

SPORT ECHO

1/2021



Tannenbaumaktion



Sport macht Spaß beim TSV...



sparkasse-karlsruhe.de



1

GRUSSWORT

Gemeinsam da durch - einfach mal Danke sagen!

Liebe Mitglieder,

so ziemlich jeder freut sich über ein Lob oder ein paar anerkennende Worte. Gerade im ehrenamtlichen Umfeld der Vereinsarbeit ist Wertschätzung und Anerkennung von großer Bedeutung.

An dieser Stelle möchte ich im Namen aller Verantwortlichen mal meinen Dank an alle Mitglieder des TSV Rintheim zum Ausdruck bringen: DANKE.

Ihr haltet uns in diesen Zeiten die Treue. Dies ist nicht selbstverständlich und es erfüllt uns mit Stolz und großer Dankbarkeit.

Der erneute Lockdown, der es uns und Euch seit Anfang November durch die Corona-bedingten Schließungen unmöglich macht, die Trainingszeiten zu nutzen, Angebote wahrzunehmen und aktiv zu sein, hat erfreulicherweise nicht zu Austritten, Kündigungen, o.ä. geführt! Wir möchten diese Treue gebührend anerkennen, sie ist nicht selbstverständlich. Die Loyalität zum TSV hilft es dem Verein aber, die schwere Zeit durchzustehen, um nach der hoffentlichen Öffnung wieder loszulegen.

Um den Re-Start zu meistern, laufen hinter den Kulissen bereits rege Vorbereitungen, Ideen und Konzepte werden ent-

wickelt, Planungen vorangetrieben und der Blick nach vorne gerichtet.

Da wir davon ausgehen, dass wie nach dem Lockdown im Frühjahr 2020 zuerst der Sport im Freien zugelassen wird, diskutieren wir adäquat die weiteren Schritte.

Die Monate ohne Sport konnten wir immerhin nutzen, verschiedene Projekte zu vollenden. Mittlerweile ist der Umbau der Außenküche fertig, das Beregnungssystem auf den Tennisplätzen eingebaut und die Toiletten in der Gaststätte saniert.

Außenküche

Wie im letzten Heft bereits dargelegt, wurde die Außenküche umfassend renoviert. Neue Decke inkl. Dämmung, LED-Panels und Leisten, komplett erneuerte Elektrik, Wände gestrichen, aufgeräumt, gereinigt, sortiert, ... kurzum: Ein herzliches DANKE vor allem an Olaf Hebel, aber auch an Max Schattmann, Boris Schattmann, Thorsten Rakutt und Markus Reutter für die tatkräftige Unterstützung! Das Projekt hat in Summe beinahe 300 Mannstunden in Anspruch genommen, aber es hat sich gelohnt. Wir hoffen sehr darauf, dass die Außenküche bei Sportfest, Handballcamp, Biergartenabenden, u.a. zum Einsatz kommen darf.

Beregnungssystem Tennisplätze

Die Beregnungsanlage wurde vor über 30 Jahren eingebaut und nur bei De-

**Egal wie alt, egal wie stark,
egal woher, egal ob mit oder
ohne Behinderung – Sport
muss erlebbar und für alle
Menschen zugänglich
bleiben.
Der Sport schafft es, dass
Menschen etwas gemeinsam
erleben. Dieses Miteinander
fördern wir.**

fekten repariert. In den letzten Jahren häuften sich die Probleme (Wasserrohrbrüche in den Zuleitungen, defekte Regner, etc.) massiv, weswegen die Anlage nicht ordentlich betrieben werden konnte. Dadurch waren die Plätze jedoch ab Mitte Juni so ausgetrocknet, dass sie regelrecht kaputt gingen: Es kam aufgrund der fehlenden Feuchtigkeit zur Bildung von losem Rollkorn, zum Aufliegen der Linien, usw.

Daher haben wir Angebote eingeholt, uns beraten lassen und den Auftrag an die Firma Benz GmbH vergeben. Im Januar und Februar wurden nun komplett neue Leitungen eingezogen, alle Regner ausgebaut, gewartet, bei Defekten ersetzt und angeschlossen. Da sich herausstellte, dass die Pumpe auch noch getauscht werden muss, stehen noch einige Nacharbeiten an, die aber bis zum Rundenbeginn erledigt sein sollten.

Toiletten in der Gaststätte

Schon seit vielen Jahren steht der Wunsch und die Idee im Raum, die Damen- und Herrentoilette im Clubhaus zu renovieren. Nach einigen Planungen und Befprechungen wurden die bewährten Firmen Fliesenverlegung Ewald Muth und Timo Borrman Sanitär beauftragt und beide haben hervorragend gearbeitet – sauber, pünktlich, zuverlässig, wirklich klasse, großes Kompliment!

Aus Kostengründen hat das interne Team Olaf Hebel, Thorsten Rakutt, Robert Tasev und Max Schattmann ver-

schiedene Arbeiten erledigt. So wurden die Trennwände selbst aus- und vor allem wieder angepasst und eingebaut, neue LED-Panels angebracht, Seifen- und Handtuchspender montiert. Zudem wurde gestrichen, die Trennwände sowie Türrahmen und Heizkörper lackiert. Zum Abschluss sollen noch neue Türen bestellt werden, dann sind die Toiletten wirklich sehenswert.

Wir hoffen sehr, dass die Gastronomie bald wieder öffnen darf und Robert Tasev mit seinem Team zu Werke gehen kann – es wird allmählich Zeit. Unsere Wirtsleute sehnen sich nach Gästen und wir würden uns freuen, wenn alle sie unterstützen, sobald man dies wieder darf.

Sobald sich der Frühling etabliert hat, werden die Arbeiten auf dem Außengelände in Gang kommen – hier steht neben der üblichen Grünpflege der Schnitt der Hecke entlang der Tartanbahn an (das Gartenbauamt hat uns einen Riesengefallen getan, indem sie das Gerstrüpp auf Zaunhöhe zurück gestutzt haben, das erleichtert einiges) und das Boulefeld wird gesäubert und mit neuem Belag versehen.

Alles in der bereits erwähnten Hoffnung, dass wir zügig zumindest wieder im Freien den Sportbetrieb aufnehmen können und dürfen.

Ich wünsche Euch allen trotz der schwierigen Zeit alles Gute, bleibt geduldig und optimistisch und vor allem gesund!

Stefan Schwarzwälder

Minerva Apotheke -
**Wir haben uns
der Gesundheit
verschrieben!**

MINERVA APOTHEKE



Brettener Str. 1 · 76131 Karlsruhe
Telefon 0721 61 26 56
info@minerva-apotheke.de

Apotheker Henrik Rohde

Helena-Apotheke –
**Weil Gesundheit
das Schönste im
Leben ist!**

HELENA APOTHEKE



Elbinger Str. 16b · 76139 Karlsruhe
Telefon 0721 68 34 77
info@helena-apotheke.de

Apotheker Henrik Rohde



SANIERUNG DER AUSSENKÜCHE



SANIERUNG DER AUSSENKÜCHE



Tannenbaumaktion

Die weihnachtliche Aktion ergab sich mehr durch Zufall: Unsere Tannenbaumaktion!

Durch private Kontakte eines aktiven und sehr engagierten Spielers unserer Herren-Handballmannschaft durften wir im Schwarzwald selbst Nordmann-tannen schlagen, verpacken und verkaufen – eine gute Chance, Ausfälle bei Eintrittsgeldern und Bewirtungen bei Spieltagen sowie der Winterfeier zu kompensieren.

Zum Schluss konnten 80 Christbäume an unsere Mitglieder ausgegeben werden – das war nochmal ein tolles Miteinander, wenn auch mit Maske und Abstand.

Es gilt unverändert: WIR schaffen das! WIR bewegen Rintheim!

Stefan Schwarzwälder

TANNENBAUMAKTION



Zeigen, was in mir steckt?

KA nn ich.

Zu einer hohen Lebensqualität gehören sauberes Trinkwasser und günstige, klimaschonende Energie. Wir sind froh, unseren Teil zu einem guten Leben in unserer Region beitragen zu können. Deshalb fördern wir viele Sportvereine. Wir wünschen dem TSV Rintheim e. V. weiterhin viel Erfolg.

www.stadtwerke-karlsruhe.de



TANNENBAUMAKTION



TANNENBAUMAKTION





TENNISBEREGNUNGSAKTION



100,- für Sie, wenn wir es nicht schaffen,
Ihren Hausrat günstiger zu versichern als bisher...
und das bei gleichem oder besserem Schutz!

Voraussetzung für den Deal:

- als Deckungsumfang mindestens Feuer, Leitungswasser, Einbruchdiebstahl, Sturm und Hagel
- keine Basisdeckung oder Rahmenvertragstarife
- Ihr derzeitiger Vertrag hat eine laufende Beitragszahlung

Dann rufen Sie uns an oder kontaktieren Sie uns im Internet

Machen Sie mit, Sie profitieren in jedem Fall! Entweder haben Sie 100,- mehr in der Tasche oder Sie sparen bei Ihrem Versicherungstarif.

ROBERT BRENNEISEN
VERSICHERUNGSMAKLER

Seboldstraße 8 · 76227 Karlsruhe
Telefon 0721 968883-0
info@brenneisen-versicherung.de
www.brenneisen-versicherung.de

Versicherungsmakler, Versicherungsvertreter, Versicherungsberater oder Mitarbeiter von Versicherungen nehmen NICHT teil!

GRUSSWORT

12



TENNISBEREGNUNGSAKTION



13

SCHÜCO
PREMIUM PARTNER

www.armbruster-fenster.de

ARMBRUSTER

FENSTER | HAUSTÜREN | SCHIEBETÜREN | GLASFASSÄDEN

Armbruster Bauelemente GmbH&Co.KG

0721 - 62 35 90
An der Rossweid 6 | 76229 Karlsruhe
info@armbruster-fenster.de



Sporthofmann
Leopoldshafen

Seit 1986

www.sporthofmann.de Tel.: 07247/21055

**TENNISBEREGNUNGSAKTION**

FIT UND GESUND

Gesundheitssport im Verein



Unser Gesundheitssport-Angebot in Zusammenarbeit mit dem Badischen Turnerbund und den Vereinen bietet viele Möglichkeiten, fit und aktiv zu bleiben und dabei Spaß zu haben.

Speziell qualifizierte Übungsleiterinnen und Übungsleiter der Vereine stehen gerne zur Verfügung.

Wählen Sie aus den verschiedenen Programmen Ihr Lieblingsangebot aus. Nachfragen lohnt sich.

**AOK – Die Gesundheitskasse
Mittlerer Oberrhein**

Kriegsstr. 41
76133 Karlsruhe

Gabi Klisch, Vereinsberaterin
Telefon 0721 3711-196

www.aok-bw.de/mor



Gesundheitssport im Verein





TENNISBEREGNUNGSAKTION



Dienstleistungen Rauchmelder Türdichtung

Deluxe
GEBÄUDEMANAGEMENT

GEBÄUDESERVICE
DIENSTLEISTUNGEN RUND UM IHRE IMMOBILIE

ALLES aus einer Hand!

Jedes Gebäude braucht ein Management

Egal ob Pflege von Grünanlagen,
kleinere Reparaturen, Reinigung oder Winterdienst
– für die Planung und Koordination stehen wir
Ihnen als zuverlässiger Partner zur Verfügung.

Kontakt

Deluxe Gebäudemanagement GmbH
Weinweg 18 · 76131 Karlsruhe
Tel.: 0721 9520722 · Fax: 0721 9520720
info@deluxe-gebaeudemanagement.de

Deluxe
GEBÄUDEMANAGEMENT



SANIERUNG TOILETTEN



SANIERUNG TOILETTEN



GRUSSWORT

20



WINTER-IMPRESSIONEN



21

GRUSSWORT



WINTER-IMPRESSIONEN





Ministranten St. Martin



TSV Rintheim



1. RCC „Die Sandhasen“

Altpapiersammlungen in Rintheim im Jahr 2021

30. Januar



Bitte stellen Sie Ihr
Altpapier bis

27. März



24. April



12. Juni



10. Juli



04. September



23. Oktober



27. November



8.30 Uhr

**gut sichtbar und
gebündelt an den
Straßenrand.**

Achten Sie bitte
darauf, dass sich
kein Styropor oder
ähnliches in ihrem
Altpapier befindet.

**Wir kommen bei
jedem Wetter!**

Wir sammeln das Gebiet bis zur Tullastraße.

Rolf begann als Schüler in der Handball-Abteilung seinen sportlichen Weg beim TSV Rintheim. Es folgte später Wechsel zu den Faustballspielern. Hier spielte er mit seiner Mannschaft bis ins Seniorenalter Ü60 sehr erfolgreich im Feld und in der Halle. Faustball alleine konnte jedoch seinen Drang nach sportlicher Betätigung nicht befriedigen und deshalb besuchte er regelmäßig Turnstunden, Skigymnastik, Nordic Walking-Treffs und spielte gerne in der Seniorengruppe Tennis.

Rolf Strenger war aber auch immer für den Verein da, wenn er gebraucht wurde, um zu helfen. So hat er in den vielen Jahren seiner Mitgliedschaft unzählige Arbeitsstunden erbracht.

Rolf wurden für seine Treue zum Verein die Silberne und Goldene Ehrennadel und für seine unzähligen Arbeitseinsätze der Ehrenteller des TSV Rintheim verliehen.

Die Mitglieder, die Rolf kannten, werden ihn sehr vermissen und um ihn trauern.

Wir werden Rolf stets in guter und dankbarer Erinnerung behalten.

Seiner Familie gilt unsere aufrichtige Anteilnahme.

Helmut Schuhmacher



Fassungslos und mit Bestürzung haben wir vom Tod unseres Mitglieds und Sportkameraden

Rolf Strenger

erfahren, der durch einen tragischen Unfall sein Leben verlor.

Rolf war von 1948 bis zu seinem plötzlichen Tod am 30. November 2020 72 Jahre lang ein treues und wertvolles Mitglied unseres Vereins. Er war ein immer freundlicher, verlässlicher, in vielen Abteilungen aktiver Sportkamerad.

Es sind noch Kegelbahnen frei!

In unserer Vereinsgaststätte des TSV Rintheim „Rinheimer Stuben“ stehen zwei Kegelbahnen zur Verfügung. Die Kegelbahnen werden durch unseren Pächter bewirtschaftet. Sie werden dort mit Speis und Trank bedient.



Wenn Sie diese einmalig in Einzelstunden oder regelmäßig mieten möchten, so wenden Sie sich bitte an:

Herrn Thorsten Rakutt
Telefon: 0174 / 9587174
thorsten.rakutt@tsv-rintheim.de

Gut Holz!
Stefan Schwarzwälder



Wir schaffen und erhalten **bezahlbaren Wohnraum**. Mit über **13.350 Mietwohnungen** sind wir der **größte Vermieter in Karlsruhe**. Wir bemühen uns um **soziale Ausgewogenheit** und setzen uns für **Nachhaltigkeit** ein.

Gooding – Sei dabei und unterstütze den TSV Rintheim!

Gooding ist ein Internetportal, auf dem gemeinnützige Organisationen finanzielle Unterstützung und mehr Aufmerksamkeit erhalten. ... Bei jedem Online-Einkauf, der über Gooding vermittelt wird, entstehen dabei Einkaufsprämien, die von den teilnehmenden Unternehmen gezahlt werden.

Ab sofort gibt es also eine Möglichkeit, unseren Verein durch gewöhnliche Online-Einkäufe zu unterstützen – ganz ohne Mehrkosten für euch!

Über 1.600 Online-Shops zahlen nun eine Prämie für uns, sobald ihr dort einkauft. Von eBay über Ikea bis hin zu zooplus machen viele mit.

Wählt einfach vor eurem nächsten Einkauf unseren Verein aus:

<https://www.gooding.de/tsv-rintheim-75247>

oder noch einfacher: Installiert als kleines Plugin in Eurem Browser die Gooding-Toolbar.

Sie ist unauffällig und als kleines Symbol im Eck, informiert Euch aber darüber,

wenn ein Online-Einkauf eine Prämie für den TSV Rintheim ermöglicht.

Hier könnt ihr sie erhalten:

<https://www.gooding.de/tsv-rintheim-75247/toolbar>

Beide Links findet Ihr auch auf unserer Homepage: www.tsv-rintheim.de

Diese Prämie wird nicht – wie es bei Punktesystemen à la Payback, o.ä. der Fall ist – auf den Rechnungen aufgeführt. Es gibt also auch keine steuerlichen Probleme mit den Verbuchungen, geldwerten Vorteilen, etc.

Vielen Dank für eure Unterstützung!



Ein erfolgreiches Team sucht Mitspieler.

INIT steht für innovative Lösungen im Öffentlichen Nahverkehr. Dass wir darin als Weltmarktführer richtig gut sind, bestätigen uns unsere Kunden – national und international.

Von Betriebsleitsystemen über Fahrgästinformationssysteme bis zu Ticketautomaten – mit unserer modernen Soft- und Hardware kommen Bus und Bahn gut an. Sicher, bequem, umweltfreundlich und stets informiert erreichen Fahrgäste ihre Ziele. Wollen Sie mit uns gemeinsam die Mobilität der Zukunft gestalten?

Dann bewerben Sie sich bei uns!

www.initse.com | jobs@initse.com

init
The Future of Mobility

Allez Rot-Weiß ... Auf geht's TSV – Das ideale Geschenk!

- Sie möchten Halsschmerzen effektiv vorbeugen?
- Sie finden den TSV Rintheim ebenfalls super?
... dann haben wir eine gute Idee:

Den TSV Rintheim-Vereinsschal!

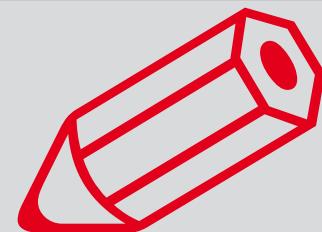
Nach über 25 Jahren haben wir uns entschlossen, endlich einmal wieder einen TSV-Fanschal zu gestalten und fertigen zu lassen.

Der Schal ist „Made in Deutschland“, von hochwertiger Qualität (100 % Polyacryl HB), Größe ca. 150 cm x 17 cm, die Fransen dreifarbig (weiß, rot, schwarz).

Sie können ihn über die Geschäftsstelle, bei den Heimspieltagen der Handballer und Faustballer sowie im Clubhaus Rinheimer Stuben für 10 Euro kaufen – der Erlös fließt direkt wieder in die Jugendarbeit.



**Abgabeschluss für Berichte
SportEcho 2/2021
ist der 17. Mai 2021**



easy2drive

FAHRSCHULE · STEFFEN DENKER

Deine Fahrschule in **KARLSRUHE**



RÜPPURR
Raststatter Str. 68
76199 Karlsruhe



NORDWESTSTADT
Heinrich-Köhler-Platz 6
76187 Karlsruhe



**Einfach
sicher
fahren!**

**Jetzt auch in Rintheim!
Hirtenweg,
76131 Karlsruhe**

0721 840 980 85

www.easy2drive.de

Unterstützen Sie den TSV Rintheim durch Ihre Teilnahme an AmazonSmile

Eine neue Option, dem TSV Rintheim Gutes zu tun, erschließt sich mit unserer Zulassung zu AmazonSmile. Das Prinzip hinter diesem Amazon Service: Kunden kaufen über AmazonSmile ein und mit jedem Einkauf geht ein Prozentsatz an eine gemeinnützige Organisation, indem letztlich ein Teil der Summe als Prämie direkt in die Vereinskasse fließt.

Hierzu melden Sie sich auf Ihrem Desktop- oder mobilen Browser bei smile.amazon.de an und wählen Sie unter „Mein Konto – Organisation“ ändern. Wenn Sie nun nach TSV Rintheim suchen und als dauerhaften Empfänger der Prämie Ihrer Einkäufe auswählen und festlegen.

Sie können auch die Amazon Shopping App nutzen, es gilt dieselbe Vorgehensweise.

Die Jugendkasse erhält quartalsweise die gesammelten Gutschriften – es sind keine Daten oder Informationen darüber, wer, was, wann, ... gekauft hat, sichtbar oder nachvollziehbar.



Gang- und Laufanalyse

gemeinsam professionell und ganzheitlich
für Menschen mit Schmerzen im Alltag und/oder beim Sport

Dauer: 1 Stunde

Anamnese
Schmerzanamnese

Videoanalyse
Fuß-Scan

Auswertung
Dokumentation
Alltagsempfehlung

Bei Bedarf: Beratung für sensomotorische Fußeinlagen
Auf Wunsch: individuelle Übungsanleitung

Bettina Blackert
Physiotherapeutin
mobil: 01515 / 6 30 68 86

MH Orthopädie GmbH
Maier Hennike
Tel.: 0721 / 35 84 04
Adlerstr. 45 · 76133 Karlsruhe

■ Individuelle Planung der Badsanierung mit 3D-Planung

■ Fliesen-/ Platten-/ Mosaikarbeiten

■ Altbau, Neubau, Reparaturarbeiten

Fliesenverlegung Ewald Muth



Stückeläckerstr. 5
76139 Karlsruhe
☎ (0721) 61 14 83
info@fliesen-ewald-muth.de
www.fliesen-ewald-muth.de

TSV-ANGEBOTE

Kursangebote im Fitnessbereich des TSV Rintheim – Seien Sie dabei!

Wir bieten ein wertvolles sowie vielseitiges Trainings- und Bewegungsangebot, bei dem neben der Freude an der sportlichen Aktivität auch der soziale Austausch der Teilnehmerinnen und Teilnehmer eine Bedeutung hat:

- Basierend auf bewährten präventiven Konzepten,
- Förderung und Verbesserung der körperlichen Fitness durch Bewegung und Entspannung

Weitere Infos finden Sie auf unserer Homepage www.tsv-rintheim.de, Anmeldungen, Fragen, etc. per Mail an fitness@tsv-rintheim.de oder telefonisch über die Geschäftsstelle 0721/615177.

Unsere Angebote:

Functional Fitness – Stärkung mit dem eigenen Körpergewicht

Functional Training, zu deutsch „zweckmäßige Leibesübungen“ heißt der Fitnesstrend, der nicht nur einzelne Muskeln fordert, sondern den gesamten Körper.

Deshalb ist außer Sportkleidung und

32

einer rutschfesten Trainingsunterlage keine spezielle Ausrüstung notwendig. Dienstag, 20.00 – 21.00 Uhr, Gymnastiksaal im Clubhaus

Kursgebühren (10 Termine):
40 € für Mitglieder,
65 € für Nicht-Mitglieder

Yoga-Kurse – verbesserte Vitalität und gleichzeitig eine Haltung der inneren Gelassenheit.

Yogaübungen verfolgen heute zumeist einen ganzheitlichen Ansatz, der Körper, Geist und Seele in Einklang bringen soll. Grundsätzlich hat Yoga nachweislich einige positiv bewertete Effekte sowohl auf die physische als auch auf die psychische Gesundheit.

Donnerstag, 9.00 – 10.30 Uhr,
Gymnastiksaal im Clubhaus

Donnerstag, 18.45 – 20.15 Uhr
Gymnastikraum der Grundschule
Rintheim

Kursgebühren (10 Termine):
50 € für Mitglieder,
85 € für Nicht-Mitglieder

Ganzkörperkräftigung – sanft und effektiv, Rückentraining, Gymnastik – Ziel dieser Kurse ist die Beweglichkeit zu erhalten und zu verbessern.

Trainingsinhalte sind Haltungsschulung, Kräftigungs- und Dehnungsübungen, progressive Muskelentspannung, funktionelle Wirbelsäulen-Gymnastik

33

sowie Kraft- und Ausdauertraining. Wirbelsäulengerechte Bewegungsabläufe, Entspannungsübungen zur Körperwahrnehmung und Tipps für den Alltag runden dies ab.

Details, Zeiten, Kursgebühren auf der Seite [Gesundheitssport](#)

ZUMBA-Tanz-Fitness Workout, das einfach Spaß macht!

ZUMBA ist ein Tanz-Fitness Workout, das sich aus lateinamerikanischer und internationaler Musik und Tanzbewegungen zusammensetzt - ein dynamisches, begeisterndes und effektives Fitness-System!

TSV-ANGEBOTE

In diesem Workout-Format sind schnelle und langsame Rhythmen auf der Basis von Aerobics kombiniert, um eine einzigartige Balance von Muskelauflauf und – Definition und Konditionsverbesserung zu erreichen.

ZUMBA integriert dabei einige Grundprinzipien von Aerobics, Intervall- und Widerstandstraining um Fettverbrennung zu maximieren, Herz und Kreislauf zu stärken und Muskeln aufzubauen.

Mittwoch, 20.00 – 21.00 Uhr,
Heinrich-Köhler-Sporthalle

Kursgebühren (10 Termine):
40 € für Mitglieder,
65 € für Nicht-Mitglieder

„Was die Menschen an mir mögen?
Ich sage, was Sache ist!“

MERZ
Immobilienmakler

Vermietungen & Verkäufe
Gewerbeimmobilien
Immobilienverwaltung
Objektbetreuung
Fixe Makler-Provisionen

Gunter Merz · merz-immobilien.com · Tel. 0721-7880183



Gesundheitssport

Funktionelle Gymnastik
Wirbelsäulengymnastik

TSV-KA-Rintheim, Mannheimer Str. 2a · Gymnastikraum 1. OG

Ziel dieser Gymnastik ist es, die Beweglichkeit des Bewegungsapparates zu erhalten und zu verbessern.

Durch schonende Bewegungen lernen Sie Ihren Körper besser kennen und erreichen damit den oft falschen Bewegungen des Alltags entgegen zu wirken.

Wegen Gruppeneinteilung ist Anmeldung erwünscht.
Bitte Gymnastikkleidung mitbringen.

Wirbelsäulengymnastik, Rückentraining und Haltungsschulung als offenes Dauer-Angebot an den folgend genannten Tagen und Zeiten:

Montag
11.00 – 12.00 Uhr
17.40 – 18.40 Uhr
18.45 – 19.45 Uhr

Mittwoch
10.00 – 11.00 Uhr

Anmeldungen:
TSV Karlsruhe-Rintheim
Mannheimer Straße 2a
Tel. TSV-Geschäftsstelle 0721/615177

Beitrag für 10 Stunden:
Nichtmitglieder: 65,- €
Mitglieder: 40,- €



Handball



Abteilungsleiter:

Olaf Hebel
Haizingerstraße 5A
76131 Karlsruhe
Telefon 07 21/6157 26

Faustball



Abteilungsleiter:

Pascal Polzer
pascal-polzer@t-online.de

Tennis



Abteilungsleiter:

Niko Körper
niko.koerper@tsv-rintheim.de

Turnen



Abteilungsleiter:

Heike Heinrich
Humboldtstraße 2
76131 Karlsruhe
Telefon 07 21/66 48 78 70

Sportangebote des TSV Karlsruhe-Rintheim

Faustball Sportplatz TSV-Rintheim (Feldrunde April bis September)

Allgemeines Training (Herren, Frauen & Senioren)	Mittwoch	18:00 – 20:00 Uhr	J. Mitschele
Jugend	Mittwoch	17:30 – 20:00 Uhr	A. Raupp

Faustball Sporthalle Rintheim (Hallenrunde Oktober bis März)

Allgemeines Training (Herren, Frauen & Senioren)	Mittwoch	20:00 – 22:00 Uhr	J. Mitschele
Jugend	Mittwoch	19:00 – 20:00 Uhr	A. Raupp

Kinder- und Jugendturnen

Mutter/Vater-Kind 1-3 Jahre	Mittwoch	16:15 - 17:15 Uhr	Heinrich-Köhler-Schule	Daniela Feuerstein
--------------------------------	----------	-------------------	------------------------	--------------------

Kleinkinderturnen 3 - 5 Jahre	Mittwoch	17:30 - 18:30 Uhr	Heinrich-Köhler-Schule	Sabine Rakutt
----------------------------------	----------	-------------------	------------------------	---------------

Allge. Kinderturnen Mädchen 6 - 10 Jahre	Donnerstag	18:00 - 19:30 Uhr	Heinrich-Köhler-Schule	Elke Mannoff
---	------------	-------------------	------------------------	--------------

Gerättturnen ab 10 Jahren*

Mädchen I*	Dienstag	17:00 - 18:30 Uhr	Heinrich-Köhler-Schule	
Gelbe Gruppe	Freitag	16:00 - 18:00 Uhr		
Mädchen II*	Montag	18:30 - 20:00 Uhr	Heinrich-Köhler-Schule	Janina Rettinger,
Grüne Gruppe	Freitag	18:00 - 20:00 Uhr		Asil Öztap,
Mädchen III*	Montag	18:30 - 20:00 Uhr	Heinrich-Köhler-Schule	Maik Lorenzen
Blaue Gruppe	Freitag	16:00 - 18:00 Uhr		

*Für ein Schnupper-/Probetraining ist eine **Anfrage/Anmeldung** erforderlich (auch Vereinsmitglieder). Hierzu bitte ein E-Mail an: turnen@tsv-rintheim.de

Gymwelt - Fitness- und Gesundheitssport

* mit Zusatzbeitrag - als Kursangebot auch für Nicht-Mitglieder

Senioren-Fitness	Montag	08:45 - 09:45 Uhr	TSV-Gymnastikraum	Ulla Rost
Fitness und mehr 60plus	Montag	11:00 - 12:00 Uhr	TSV-Gymnastikraum	Ulla Rost
Ganzkörperkräftigung*	Montag	17:40 - 18:40 Uhr	TSV-Gymnastikraum	Ulla Rost, Silvia Urban
Ganzkörperkräftigung*	Montag	18:45 - 19:45 Uhr	TSV-Gymnastikraum	Ulla Rost, Silvia Urban
FitnessMix	Montag	20:00 - 21:30 Uhr	Heinrich-Köhler-Schule	Elke Mannoff
Functional Fitness**	Dienstag	20:00 - 21:00 Uhr	TSV-Gymnastikraum	Silvia Urban
Ballspiel, Spaß, Fitness (m)	Dienstag	20:00 - 22:00 Uhr	Heinrich-Köhler-Schule	Peter Alexander
Ganzkörperkräftigung**	Mittwoch	09:00 - 10:00 Uhr	TSV-Gymnastikraum	Silvia Urban
Ganzkörperkräftigung**	Mittwoch	10:00 - 11:00 Uhr	TSV-Gymnastikraum	Silvia Urban
ZUMBA**	Mittwoch	20:00 - 21:00 Uhr	Heinrich-Köhler-Schule	Holger Becker
Yoga**	Donnerstag	09:00 - 10:30 Uhr	TSV-Gymnastikraum	Silvia Urban
Yoga**	Donnerstag	18:45 - 20:15 Uhr	Gymnastikraum Grundschule Rintheim	Silvia Urban
WinterFit (Okt. bis Ostern)	Donnerstag	19:30 - 20:30 Uhr	Heinrich-Köhler-Schule	Elke Mannoff
SommerFit (Ostern bis Juli)				
Gymnastik und Entspannung (w)	Do - Sommer Do - Winter	20:30 - 21:30 Uhr 20:00 - 21:00 Uhr	Tullaschule untere Halle	Ulla Rost
AH-Fußball	Dienstag	20:30 - 22:00 Uhr	Rennbuckelhalle	S. Stadlbauer

** Kostenpflichtige Kursangebote.

Handball Trainingszeiten Männer (Markus.Eisner@tsv-rintheim.de)

1. Mannschaft

Dienstag	20.30 – 22.00 Uhr	Markus Elsner
Donnerstag	20.30 – 22.00 Uhr	

2. Mannschaft

Dienstag	20.15 – 21.45 Uhr	Sebastian Spitz/Jannes Haupt (Rennbuckelhalle)
Freitag	20.30 – 22.00 Uhr	

Handball Trainingszeiten Frauen 1/2 (b.j.hettich@googlemail.com)

Montag	20.00 – 22.00 Uhr	Benedikt Hettich / Dennis Estedt / Jochen Rabsch
Mittwoch	20.00 – 22.00 Uhr	(E.-Arheit-Halle Grötzingen)

Handball Trainingszeiten männl. Jugend (sabine.haupt@tsv-rintheim.de)

E-Jugend (Jahrgang 2010/2011)

Dienstag	16.00 – 17.00 Uhr	Sabine Haupt / Elias Dörflinger / Nils Elsner
Donnerstag	16.00 – 17.00 Uhr	(März bis Oktober)
Freitag	16.00 – 17.00 Uhr	(November bis März)

D-Jugend (Jahrgang 2008/2009)

Dienstag	16.45 – 18.00 Uhr	Sabine Haupt / Samuel Pfeiffer / Sven Ebner
Donnerstag	16.30 – 17.45 Uhr	(März bis Oktober)
Donnerstag	17.30 – 18.45 Uhr	(November bis März)

C-Jugend (Jahrgang 2006/2007)

Dienstag	18.00 – 19.30 Uhr	C1	Niklas Lütgerodt / Jule Haupt
Dienstag	17.00 – 18.15 Uhr	C2	Jo Dräger / Samuel Pfeiffer
Donnerstag	17.30 – 19.00 Uhr		(März bis Oktober)
Donnerstag	17.30 – 19.00 Uhr		(November bis Februar)

B-Jugend (Jahrgang 2004/2005)

Dienstag	19.00 – 20.30 Uhr	Phillip Bader / Hendrik Hebel
Donnerstag	18.30 – 20.00 Uhr	(März bis Oktober)
Donnerstag	18.45 – 20.15 Uhr	(November bis Februar)

A-Jugend (Jahrgang 2002/2003)

Dienstag	19.00 – 20.30 Uhr	Nino Kruner / Pascal Reutter	Sporthalle Neureut
Donnerstag	19.00 – 20.15 Uhr		

Handball Trainingszeiten weibl. Jugend (cornelia.haupt@tsv-rintheim.de)

E-Jugend (Jahrgang 2010/2011/2012)

Montag	17.30 – 18.30 Uhr	Cornelia Haupt / Vanessa Woschek
Mittwoch	16.00 – 17.00 Uhr	

D-Jugend (Jahrgang 2008/2009)

Montag	17.30 – 18.45 Uhr	Moritz Kerscher / Florian Kramer
Mittwoch	16.30 – 18.00 Uhr	

C-Jugend (Jahrgang 2006/2007)

Montag	18.30 – 20.00 Uhr	Sissa Stenzel / Igor Ziegler Ruiz
Mittwoch	17.30 – 19.00 Uhr	

B-Jugend (Jahrgang 2004/2005)

Montag	18.45 – 20.15 Uhr	Marisa Gallei / Annabel Rilling / Anne Rapp
Mittwoch	18.00 – 19.30 Uhr	

A-Jugend (Jahrgang 2002/2003)

Montag	20.00 – 21.30 Uhr	mit Frauen 2
Mittwoch	18.00 – 19.30 Uhr	Anne Rapp / Marisa Gallei / Annabel Rilling

Handball Trainingszeiten gemischt

Minis (Jahrgang 20012 und jünger)

Freitag	16.00 – 17.30 Uhr	Claudia Schroiff, Diana Hebel
---------	-------------------	-------------------------------

**Geräturnen
Online-Training**

Die Corona-Pandemie beeinträchtigt nach wie vor auch den Trainingsbetrieb des TSV-Geräturnens. Dass kein „normales“ Training in der Halle stattfinden kann, ist bedauerlich jedoch kein Hindernis regelmäßig gemeinsam zu trainieren. Im Sommer 2020 konnten wir das Hallentraining auf den großzügigen Sportplatz verlagern und mit Einhaltung des Mindestabstands ein Präsenztraining verantworten.

Leider ist das im Winter zwecks Temperatur und aufgrund des Versammlungsverbotes nicht möglich. Um trotzdem gemeinsam zu üben und sich regelmäßig in gewohnter Trainingsmanier austauschen zu können, haben wir im November 2020 auf „online“ umgestellt.

Einmal in der Woche sind die Mädchen und wir Trainierinnen per Videoschaltung vernetzt und lassen das heimische Wohnzimmer zum Fitnessstudio werden. Der Ablauf des Online-Trainings unterscheidet sich nicht von dem in der Halle. Nach der Aufwärmung erfolgt die themenspezifische Hauptphase z.B. Spreizsprung, Bogengang oder Handstandvarianten. Abschließend wird ein Krafttraining absolviert. Die Trainingsbereiche Koordination, Kondition und Kraft werden abwechslungsreich beansprucht, analog wie das auch im „normalem Trainingsbetrieb“ der Fall ist. Nur bei der konkreten Ausführung der Übungen müssen zwecks des eingeschränkten

Platzes, Anpassungen vorgenommen werden.

Das kontinuierliche Online-Training wirkt sich in unterschiedlichen Bereichen sehr positiv aus. Nicht nur unter dem Aspekt der Erhaltung der sportlichen Fähigkeit ist die positive Wirkung zu bemerken, sondern auch im sozialen Bereich. Der stetige gemeinsame Austausch und das „Sich-sehen-können“ verbindet die Gruppe und schafft ein Gefühl von „Zusammensein“ auch wenn wir an unterschiedlichen Orten sind. Das Online-Training hilft die Zeit des Lockdowns unterhaltsamer zu gestalten, gibt Impulse sich auch alleine sportlich betätigen zu können und stärkt den Zusammenhalt der Gruppe.

Janina Rettinger

**Ihr Heizungs- und
Sanitärmeisterbetrieb
Timo Borrmann**

Ihr Spezialist für:

- Heizung
- Sanitär
- Kesselsanierung
- Badsanierung
- Kundendienst Öl/Gas
- Brennwerttechnik
- Solartechnik

**Timo Borrmann
Schultheissenstr.21
76187 Karlsruhe**

**Telefon: 0721-5964990
Telefax: 0721-5964991
E-Mail: info@timo-borrmann.de
Internet: www.timo-borrmann.de**



Moin liebe Rintheimer Raketenzfreunde,

mit dem Patent-Antrieb unserer Buben aus den legendären Aperol-Spritzz-Katakomben stattete die NASA dem Mars einen Besuch ab. Dabei warten wir ähnlich gespannt auf die Ergebnisse dieser Mission, wie auf Einladung unseres geliebten Hoffnungsträger Christian vom Kap der guten Hoffnungen zum Beenden dieser vermaledeiten Stand-by-Online-All-Alone-Phase. Um währenddessen nicht zum zweiten FC Corona Bayern zu werden, müssen wir jedoch weiter brav zuhause bleiben und die einzige wichtige Meldung welche unsere Raketenz betrifft vor dem Laptop feiern. Voller Stolz und Inbrunst vermeldete unser Mr. Hefe World Else Elsner, dass eure Secco-Liebhaber mit den Harzhänden souverän den Klassenerhalt am grünen Tisch eingefahren und die erste Verbandsligasaison seit mehr als einem Jahrzehnt lässig unter den Top Drei der Liga beendet haben.

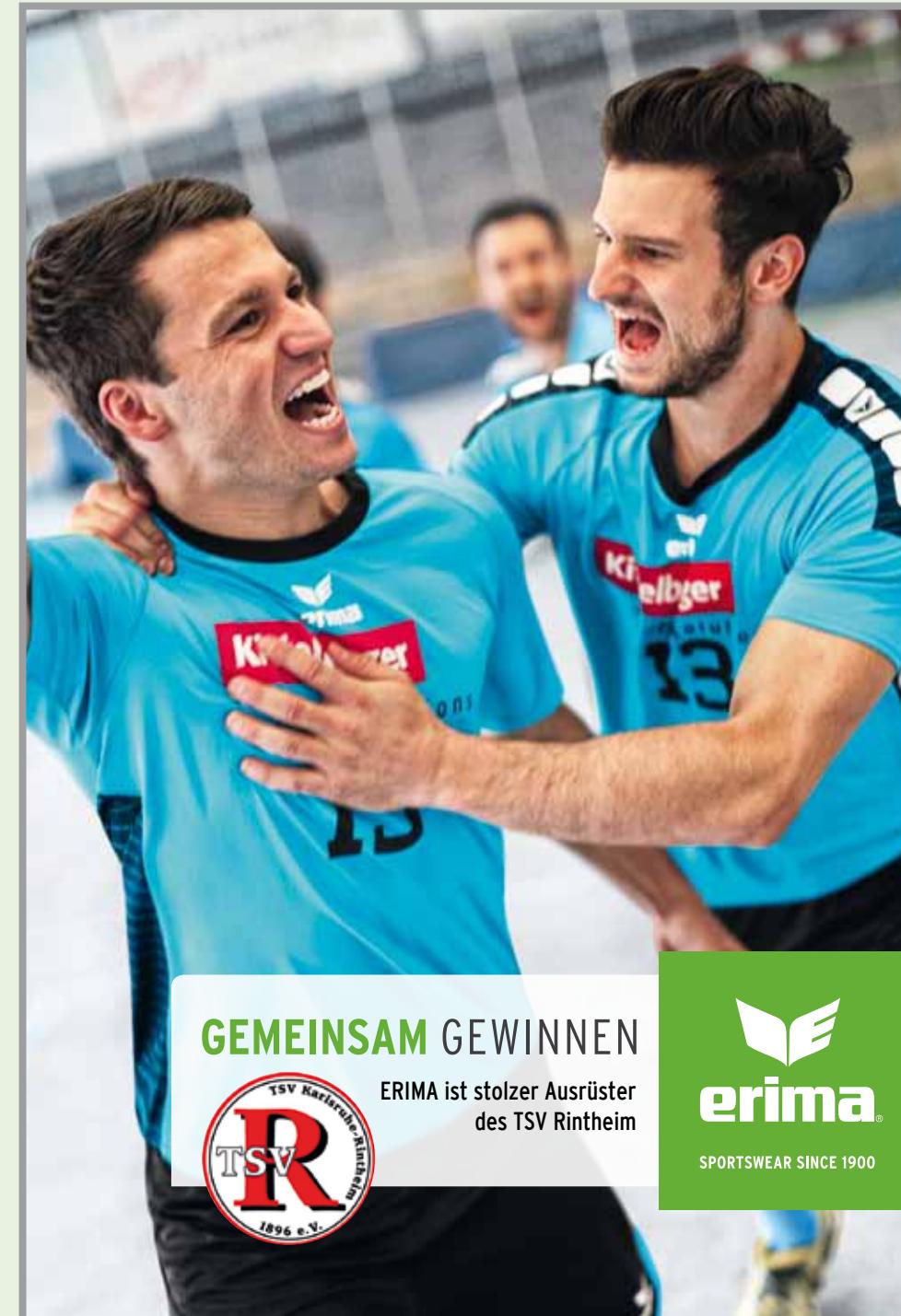
Dazu ließe eine weitere Nachricht die Herzen aller Statistikliebhaber höher-schlagen. Grund war die druckfrische Torschützenliste, die von allen Beteiligten sehnlichst erwartet wurde, durchs offene Fenster geflattert. Den Kicker aka Kugelblitz des Jahres bekommt dabei unser Twitch-Master alias „next Bachelor“ Robin Hildes mit bockstarken 19 Toren, gefolgt von der feschen Ferrari-Fackel Benji the Maschiiiiin mit entspannten 14 Netzeinschlägen! Mit aufs Treppchen darf auch unser allseits beliebter Hans „Sprinter“ Schückler mit seinen lockeren 13 Treffern. Zum Trost bekommt er durch

die Redaktion den „Hidekichi Miyazaki“-Award verliehen! Sollte jemand mit diesem Namen nichts anfangen können, sollte derjenige eine der beliebten Suchmaschinen bedienen.

Props gehen natürlich auch an unseren Apachen Iggy Ignaz, der mit 9 Treffern das Treppchen knapp verpasst, aber als Sieger der Herzen und König der Luftlöcher in die Annalen eingehen wird. Dort trifft er auf weitere Legenden wie unseren Käptn aller Käptn Markus „le Ginger“ Reutter, Felix Kellermeister Boos und Jonas Brother Erb, welche sich als letzterjähriger Mannschaftsrat von der Saison verabschieden. Rückblickend verteilen sie die goldene Himbeere für eine denkwürdige Saisonleistung. Die Sprache ist von unserem Buben Knebel Hebel Hendrik, welcher ohne Punktspiel-Minuten, zwei offene Kabinenfeste und den ersten Platz in der Strafenliste eben diesen für sich beansprucht. Dafür ziehen wir unseren Hut und wünschen Dir viel Erfolg in Mainz bei unserem geliebten Zenki Zenker. Mehr gibt es aus unseren beschaulichen Home-Gyms aka Snack-Arenen nicht zu berichten, jedoch munkelt man über Pläne für ein SeccoBar meets TSV Merch, welche den Weg auf gewisse Reißbretter gefunden haben. Seid gespannt und schickt uns über unsere Insta & Facebook Kanäle eure Ideen und Meinung zu eben genannten Raketenz-Equipment.

**Bleibt gesund und bis auf bald!
Eure Raketenz**

Anmerkung der Redaktion: Glückwunsch an Team Alt zur internen Katakombe-Kick-Meisterschaft.



Fotospiel Handball

Da unsere Mannschaften aktuell nicht gemeinsam trainieren und spielen, präsentieren wir heute unter dem Motto „Kinder, wie die Zeit vergeht“ ein paar Fotos unserer Spielerinnen und Spieler. Alle haben mal klein angefangen, sich in der einen oder anderen Sportart versucht. Wir wünschen mit den Fotos ein wenig Abwechslung und viel Spaß beim Raten!

(Auflösung findet ihr auf Seite 52)



Bild 1



Bild 2



Bild 3



Bild 7



Bild 8



Bild 9



Bild 10



Bild 11



Bild 12



Bild 4



Bild 5



Bild 6



Bild 13



Bild 14



Bild 15



Bild 16



Bild 17



Bild 18



Bild 19



Bild 20



Bild 21



Bild 22



Bild 23



Bild 24

**Mit DIR
zum
WIR!**

Beim Sport steht das Team bei Dir immer an erster Stelle? Dann bist Du auch im Job bei uns genau richtig: Unsere FZI-Mannschaft besteht aus Teamplayer*innen der Elektrotechnik, Informatik, Mathematik, dem Maschinenbau und vielen mehr. Ob in der Robotik, beim Autonomen Fahren oder beim Thema IT-Sicherheit – unsere Forschung gestaltet Zukunft.

Also: Join our winning team!

fzi.de/karriere

FZI Forschungszentrum Informatik
Haid- und Neu-Str. 10-14
76131 Karlsruhe



Bild 25



Bild 26



Bild 27

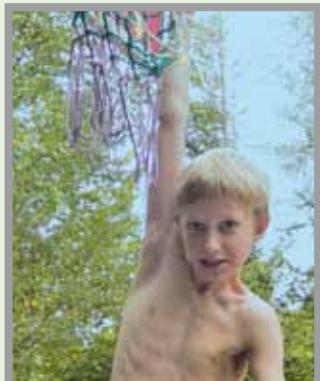


Bild 28



Bild 29



Bild 30



Bild 31

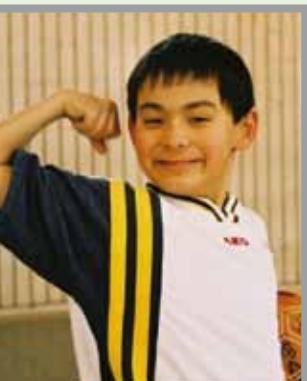
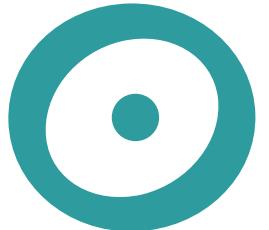


Bild 32



Bild 33



Osteopathie Kurbel

Praxis für Osteopathie
und Sport-Osteopathie

Simone Kurbel
Heilpraktikerin, Osteopathin

Mannheimer Straße 63
76131 Karlsruhe
Telefon 0721/62 38 98 84
Termine nach Vereinbarung
www.osteopathie-kurbel.de

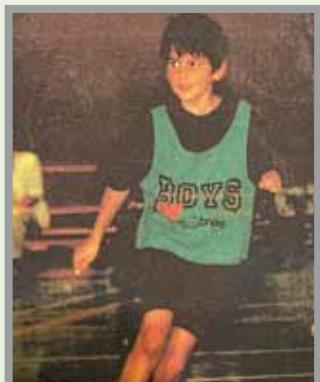


Bild 34

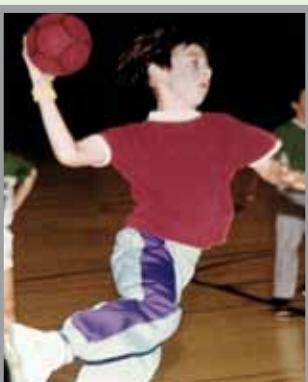


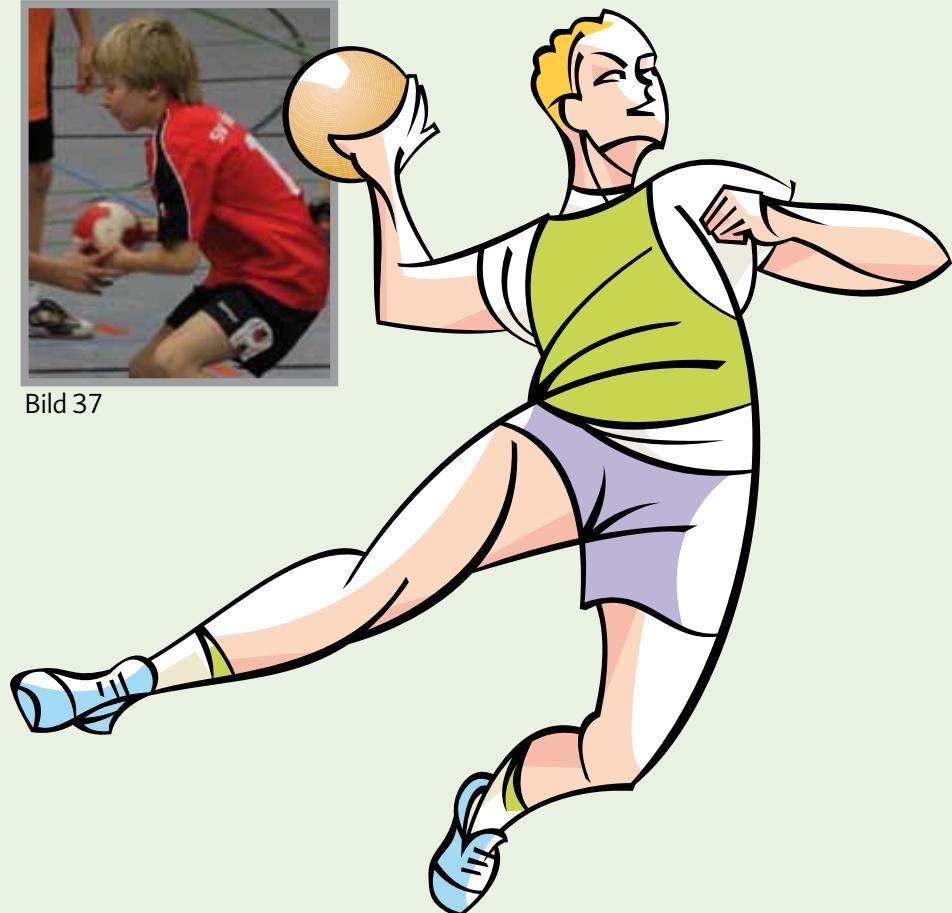
Bild 35



Bild 36



Bild 37



**Fritz Bierhalter
Getränke-Fachgroßhandel GmbH**

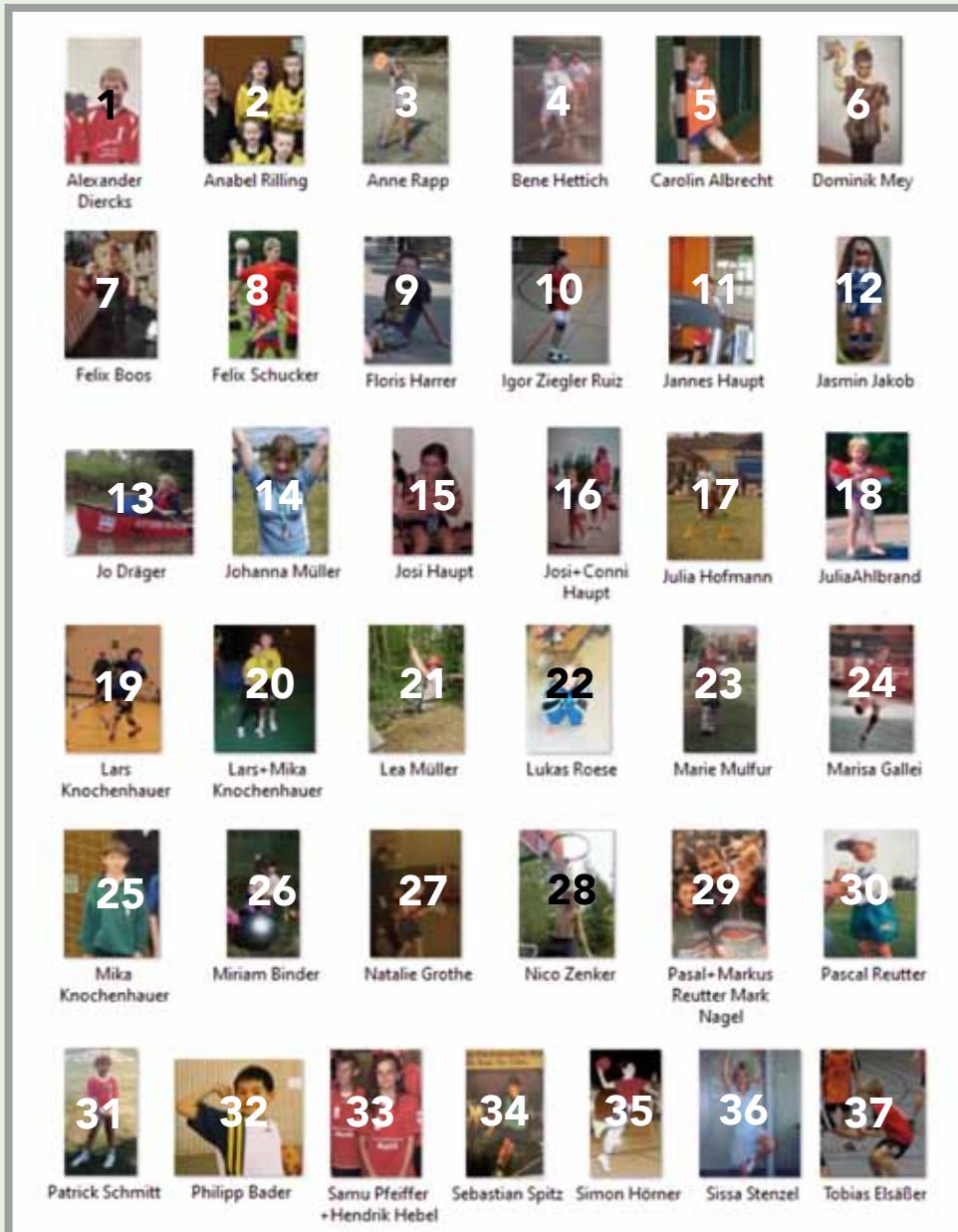
An der Rossweid 9

76229 Karlsruhe

0721-95057-0 FAX 0721-95057-13

www.bierhalter-getraenke.de

Auflösung vom Bilderrätsel



Das würde Ihnen auch schmecken!

Da zum Zeitpunkt der Drucklegung die politischen Regularien für April und Mai noch nicht beschlossen waren, bitten wir Sie, liebe Gäste, sich bezüglich der Öffnung der Rintheimer Stuben telefonisch oder auf der Homepage tsv-rintheim.de zu erkundigen.



Familie Robert Tasev

76131 Karlsruhe · Mannheimer Str. 2a · Tel./Fax: 07 21/78 20 33 20

Öffnungszeiten:

Dienstag bis Sonntag

11:00 bis 14:30 Uhr

und 17:00 bis 23:00 Uhr

Täglich warme Küche bis 22:00 Uhr

Montag – Ruhetag

Rintheimer Stuben

Ein Corona-Geschädigter berichtet:

Seit Wochen bin ich nun zu Haus,
und hab' so Manches repariert.
Die Arbeit geht mir langsam aus,
bei uns läuft alles wie geschmiert.

Corona zwingt daheim zu bleiben,
so hatte ich zwangsweise Zeit,
und um mir diese zu vertreiben,
war ich zum Home-Working bereit.

Mein Weib meint das wird jetzt gefeiert,
sie fällt ergriffen auf die Knie.

Nichts ist bei uns mehr ausgeleiert,
und so in Schuss - war's hier noch nie.

Fällt mir die Decke mal auf's Haupt,
werd' mit dem Hund ich Gassi gehen.

Selbst bei Nacht ist das erlaubt,
und jeder darf uns zwei auch sehen.

Erlösung soll das Impfen bringen,
doch weil das so im Argen liegt,
wird Immunität nur dann gelingen,
wenn's Impfen erst für alle gibt.



FÜR JEDES BEDÜRFNIS
DAS RICHTIGE FENSTER.

aluplast® - Kunststoff-Fenstersysteme

DAS FAMILIENUNTERNEHMEN

AUS DER REGION WÜNSCHT DEM TSV RINTHEIM
EINE ERFOLGREICHE SAISON!

Die aluplast GmbH gehört zu Europas führenden Systemherstellern für Kunststoff-Fenster, Haustüren, Rollläden und kontrollierter Wohnraumlüftung.

Das familiengeführte Unternehmen mit dem Sitz der Holding in Ettlingen und der Zentrale in Karlsruhe wurde 1982 von Manfred J. Seitz in Ettlingen gegründet. Heute verfügt aluplast® über 24 Produktions- und Vertriebsniederlassungen weltweit.

Mit dem vielfältigen Produktprogramm ermöglicht das Unternehmen nahezu alle denkbaren Fensterbau-Konstruktionen und -Varianten. Der Erfolg von aluplast® basiert vor allem auf der Marktnähe, die stets in innovativen Neuentwicklungen resultiert.

aluplast GmbH | Kunststoff-Fenstersysteme | www.aluplast.net

Wird der Nikolaus zum Osterhasen?

Anfang Dezember letzten Jahres bekam ich von Stefan Schwarzwälder 50 Schokoladennikoläuse, um sie im Kindertenstraining zu verteilen. Wie jedes Jahr verstaute ich die Süßigkeiten in der Kiste in der Tennishalle, die dazu dient meine Trainingsutensilien in der trainingsfreien Zeit aufzubewahren. Einige wenige Kinder erhielten auch ihre süße Überraschung und freuten sich sehr.

Wegen der Einschränkungen, die uns der Virus bescherte, war uns damals schon seit einigen Wochen nur noch Einzeltraining erlaubt. Das heißt nur noch wenige Kinder oder Erwachsene sind in der Tennishalle erschienen, was die Verordnung der Landesregierung auch bezeichnete. Die Kontaktbeschränkungen wurden für die Tennisspieler später zusätzlich noch verschärft, dass sich in der ganzen Tennishalle nur noch zwei Personen aufhalten durften, also der Nachbartennisplatz leerstehen musste.

Die Trainingsorganisation wurde dadurch natürlich nicht unbedingt einfacher, jedoch konnten wir unser in WhatsApp-Gruppen gemanagtes Gruppentraining kurzfristig und pragmatisch umstellen ; die meisten Kinder trainierten dann für 30 Minuten einzeln ,im wöchentlichen Wechsel – bei den Erwachsenen Tennisspieler*innen haben wir ähnliche Lösungen umgesetzt. Mein Resumee zu der sechs Wochen andauernden Zeit des Einzeltrainings

fällt durchweg positiv aus: Ob Kind oder Erwachsener, jeder war motiviert , engagiert und nutzte seine Trainingszeit so effektiv wie möglich. Das Kindertraining zehrte weniger an meinen Nerven als sonst, bei den Erwachsenen war ich oft körperlich mehr gefordert als üblich.

Als das Wichtigste empfinde ich, dass in jeder Trainingseinheit fundamentale Fortschritte koordinativ, taktisch oder in konditioneller Hinsicht erreicht wurden. Also hatte auch ich große Freude am Training, weil ich etwas Neues „bewirken“ durfte, was sich im Gruppentraining zumindest anders ergeben hätte. Der Unterschied zum normalen Trainingsablauf besteht darin, dass ich ein individuell vorbereitetes Training anbieten kann und die Teilnehmer das auch wertschätzen können. Der Umgangston ist locker und die Trainingszeit wird konzentriert durchgezogen.

Im Gruppentraining, gerade bei jüngeren Kindern, ist das oft schwierig, da dort oft das „Soziale“ so in den Vordergrund kommt, dass ich nach der Stunde nicht immer von dem Erreichen eines Lernziels bei allen überzeugt bin. Damit die Stunde dennoch etwas gebracht hat, ist es für mich wichtig, dass alle zufrieden nach Hause gehen. Daher werde ich bei der Einteilung von Trainingsgruppen immer darauf achten, dass bei (schwierigeren) Kindern zumindest ähnliche Fähigkeiten vorhanden sind, weil sich dann nach gewisser Zeit der Spaß am Tennis einstellt.

In der Kiste befinden sich hoffentlich immer noch die Nikoläuse, falls sie von

**MEINE HEIMAT. MEIN LEBEN.
BADISCH GUT VERSICHERT.**



WWW.BGV.DE

Wir bieten den Menschen in Baden Schutz und Sicherheit aus nächster Nähe. Zuhause und unterwegs, in Freizeit und Beruf.

BGV / Badische Versicherungen
Kundencenter Karlsruhe
Durlacher Allee 56 / 76131 Karlsruhe
Telefon 0721 660-0 // Fax 0721 660-198205 // E-Mail kc-karlsruhe@bvg.de

den Mäusen verschont blieben (früher wurde mir tatsächlich mal in einer anderen Halle aufbewahrte Schokolade von Mäusen weggefressen).

Kurz bevor dann das Tennisspielen ganz verboten wurde, überlegte ich kurz, ob ich die Nikoläuse zu Hause oder in der Tennishalle aufbewahre; das Risiko mit den Mäusen erschien mir dann doch kleiner, als während meiner Heißhunger-attacken ihnen zu widerstehen.

Ich hoffe sehr, dass wir bald wieder in die Halle dürfen und das Training fortsetzen können - noch mehr freue ich mich auf die bevorstehende Freiluftsaison und kann es kaum erwarten Euch wieder zu sehen! Die Kinder können dann den Nikolaus als Erinnerung an die entbeh-

rungsreiche Zeit aufbewahren oder ihn mit etwas Phantasie hoffentlich noch vor Ostern als Hase „vernaschen“.

In jedem Fall werden von mir alle unterrichtet, sobald ich weiß wie es weitergeht.

Bitte versucht mindestens einmal am Tag raus an die frische Luft zu gehen und Euch online „auszuloggen“. Bewegung während der tennisfreien Zeit ist wichtig, einfache Kompetenzen wie z.B. Rennen, Rückwärtslauen oder Balancieren werden auch nach dem Lockdown wieder das Fundament für alle Tennisspieler sein.

Bis bald, Lutz May

DIE PAUSEN WORSCHT
aus der hauseigenen Manufaktur

Metzgerei **SACK**
Ein Qualitätsbegriff seit 1912

WWW.METZGEREI-SACK.DE
1 x in Ettlingen, Leopoldstraße 3
4 x in Karlsruhe, 1 x in Malsch

Produktion und Büro:
Stephanie Hrb. Birte Malisch,
Inhaber: Michael Grönig K.



**Vielen Dank für
10 Jahre Vertrauen.**



Physiotherapeutische Praxis · Rintheimer Str. 90 · 76131 Karlsruhe · Telefon 0721 626824-6

www.gesundheitszentrum-ostring.de

Carlsruher Sonnenuhren

R. SPECK

*Spieldose
Badnerlied,
individuelle
Bilder möglich!* 14,95 €

Uhrenklinik
Uhren-Schmuck-Service
Georg-Friedrich-Str. 32
KA - Oststadt - Tel. 0721/9 61 38 17
uhrenklinik-ka.de

Modell "Gropi" 145,- €

Ein Dankeschön den Spendern:

Klaus Schäufele
Sparkasse Karlsruhe
Cornelia Haupt
Katrin Resch
Wolfram Schwarzwälder
Dara-Stahl Eisenhandel
GmbH & Co. KG
Andreas Perino
Armbruster Bauelemente
GmbH & Co.KG
Hildegard Schade
Alexander Butsch
und Caren Söhner
Jürgen Mitschele
Tobias Schwarzwälder

Stefan Schwarzwälder
Klaudija Kos-Schwarzwälder
Elke Mannoff
Florian Herr
Heike Heinrich



TSV Karlsruhe-Rintheim 1896 e.V.

Sportstätten und Geschäftsstelle: Mannheimer Straße 2a
76131 Karlsruhe
Telefon: 07 21/61 51 77
e-mail: tsvkarintheim@web.de
Internet: www.tsv-rintheim.de

Öffnungszeiten Geschäftsstelle: Dienstag: 8.30 Uhr bis 11.30 Uhr
Leiterin der Geschäftsstelle: Susanne Anselment

Vereinskonto Sparkasse Karlsruhe
IBAN: DE61 6605 0101 0009 2526 77 · BIC: KARSDE66XXX

Tennisabteilung: Volksbank Karlsruhe
IBAN: DE82 6691 0000 0036 0005 70 · BIC: GENODE61KA1

Abteilungen des TSV

- Handball
- Turnen
- Faustball
- Fitness und Gesundheitssport
- Tennis

Kegelbahn: Thorsten Rakutt · Tel.: 0174/9 58 71 74
TSV-Vereinsgaststätte: Fam. Robert Tasev · Tel.: 0721/78 20 33 20

Vorsitzender des Hauptausschusses: Stefan Schwarzwälder
Vorsitzender des Verwaltungsrates: Werner Reutter
Vorsitzender des Finanzausschusses: Peter Alexander
Beauftragter für Senioren: Christa Stammherr
Beauftragte für Chancengleichheit:

Redaktion und Gestaltung: Stefan Schwarzwälder
stefan.schwarzwaelder@gmx.net
Armin Paul · fam_acpaul@web.de

Sportecho ist die Vereinszeitschrift des TSV Karlsruhe-Rintheim
und erscheint 4 x im Jahr. Redaktionelle Änderungen bleiben vorbehalten.



Der Info-Klick

WWW.123LANG.DE



Vertragswerkstatt



Vertragswerkstatt



Vertragshändler



Vertragshändler

LANG

Weinweg 22

76131 Karlsruhe

Tel. (07 21) 96 25 00

WWW.123LANG.DE