen zum ersten mal seit längerer Zeit wieder einige Jugendliche an Bezirksranglistenturnieren teil. Da diese Jugendlichen erst seit ca. ein bis eineinhalb Jahren Badminton spielen, lassen die Plazierungen im Mittelfeld durchaus erfreuliche Perspektiven erkennen.

Am letzten Märzwochenende nahmen einige unserer Jüngeren am Gärtringer Mini-Cup-Turnier teil. Dieses Privattournament bietet gerade den Jugendlichen U10 und U12 die Möglichkeit ohne große Anfahrtswege einmal Turnierluft zu schnuppern.

Dieses Schnuppern wurde denn auch sehr positiv aufgenommen. Zum Einen kam gleich die Frage nach dem nächsten Turnier dieser Art. Zum Anderen waren die Ergebnisse auch recht ansprechend. So erreichte Michael Hansl in der Altersklasse U10 bei 15 Teilnehmern immerhin den vierten Platz. Einen Platz besser platzierte sich Genarino Bruno in der Altersklasse U12. Am besten schnitt Michael Schüle, ebenfalls U12, ab, der sich nach einem heißumkämpften Endspiel freudestrahlend ganz oben auf dem Siegereck wiederfand.

Da ein solches Turnier augenscheinlich großen Anklang bei den Jugendlichen findet, wird wohl auch der TSV Ehningen demnächst eine derartige Veranstaltung in Angriff nehmen.

Halb zum Sport und halb zur Geselligkeit zählen die Freundschaftsspiele gegen den TSV Kuppingen, die auf Anregung einiger Hobbyspieler zustande kamen. Waren diese Begegnungen bisher auf einen Sonntag und einen Trainingsabend beschränkt, so wird dieser Austausch bei unserem Kuddel-Muddel-Turnier im Juni seine Fortsetzung finden, das traditionell mehr der Gaudi dient.

Andreas Richter

Zutreffende Altersklasse bitte ankreuzen	Männer				Frauen				
	Bronze	Silber	Gold		Bronze	Silber	Gold		
Gruppe	18 bis 29	30 bis 39	40 bis 44	45 bis 49	50 bis 54	55 bis 59	60 bis 64	ab 65 Jahre	
Übung	6:00	7:00	7:30	8:00	8:30	9:00	9:30	10:00	
1	200 m Schwimmen								
2	Hochsprung	1,35	1,30	1,25	1,15	1,05	1,00	0,95	
	Weitsprung	4,75	4,50	4,25	4,00 ¹⁾	-	-	-	
	Standweitsprung	-	-	-	2,00	1,90	1,80	1,70	
	Sprung: Hocke oder Grätsche ⁶⁾	Pferdlängs 1,20	1,10	1,30	1,20	1,10	1,00	1,00	
3	50 m Lauf	-	-	-	8,2 ¹⁾	-	-	-	
	75 m Lauf	-	-	11,0 ¹⁾	-	-	-	-	
	100 m Lauf	13,4	14,0	14,5	16,0	17,0	18,0	19,0	
	400 m Lauf	68,0	70,0	72,0	74,0 ¹⁾	-	-	-	
	1000 m Lauf	-	-	-	5,00	5,30	6,00	6,30	
4	Kugelstoßen ¹⁾	8,00	7,75	7,50	7,25	7,00	7,00	6,75	
	Steinstoßen ²⁾	9,00	8,75	8,50	8,00 ¹⁾	-	-	-	
	Schlagball (80 g)	-	-	-	-	-	-	-	
	Wurfball (200 g)	-	-	-	-	-	-	-	
	Schleuderball ³⁾	35,00	34,00	33,00	32,00	30,00	28,00	26,00	
	100 m Schwimmen	1:40	1:45	1:50	2:00	2:10	2:20	2:30	
	Gewichtheben ⁴⁾	Eigengewicht: kg							
	Bodenturnen ⁶⁾	Handstand - Abrollen, Rolle rückwärts, Rad ¹⁾							
	Wahlangebot	Handstand - Abrollen, Rolle rückwärts, Rad ¹⁾							
5	2000 m Lauf	-	-	-	-	-	-	-	
	3000 m Lauf	-	-	15:00	17:30	19:00	20:00	21:00	
	5000 m Lauf	23:00	26:00	28:00	31:00	34:00	36:00	36:00	
	20 km Radfahren	45:00	47:30	50:00	52:30	55:00	60:00	65:00	
	1000 m Schwimmen	26:00	28:00	30:00	32:00	34:00	36:00	40:00	
	Skilanglauf ⁵⁾	72:00	75:00	79:00	83:00	88:00	93:00	105:00	
	Wahlangebot	Handstand - Abrollen, Rolle rückwärts, Rad ¹⁾							
	12:00	13:00	14:00	15:00	16:00	17:00	17:30	18:00	
	32:00	35:00	38:00	40:30	43:30	46:30	-	-	
	60:00	65:00	70:00	72:30	75:00	77:30	80:00	82:30	
	28:00	30:00	32:00	34:00	36:00	38:00	40:00	42:00	
	54:00	60:00	65:00	70:00	75:00	80:00	85:00	90:00	

Weitsprung ab M 50/F 45 Jahre vom Balken oder aus dem Absprungraum.
Die übrigen Übungen sind im Freien auszuführen.
1) Bei den Übungen, die mit einem Sportgerät durchgeführt werden, ist das Sportgerät mitzubringen.

1) Kugelgewicht: Männer 7,25 kg, ab 50 Jahre 5,00 kg; Frauen 4,00 kg, ab 50 Jahre 3,00 kg. 2) 15 kg; bei der Gesamtwerte wird die Stoßleistung rechts und links zusammengezählt. 3) Ballgewicht: Männer 1,5 kg, Frauen 1,0 kg. 4) Bekleidung mindestens 75% des eigenen Körpergewichts. 5) Skilanglauf: 15 km, 30 km, 45 km, 60 km, 75 km, 90 km, 105 km. 6) Bei den Übungen, die mit einem Sportgerät durchgeführt werden, ist das Sportgerät mitzubringen.

Abteilung Breiten- und Freizeitsport



Seit vielen Jahren bieten wir allen Mitgliedern und Nichtmitgliedern der Abteilung die Sportabzeichenprüfung an. Die sportlichen Disziplinen sind in fünf Gruppen aufgeteilt. Aus jeder Gruppe muß eine Disziplin erfüllt werden. Ob Sie nun das Abzeichen in Bronze, Silber oder Gold ablegen, Ihre zu erbringende Leistung ersehen Sie aus der beigefügten Übersicht. Vorbereitungsabende führen zum Ziel. Etwa ab Mitte Mai beginnen wir mit den Trainingsabenden und treffen uns immer Dienstagabend um 19 Uhr im Stadion Dagersheim. Die Sportabzeichenprüfung wird von unseren Übungsleitern ebenfalls im Dagersheimer Stadion abgenommen. Nähere Angaben finden Sie im Mitteilungsblatt der Gemeinde Ehningen.

" Steck Dir an - was in Dir steckt. " Vielleicht versuchen Sie es in diesem Jahr auch einmal. Wir freuen uns über neue Teilnehmer.

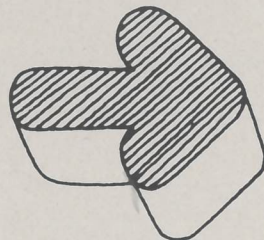
M.Metzger

Wanderung der Skigymnastik vom 16.-18.10.1992

Ins Lechtal ging's, Steeg hieß der Ort,
Am Freitagmittag fuhr'n wir fort.
Es hieß: 'ne Fahrgemeinschaft bilden,
Weil alle das für's Beste hielten.
Gespannt, wer wohl schon angekommen,
Verschiedne Routen wurden genommen.
Im Gasthaus Stern war ein Hallo!
"Alles da!" Nun war man froh.
Gemütlich ließ man den Abend verklingen
Harmonisch und lustig vor allen Dingen.

Am andern Morgen ging es dann -
Den Rucksack auf dem Buckel, die Wanderstiefel an,
Auf große Tour, ach, war das schön,
Die Sonne war zwar nicht zu sehn,
Doch in der Scheune, da war's trocken,
Zum Vesper keine nassen Socken!
Frohgelaut sind wir zurückgekehrt,
Der Regen hat uns nicht gestört.

Als wir dann alle wieder frisch,
Da bat man uns auch gleich zu Tisch.
Nach dem guten Essen dann
Fing's mit dem Feiern richtig an.
Denn oben in dem Dachjuhe
- Für uns das reinste "Chambre Séparé" -
Gab's Leckereien - und nun hört -
Gar alles, was das Herz begehrt:
Rotweinkuchen, Käse, Wurst
(Daraufhin bekam man Durst!)
Tomaten, Gurken, Süßigkeiten
Und noch so manch' Besonderheiten.
Der Sekt, der floß und auch der Wein,
Was fielen da für Witze ein!
Unter uns ein Jubelpaar - (!)
Wenn das kein Grund zum Feiern war !!



Am Sonntagmorgen, ach du Schreck!
Die grüne Landschaft, die war weg!
Der Schnee hat alles zugedeckt,
In uns den Winter schon geweckt.
Hinaus ging's in die weiße Pracht.
Unser Wanderführer hatte sich gedacht:
'Roßgumpenalm' heißt unser Ziel,
Versprochen hat er nicht zuviel!
Nach ein paar Stunden forscher Schritte
Erreichten wir dann diese Hütte.
So viele Wanderer nicht erwartet,
Hat man ein 'Hilfsprogramm' gestartet.
Man half dem Hüttenwirt, wo's ging,
Sogar am Herd - das war ein Ding! -
Wärmte man selber Kraut und Wurst,
Dann hatten manche wieder Durst!
Wir bedienten alle schnell -
Es war wirklich originell !!

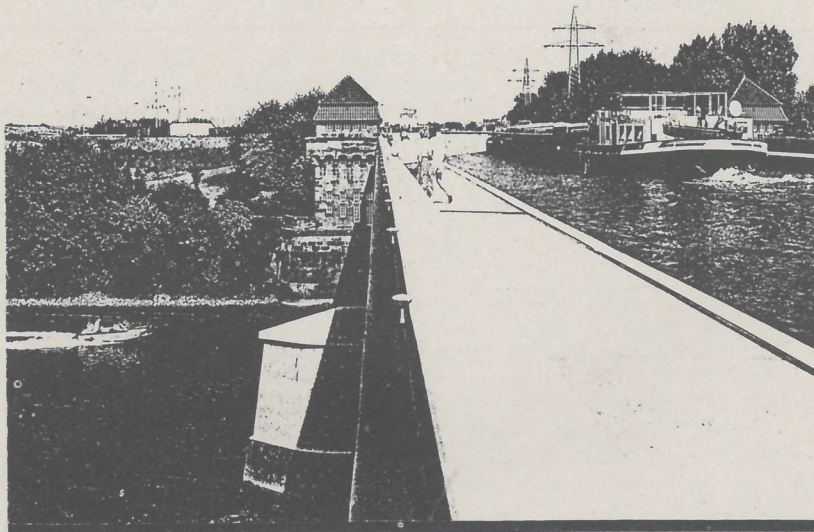
Zufrieden, satt und aufgewärmt,
- Man hat noch lang davon geschwärmt -
Traten wir nun den Rückweg an.
Bei den Autos angekommen dann,
Begann das große Händeschütteln.
Es gab wohl nichts mehr dran zu rütteln,
Vorbei waren zwei schöne Tage.
Ein Dankeschön - wohl keine Frage:



Dem Manfred - er hat uns sicher geführt -
Dem Helmut - der das schöne Quartier aufgespürt - !

Heide Krause

Abt Fußball: TSV E-Jugend
Besuch aus Minden (Lahde/Quetzen) am 16.6.



Wasserstraßenkreuz: Mittellandkanal über Weser

Der Kontakt der Ehninger E-Jgd. zum Fußballverein TuS Lahde/Quetzen besteht seit nunmehr 3 Jahren. Im Anschluß an unsere Reise nach Minden im Sommer vergangenen Jahres haben wir unsere Gastgeber auf einen Gegenbesuch nach Ehningen eingeladen. Vom 10.-13. Juni werden daher 15 Jugendliche/Betreuer aus Westfalen in Ehningen zu Gast sein. Wir möchten daher schon jetzt auf dieses Datum hinweisen und Spieler + Spielereltern bitten, sich diesen Termin vorzunehmen. Weitere Informationen folgen ...

R.Höltke / H.Scheihing

Bei der Hauptversammlung am 18. März 93 wurde unser Herbert Hildebrand - besser unter dem Namen Bobby bekannt - nach 8-jähriger Abteilungsleiter-Tätigkeit verabschiedet. Als Nachfolger konnte Erhard Dessecker gewählt werden. Als Familienvater von Handball-Zwillingen überzeugt, nahm er das Amt an.



Nun aber zu den einzelnen Erfolgen und Siegen der verschiedenen Mannschaften :

Die Frauenmannschaft des TSV spielt nun seit geraumer Zeit in der Bezirksliga mit. Trotz spielerischem Einsatz konnte nur ein 6. Platz erzielt werden. In der bevorstehenden Runde wollen unsere Frauen jedoch im vorderen Drittel mitmischen.

Neuer Zuwachs hat sich außerdem angesagt. Drei Spielerinnen aus der A-Jugend sowie eine Spielerin mit langjähriger Pause werden die Frauen in der kommenden Runde unterstützen.

Verabschieden müssen wir uns von unserer Torwart-Frau Bat, da diese wegzieht. Ebenfalls verabschieden müssen wir uns von unserem Trainer Reiner mit Frau, da diese auch wegziehen. Durch den Umzug der drei kann keiner uns erhalten bleiben.

Da unser Reiner ja nicht mehr zur Verfügung steht, mußten wir uns schleunigst auf Trainersuche machen. Und siehe da, schon nach kurzer Zeit sind wir fündig geworden. Der ehemalige A-Jugend-Trainer Dietmar kehrt nach 4-jähriger Pause zum TSV zurück. Mit neuem Schwung geht es nun in die nächste Runde. Dem Erfolg steht also nichts mehr im Weg!

Die weibliche A-Jugend hatte mit ihren drei Gegnern in der Bezirksliga leichtes Spiel. Alle sechs Spiele konnten zur Zufriedenheit von Trainer und Spielern gewonnen werden. Somit gelang es den kampfbegeisterten Mädels nach mehrmaligen Versuchen, den Titel "Bezirksmeister" endlich für sich verzeichnen zu können. Die Mannschaft wird leider nicht in dieser Zusammensetzung weiterspielen, da einige zu den Frauen überwechseln.

Der Erfolg der weiblichen B-Jugend, die ebenfalls in der Bezirksliga ganz vorne mitspielt, blieb auch nicht aus. Am Ende der Spieltage jedoch stellte man fest, daß der TSV Punktgleich mit der Mannschaft aus Kuppingen ist. Es wurden also zwei Entscheidungsspiele ausgetragen, und beide Male konnte der TSV einen Sieg verzeichnen. Nun war die Freude groß, da jetzt auch die weibliche B-Jugend Bezirksmeister ist.

Nun aber auch noch einen Blick auf die männliche B-Jugend, die während der letzten Runde von ihrem Trainer im Stich gelassen wurde. Da sich kein neuer Trainer fand, löste sich die Mannschaft nach und nach auf. Wir würden uns freuen, wenn es wieder eine männliche B-Jugendmannschaft in Ehningen geben würde.

Damit die Handballer über den Sommer das Spielen mit dem kleinen runden Etwas nicht verlernen, stehen in diesem Jahr wieder zahlreiche Turniere auf dem Programm. Wir hoffen, daß alle Mannschaften bei den begehrten Turnieren wie TBB, Hirsau, Wernau und so weiter teilnehmen werden.

Für das kommende Handballjahr wünschen wir allen Mannschaften viel Erfolg !!! Über eine zahlreiche Zuschauer-Unterstützung würden wir uns ebenfalls freuen. Für die Bewirtung wird im kommenden Jahr auch bestens gesorgt sein. Also, nur einen Blick ins "Blättle" werfen und schauen, wann der TSV spielt und nicht wie hin in die Sporthalle und etwas Interessantes erleben.

Bis zum nächsten Mal !

Eure Silke Hofele

Abteilung Schwerathletik

HALLO JUNGS !

RINGEN & RAUFEN nach sportlichen Regeln.

Wäre das nicht eine Sportart für Euch? Kommt einfach zu uns ins Training in die Turnhalle in den Schalkwiesen!

TRAININGSZEITEN:

Dienstag 18.00 - 19.00 Uhr
Freitag 18.00 - 19.00 Uhr

Für Fragen der Eltern steht unser neuer Jugendleiter, Dieter Bollmann Tel. 07034/8833 zur Verfügung.

Hier nun ein paar Ergebnisse von Meistern und von solchen die es noch werden wollen. Daran seht Ihr, nicht nur die, die schon lange dabei sind, haben die Chance Erster zu werden, sondern auch Anfänger können auf dem Siegereppchen stehen.

Anfängerturnier:

Fabian Supper	2. Platz	Christian Kuppinger	6. Platz
Manuel Benda	4. Platz	Tobias Bengel	5. Platz
Heiko Dengler	1. Platz		

Hier noch die Placierungen sämtlicher Ehninger Jugendringer bei den Bezirksmeisterschaften in beiden Stilarten:

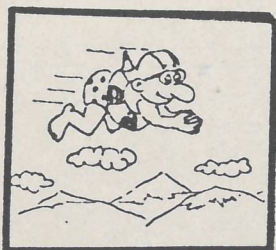
Griechisch-Römisch		Freistil	
Sebastian Hackstuhl	3. Platz	Fabian Supper	4. Platz
Magnus Volkmer	2. Platz	Magnus Volkmer	3. Platz
Bastian Bentz	1. Platz	Bastian Bentz	1. Platz
Matthias Bentz	4. Platz	Matthias Bentz	3. Platz
Heiko Dengler	4. Platz	Heiko Dengler	4. Platz
Andreas Gann	2. Platz	Christian Fenske	3. Platz
Wolfgang Kötzle	2. Platz	Wolfgang Kötzle	2. Platz
Michael Drasch	1. Platz	Michael Drasch	1. Platz
Oliver Bollmann	1. Platz	Oliver Bollmann	1. Platz
		Metin Dalkilic	5. Platz

Mark Hagenlocher	3. Platz	Mark Hagenlocher	6. Platz
Aydin Saran	3. Platz	Aydin Saran	1. Platz
Martin Ullmann	1. Platz	Martin Ullmann	1. Platz
Thomas Müller	5. Platz	Ismail Sariboga	6. Platz
Jürgen Hagenlocher	2. Platz	Jürgen Hagenlocher	1. Platz
Heiko Klein	6. Platz	Heiko Klein	6. Platz
Andreas Keim	2. Platz	Andreas Keim	2. Platz
Jürgen Kallab	1. Platz	Jürgen Kallab	2. Platz
		Holger König	5. Platz

Bezirksmannschaftsmeisterschaften:

C-/D-Jugend	1. Platz	A-/B-Jugend	3. Platz
-------------	----------	-------------	----------

Ringern steht in Ehningen für Erfolg und Spaß! - Wollt Ihr erfolgreich sein und Spaß haben, kommt doch einfach zu den Ringern!



Abteilung Schwimmen

Das Jahr 1992 endete mit der Weihnachtsfeier, an der jeder Teilnehmer des Weihnachtsschwimmens eine Urkunde und einen Rucksack als Weihnachtsgeschenk vom Nikolaus überreicht bekam.

Auch die Vereinsmeister 1992 wurden mit einem kleinen Präsent für ihre gute Leistung belohnt. Dies waren: **Markus Kilb, Wiebke Holz, Petra Friedrich, Sandra Rosenkranz, Eike Holz, Jens Poething, Wilhelm Jäger, Katja Dittmar, Birte Dittmar, Melanie Fessele und Jiri Koschel.**

Die Jugendlichen haben sich für diesen vorweihnachtlichen Nachmittag ein Programm ausgedacht. Unter der Regie von **Melanie Fessele** wurde das Märchen "Peter und der Wolf" vorgespielt. Hauptdarsteller waren die Brüder Kilb, Matthias als Peter und Markus als Wolf. Ein engagierte Zauberer verzauberte das Publikum mit seinen Künsten.

Das Programm wurde mit Weihnachtsliedern, die von Markus und Matthias Kilb auf der Gitarre begleitet wurden, umrahmt, wobei auch kräftig mitgesungen wurde.



Am 30./31. Januar war die Winterpause schon vorüber. In Feuerbach fanden die Jugendmannschaftsmeisterschaften statt. Acht Schwimmer konnten wir schicken, die von diesem Wettkampf mit einem hervorragenden 6. Platz zurückkehrten.

Der Wettkampf setzt sich aus drei Abschnitten zusammen. Jeder Abschnitt beinhaltet 11 Lagen, die von den Schwimmern besetzt werden mußten, wobei jeder max. nur 5 mal starten durfte.

Die 11 Lagen waren: 400, 200 und 100m Freistil, 200 und 100m Lagen, 200 und 100m Rücken, 100 und 50m Schmetterling, 200 und 100m Brust.

Matthias und Markus Kilb, Martin Rapp, Alexander Jäger, Eike Holz, Davide Novembre, Mike Schoening und Philipp Jarosch .

meisterten diese Leistung.

Kreismeister 1993



Eike Holz
Wiebke Holz
Markus Kilb
Jiri Koschel
Martin Rapp
Julia Rapp

42 Medaillen gingen am 06./07.02. bei den Kreismeisterschaften in Herrenberg nach Ehningen.

Julia Rapp (84) holte sich über 100m Brust die Goldmedaille.

Wiebke Holz (83) war an diesem Tag das Goldgirl mit 6 Medaillen, gefolgt von Jiri Koschel (74) mit 4 Medaillen.

Markus Kilb (83) erreichte über 100m Freistil und 200m Lagen den 1. Platz.

Eike Holz (81) stand auf dem Treppchen über 200m und 100m Schmetterling.

Martin Rapp (81) erzielte Gold über die lange Strecke von 400m Freistil.

Bezirksmeisterschaften



Yves Wagner
Eike Holz
Wiebke Holz
Jiri Koschel
Markus Kilb

An drei Wochenenden wurden die Bezirksmeisterschaften ausgeführt. Nicht nur gute Plazierungen, sondern auch sehr viele Bestzeiten wurden erschwommen.

Eike Holz verbesserte sogleich 4 x seine persönliche Bestzeit.

Wiebke Holz, zweifache Bezirksmeisterin über 100m und 200m Brust, verbesserte ebenfalls ihre persönliche Bestzeit.

Silber holten sich Yves Wagner, Markus Kilb, Eike Holz und Jiri Koschel.



Jiri in Aktion

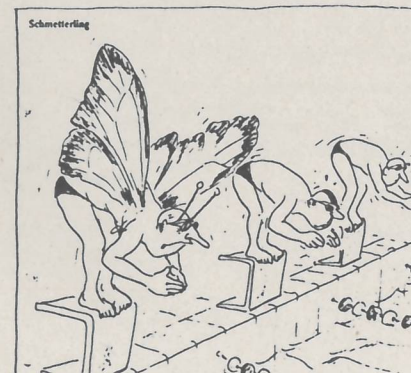
Jiri Koschel schaffte es, den langanhaltenden Vereinsrekord von Uwe Dannecker zu brechen.

Über 100m Freistil erschwamm er sich in einer Zeit von 0:56,1 Min. sich Platz 3.



An Fasching konnte diese Jahr zum zweitenmal eine Schwimmerfreizeit in Freudenstadt durchgeführt werden. Außer dem täglichen Besuch des Hallenbades im Ort, gab es eine Stadtralley durch Freudenstadt. Trotz dem 1/2 Meter hohen Schnee, der morgens von den Schwimmern weggeschippt werden mußte, damit beim Verlassen der Juhe die Betreuer Melanie Fessele, Bernd Holz, Jürgen Kilb, Achim Hartschuh und Jiri Koschel keine kalten Füße bekamen hatten alle ihren Spaß bei einer Schneeballschlacht und beim Bemalen von T-Shirts.

Hallenbad



**Der regierende Häuptling mit seiner Crew seit dem
12. Februar 1993:**

Vorstand: Ulrich Beger
Stv.Vorstand: Heinz Dittmar
KassiererIn: Doris Bendel
Schriftführer: Jürgen Kilb
Pressewartin: Sigrid Kilb
Techn.Ausschuß: Sabine, Keller, Bernd Holz,
Klaus-Dieter Hechler
Beisitzer Aktiv: Melanie Fessele
Beisitzer Passiv: Erika Jarosch
Wirtschaftsausschuß: Else Keller, Monika Dittmar



WANTED

wird...

unser Abteilungsleiter Ulrich Beger ist
seit dem 20.02.1993 spurlos verschwunden.
Zuletzt gesehen wurde er im Ludwigsburger
Hallenbad bei den Bezirksmeisterschaften
der Jugend D + E.

Passanten sahen sein Auto am Telefon-
häuschen in Ehningen stehen.

An alle Mitsuchenden:

*** dead or alive ***

an den Schwimmerausschuß zu den gewohnten
Trainingszeiten.



Alexander Tafel bestand seine Prüfung als Übungsleiter, nachdem er mehrere Tage seiner Freizeit opferte um die Vorbereitungslehrgänge zu absolvieren. Als neuen Kampfrichter können wir **Bernd Holz** beglückwünschen.



Vorschau:

- 25.04. Nachwuchsschwimmen Weil der Stadt
- 20.05 Nachwuchsschwimmen Sindelfingen
- 05./06.06 Intern.Schwimmfest in Berkheim
- 12./13.06 Nachwuchsschwimmen in Dagersheim
- 19./20.06 Württ.Jahrgangsmesterschaften
der Jugend D + E in Leonberg
- 26./27.06 Württ.Jahrgangsmesterschaften
der Jugend C und älter in Reutlingen
- 26.09 Walter-Klaiber-Wanderpokal in Ehningen

C. Ullmann
S. Kilb

Abteilung Tennis

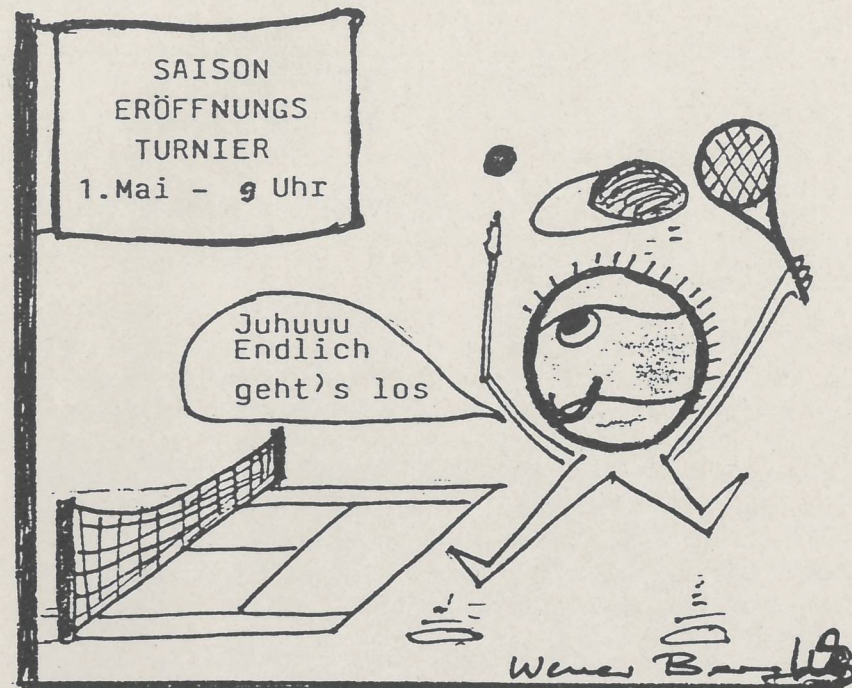
Die Aktivitäten der Tennisabteilung in der Winterpause sind rasch aufgezählt:
Sieger des Sporthallen-Mixed-Turniers am 9./10. Januar 1993 waren Anne Sontowski/Siggi Muschko gegen Susi/Jürgen Schochlin.

Die diesmal besser besuchte Jahreshauptversammlung am 22.01.93 erbrachte eine neue Zusammensetzung des Vorstandes :

1. Vorsitzender	Werner Jakl
2. Vorsitzender	Peter Bäuerle
Jugendwartin	Karin Baum
Beisitzerin	Brigitte Baur
Schriftführerin	Barbara Ecke
Pressewart	Werner Berger
Technischer Wart	Kurt Fiddrich
Kassierer	Michael Paech
Außenanlage-Wart	Horst Sauerborn
Sportwart	Dieter Wendlandt

Die Finanzen der Abteilung sind in guter Verfassung und außergewöhnliche Vorhaben stehen noch nicht an (auch wenn eine Tennishalle immer noch in einigen Köpfen herumgeistert). Der Vorstand hat wohl zur Zufriedenheit aller gearbeitet, die Entlastung war kein Problem.

Inzwischen deuten die Arbeitseinsätze im Frühjahr schon auf die nahende Sommersaison mit all ihren Aktivitäten hin; sie wurde am 1. Mai 93 mit dem Saison-Eröffnungs-Turnier eingeläutet.



Eine starke Hand, 'nen Superschläger, der Fehler verzeiht, beste Bälle, ein nicht zu hohes Netz, Aufschlag nur mit Assen, scharfe Augen für Linienbälle, äußerste Konzentration auf den Sieg sowie genügend Ausreden bei Niederlagen wünschen

TENNIS-TOLLI und Werner Berger

NEU BEIM TSV EHNINGEN



KARATE 空手道

Karate ist eine aus China stammende Kunst, bei der die Gliedmassen des Körpers in Abwehr und Angriff eingesetzt werden. Es entwickelte sich aus dem Kung-Fu und ähnlichen Budoarten. Karate kommt ursprünglich aus China, wurde dann in Japan speziell hoch entwickelt. Das chinesische Schriftzeichen für Karate bedeutete in China "Hand". Durch eine leichte Veränderung des Schriftzeichens wurde daraus "leere, unbewaffnete Hände", womit sogleich das innere Wesen des Karate ausgedrückt wird: Es ist eine Kampfsport- und Selbstverteidigungsart die bloss den Einsatz des eigenen Körpers erlaubt.

Das Karate-Training besteht aus drei Grundbestandteilen: KIHON (Grundschule, Stellungen und Techniken), KATA (Scheinkampf in einer fest vorgeschriebenen Form) und KUMITE (Freikampf). Ueber den Wettkampfsport hinaus dient Karate natürlich auch der Selbstverteidigung. Eine besondere Bedeutung hat Karate als Körperschule, da neben einem gleichmässigen Entwickeln aller Muskeln eine überdurchschnittliche Gelenkigkeit und Reaktionsfähigkeit erarbeitet wird. In mehreren fernöstlichen Ländern wurde Karate mit grossem Erfolg an Schulen und Universitäten eingeführt: Die Pädagogen entdeckten in dieser Budoart ein hervorragendes Mittel zur Persönlichkeitsentwicklung körperlicher wie auch geistiger Art.

Das Karate lässt nicht nur Erwachsene sondern auch Kinder ihren Körper neu entdecken. Das Kind entwickelt ein tragendes Selbstwertgefühl, das seine natürliche Agressivität nicht zerstörerisch austobt oder unterdrückt. Das vielfältige Körpertraining dient als Basis für sämtliche Sportarten.

Mirnes Topic und Becir Hadzovic traten zuerst an die Gemeinde heran mit der Frage, ob eine Möglichkeit bestehe, Karate in Ehningen zu betreiben. Sie wurden an den TSV verwiesen. Doch für uns trat ein altbekanntes Problem auf: die Suche nach freien Hallenkapazitäten. Mit dem Foyer der Sporthalle tat sich die einzige Möglichkeit auf, und einen Versuch war es schon wert. Am 24. März war es soweit: Ein Informationsabend fand statt, und das Foyer platzte aus allen Nähten. So ein großes Echo hatten wir nicht erwartet.

Sollte dieses Interesse sowie die regelmäßige und disziplinierte Teilnahme auch nach den Sommerferien weiter bestehen, so ist über eine Abteilungsgründung zubeziehen.



Trainingszeiten :

Montag	19.30 - 21.00 Uhr	Jugendliche, Erwachsene
Mittwoch	18.00 - 19.30 Uhr	Jugendliche
	20.00 - 21.30 Uhr	Erwachsene
Freitag	20.00 - 21.30 Uhr	Jugendliche, Erwachsene

Die regelmäßige und pünktliche Teilnahme ist für das Training Voraussetzung.

Abteilungsbeiträge

Stand 19.02.93

Abteilung	Erwachsene	Jugendliche	Studenten	Ehepaare	Sonstiges
Badminton	43,--	17,--	25,--	46,--	--
Breiten- und Freizeitsport	15,--	7,--	--	--	Kinder bis 14 Jahre frei Beitrag 10-er Karte Mitglied
Fußball	16,--	8,--	--	--	AH-Beitrag: 60,--
Handball	12,--	12,--	--	--	--
Schwerathletik	--	--	--	--	10-er Karten Kraftraum
Schwimmen	--	22,--	--	--	--
Tennis	aktiv 280,-- passiv 60,-- Aufnahmegebühr 600,-- Arbeitseinsatz 120,--	140,-- 30,-- 250,-- 60,--	140,-- 30,-- 375,-- 60,--	420,-- -- 900,-- 240,--	Kinder: 60,-- bis 15 Jahre Kinder: -- Kinder: 125,-- Kinder: --

(Keine Gewähr für die Richtigkeit)

Neue Beitragsstruktur

Die Delegiertenversammlung beschloß am 02. April 1993 folgende Beiträge für den Hauptverein gültig ab 1994 :

Erwachsene	50,-- DM
Kinder, Jugendliche bis zum vollendeten 18. Lebensjahr	25,-- DM
ermäßigter Beitrag auf Antrag für Schüler, Studenten, Auszubildende, Zivil= dienstleistende, Wehrdienstleistende ab 18 Jahre bis zum vollendeten 27. Lebensjahr	25,-- DM
Rentner	25,-- DM

Familienbeitrag

Familie mit 1 Kind	110,-- DM
Familie ab 2 Kindern	120,-- DM
auf Antrag	
Alleinerziehende mit 1 Kind	62,-- DM
Alleinerziehende ab 2 Kindern	72,-- DM

Ehrenmitglieder beitragsfrei

* Über Abteilungsbeiträge befinden die Abteilungsversammlungen *

Fleiß

Wenn du einmal Erfolg hast,
kann es Zufall sein.
Wenn du zweimal Erfolg hast,
kann es Glück sein.
Wenn du dreimal Erfolg hast,
so ist es Fleiß und Tüchtigkeit.
(franz. Sprichwort)

Viele Menschen trinken zu wenig

Der Körper braucht Flüssigkeit

Viele Menschen trinken zu wenig. Vor allem ältere Personen und hier besonders die Frauen. Das ergab eine Verbrauchsstichprobe des Statistischen Bundesamtes. Besorgniserregend niedrig liegt danach vor allem – mit durchschnittlich 0,7 Litern täglich – die Flüssigkeitszufuhr bei älteren Frauen. Hauptgrund ist wohl, daß das Durstgefühl bei älteren Personen stetig nachläßt, und daß die „feuchtfröhlichen“ geselligen Gelegenheiten vor allem bei Frauen seltener werden.

Zum Trinken zwingen

Doch schon um alle lebensnotwendigen Stoffwechselvorgänge aufrechtzuerhalten, braucht ein Erwachsener täglich mindestens 1,8 Liter Flüssigkeit. Allein die Hälfte davon verbrauchen die Nieren, um giftige Stoffwechselprodukte auszuschleiden, die andere Hälfte geht durch Atmen, Schwitzen und

Stuhlgang verloren. Mit wasserhaltigen Speisen wie Obst oder Suppen nimmt zwar auch Flüssigkeit zu sich, doch es fehlt dann durchschnittlich immer noch rund ein Liter pro Tag. Besser wäre es sogar, täglich zwei Liter zu sich zu nehmen, denn körperliche Aktivitäten oder Hitze erhöhen den Bedarf. Außerdem werden die Nieren dadurch entlastet.

Wird längere Zeit zu wenig Flüssigkeit zugeführt, trocknet der Körper langsam aus. Es kommt zu Verdauungsstörungen, das Blut wird dickflüssig, Schwindel tritt auf, und die Gefahr, eine Thrombose zu entwickeln, wächst. Giftige Stoffwechselprodukte sammeln sich im Blut an und können zu geistiger Verwirrung führen.

Da ist es schon besser, sich zum Trinken etwas zu zwingen. Empfehlenswert ist vor allem Mineralwasser, das man – der Vitamine wegen – auch mit Obst- und Gemüsesäften mischen kann.

Walking – eine neue und gesunde Sportart für jedermann

Eine halbe Stunde lang 134 Schritte pro Minute

Eine Neuheit aus Amerika: Walking, das inzwischen von über 80 Millionen Amerikanern betrieben wird, dürfte aufgrund wissenschaftlicher Untersuchungen die wohl gesündeste Sportart sein: Walking stärkt das Herz-Kreislauf-System, kräftigt Muskeln und Sehnen, fördert die Durchblutung, senkt den Cholesterinspiegel und den erhöhten Blutdruck, stärkt die Atemmuskulatur und festigt die Immunabwehr.

Bei Walking handelt es sich um schnelles Gehen, bei dem die Schritt-Anzahl pro Minute eine entscheidende Rolle spielt. Untrainierte sollten mit 110 Schritten, Durchtrainierte mit 134 Schritten in der Minute gehen. Walking sollte drei- bis viermal in der Woche und das jeweils 30–35 Minuten kontinuierlich durchgeführt werden.

Wichtig beim Walking ist der aktive Armeinsatz: Somit werden fast alle Knochen und Muskeln des Menschen eingesetzt. Aufgrund der besonders gesundheitsfördernden Wirkung von Walking unterstützen Mediziner und Sportwissenschaftler diese neue Breitensportbewegung.

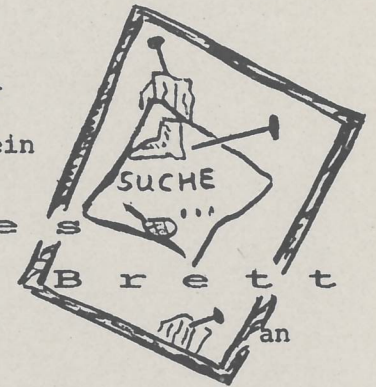


ab sofort bietet der

Muskelkater

allen Sportfreunden ein

S c h w a r z e s

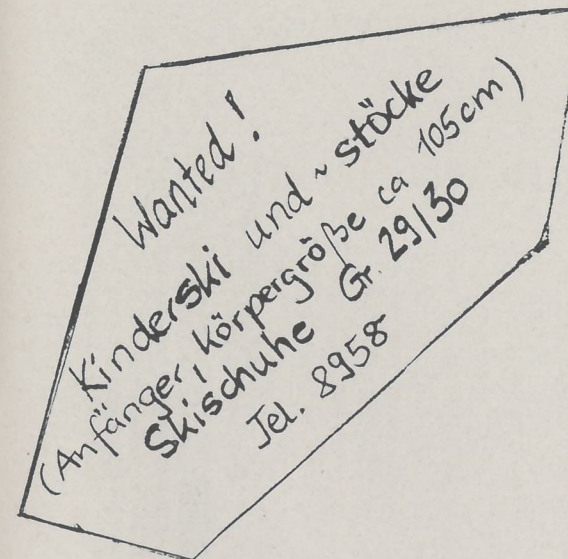


unter dem Motto

S U C H E -

B I E T E -

T A U S C H E



Vereinsbeiträge

Wer kennt es nicht: Das Unbequeme im Sportverein sind Geldprobleme: Anstatt Talente zu entdecken, mußst du dich nach der Decke strecken. Und nützt der Sport auch dem Sozialen – man muß es irgendwie bezahlen. Der Beitrag wurde schon vor Jahren finanzpolitisch festgefahren: Als Maßstab galt ein Maurerlohn für Vater, Mutter und den Sohn. Indes sind Brötchen, Kindergarten, das Heizöl und die Kinokarten im Preis erheblich angestiegen – nur der Vereinsbeitrag blieb liegen: Denn jeder weiß ja, im Verein soll es zwar schön, doch billig sein. Der Anspruch stieg ins Uferlose: man fordert Trainer, Dress und Hose, auch Wettkampfspesen, Trimm-dich-Runden und Mutter-Kind-Gymnastikstunden. Sporttherapeut, Seniorenkreis – und alles noch zum altem Preis! Denn sicher gibt's da ein paar Deppen, die diese Last geduldig schleppen als ehrenamtliche Betreuer: Sonst wär die Sache nämlich teuer!
TSG Leonberg 1849

*einfach keck
der keck*

Die Natur als Gestalter arbeitet mit der unverfälschten optischen Wirkung des Materials.

Holz-Design für Wand und Decke

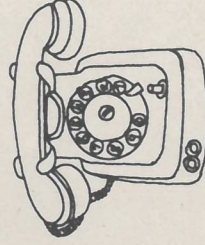
– wir gestalten Ihnen Räume in denen sich's „leben“ läßt. Wer Atmosphäre sucht, sollte sich intensiv mit dem Wohnprinzip „Leben mit Holz“ auseinandersetzen. Besuchen Sie unseren Holzfachmarkt, wir beraten Sie fachmännisch bis ins Detail. Übrigens: Wer Qualität und Preis vergleicht, dem fällt der Einkauf bei uns leicht.

holzwerk
keck
IHR PARTNER IN SACHEN HOLZ

B. Keck GmbH, Aldinger Straße 37, 7044 Ehningen/Böblingen, Telefon 07034/5081

Ihre Ansprechpartner im TSV

Präsident	Rudolf Kückle	3262
Geschäftsstelle	Irmgard Beger Do. 9.30-11.30 16.00-18.00	5955
Abteilungsleiter		
Badminton	Andreas Richter	30074
Breitensport	Rolf Endreß	5897
Fußball	Horst Riethmüller	8066
Handball	Erhard Dessecker	30406
Schwerathletik	Martin Drasch	5681
Schwimmen	Ulrich Beger	07031 -279804
Tennis	Werner Jakl	5903



Else Keller

Vieljähriges, engagiertes Mitglied der Schwimmabteilung im TSV Ehningen und überzeugte Leserin der

**KOMPETENZ FÜR EINE
BESSERE ZUKUNFT**

KREIS ZEITUNG

Seit vielen Jahren gehört die **KREISZEITUNG** zur täglichen Lektüre der ganzen Familie. Was in und um Ehningen passiert ist für uns besonders wichtig. Unsere Heimatzeitung können wir im Abonnement nur empfehlen.

SALON KLEIN
HAIR-STYLING

**WIR WISSEN
WAS SIE
VON EINEM
GUTEN FRISEUR
ERWARTEN!**

Der Weg
zu Salon Klein
wird sich
stets lohnen.

7044 Ehningen · Königstraße 39
Telefon 0 70 34/71 75
7030 Böblingen · City-Center
Tel. 0 70 31/22 32 32 · 22 89 44



DER FRISEUR BEI DEM PREIS UND LEISTUNG STIMMT!