

SPORT ECHO

2/2020



Weibliche C-Jugend



Sport macht Spaß beim TSV...



TEAM



sparkasse-karlsruhe.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.**

 **Sparkasse
Karlsruhe**

1

Ex malo bonum - Krise als Chance? Der TSV Rintheim in Zeiten der Corona- Pandemie

Liebe Mitglieder

Ich hoffe, Sie sind alle gesund durch die turbulente Hochphase der Corona-Pandemie gekommen und können jetzt auch wieder zuversichtlicher in die Zukunft sehen. Der Lockdown, die Einschränkungen und natürlich vor allem die Bedenken um Gesundheit und Wohlergehen waren für viele belastend – das haben wir im direkten Umfeld des Vereins vielfältig erlebt. Dies manifestierte sich in Sorgen über eventuelle Ansteckung Angehöriger oder sich selbst und nach gewissen Lockerungen werden nun leider auch wirtschaftliche Auswirkungen und drohende Maßnahmen wie Kurzarbeit oder gar Stellenabbau im Beruf zunehmend präsent. In diesem Kontext wünsche ich allen, dass wir mit dem sprichwörtlichen „blauen Auge“ durch diese Zeit kommen und wieder zuversichtlicher sein dürfen und können.

Beim TSV Rintheim zeigte sich ab Mitte März die rapide Akzeleration der verordneten Maßnahmen, die durch das steigende Ausmaß von Covid-19-Infektionen bedingt und unerlässlich wurden: Aussetzung der Spielrunde, Schließung der Halle, Sperrung der Freiluftsportstätten, ... wir waren gut damit beschäftigt, alle Informationen, Newsletter und Vorgaben, die uns zugingen, zu lesen und umzusetzen.

GRUSSWORT

Als dann auch noch die Schließung der Gaststätte vorgenommen werden musste, waren auch wir mitten in der Krise angekommen.

Doch nach einigen Tagen der Unsicherheit, auch der Frustration und des Haderns kam Bewegung in das interne Geschehen: In Corona-konformen Kleinstgruppen wurde unter Federführung unseres engagierten Edelhelfers Max Schattmann und mir mit unserem Wirt Robert Tasev eine Übersicht erstellt, die alle Projekte aufführte, die wir schon seit langem umsetzen wollten, es aber zeitlich nie gepasst hat. Die To-do-Liste füllte sich schnell und umfassend: Deckenerneuerung in den Nebenzimmern inklusive neuer Beleuchtung, streichen des Gastraumes und Treppenhauses, Elektroarbeiten und LED-Panels in der Kegelbahn, Werbebeleuchtung am Haupteingang; kurzum: Jede Menge Aufgaben und Beschäftigung für die ehrenamtlichen Finger, in denen es juckte und die nach Betätigung verlangten. Im Zuge des Werkelns fanden sich noch weitere Ecken, Nischen und Arbeiten, die entschlossen angegangen wurden. Res, non verba!



GRUSSWORT



Die Ergebnisse können sich, wie Sie den Fotos entnehmen können, sehen lassen.

Ich möchte an dieser Stelle unsere Wirtsfamilie Tasev persönlich hervorheben! Die (noch immer) schwierige Phase mit Schließung, teilweiser Öffnung und vielen Einschränkungen ist auch für sie existenzgefährdend. Als Verein unterstützen wir im Rahmen unserer Möglichkeiten und tun dies gerne, weil Robert trotz allem stets freundlich, aktiv und optimistisch an die Themenlage herangeht. Immer wieder werden wir daher auch auf Spendenaktionen zugunsten der Rinheimer Stuben



angesprochen – das finde ich prinzipiell eine tolle Idee und eine super Geste, jedoch liegt der Teufel im Detail: Als gewerblicher Unternehmer dürfte unser Pächter keine Spende im klassischen Sinne annehmen, sondern müsste sie als Betriebseinnahme verbuchen und versteuern.



Insofern plädieren wir dafür, ihn einfach direkt durch Wahrnehmung seines Angebotes zu unterstützen. Inzwischen sind Restaurantbesuche wieder möglich, auf der Terrasse (und natürlich in den renovierten Nebenzimmern) ist ausreichend Platz, das vorgegebene Hygienekonzept (Abstand, Personenzahl, Desinfektion, etc.) wurde etabliert. Wer größere Ansammlungen weiterhin meiden möchte, kann auch telefonisch bestellen und abholen.

Dazu planen wir gerade einige Biergartenabende beim TSV. Das Ordnungsamt hat die Genehmigung erteilt, dass die Fläche unter der Terrasse und rund ums Zwitscherhäutchen für die Gastronomie genutzt werden darf. Somit stehen zusätzliche Freiluftplätze (mit ausreichend Abstand) für hoffentlich lauschige Grillabende auf unserem gepflegten Freigelän-

2

3

de zur Verfügung. Wir werden zusammen mit Robert Tasev über die Angebote zeitnah informieren – kommen Sie gerne hier dazu, so können Sie einen schönen Abend verbringen und dabei Gutes tun!



Die Krise als Chance haben wir auch bezüglich des Außengeländes gesehen und genutzt. Viele Punkte standen auf einer langen Liste, deren Abarbeitung mehrere Wochen in Anspruch nahm, sich aber definitiv gelohnt hat. Als Prämisse ausgegeben wurde die Vorgabe, das Gelände inklusive den Tennisplätzen so vorzubereiten, dass bei Öffnung kurzfristig und umfassend der Sportbetrieb wieder hochgefahren werden



kann – und das zahlte sich aus! Bereits Anfang Mai durften die Tennisler starten, nach weitergehenden Zulassungen kamen Turngruppen, Faustball und Handball dazu. Inzwischen herrscht reges Treiben auf der Anlage, da an Training in Hallen angesichts der strengen und aufwendigen Auflagen nur schwerlich zu denken ist.



Max Schattmann, Til Weise, Nico Schattmann und ich nahmen, dankenswerterweise punktuell unterstützt von Patrick Schmidt samt männlichem Nachwuchs, den Handball-Herren sowie Thorsten Rakutt, in Angriff, was schon lange geplant, bisweilen gar nur geträumt, aber auch täglich notwendig war.

So wurde das Tennisdach repariert, die Bänke mit WPC-Brettern neu belegt, in den Kabinen umfangreiche Sanitätarbeiten geleistet, gemäht, Hecken geschnitten, Bäume gestutzt, der Weg vom Hartplatz bis zum Tennisaußengang von Unkraut befreit, das Beachfeld überholt, Grünschnitt in rauen Mengen entsorgt, Carport und Werkstatt entrümpelt und aufgeräumt, Sperrmüll herausgestellt, neue Lampen und Steckdosen unter der Terrasse gesetzt,

GRUSSWORT



Termine mit dem Gartenbauamt sowie dem Baumpflegeamt wahrgenommen, die Sponsorenwand mit neuen, aktuellen Tafeln aufgehübscht und als Abschlussprojekt die Grillstelle komplett neu gestaltet.

Somit ist der TSV Rintheim dafür gerüstet, sportliche Aktivitäten und auch wieder kleinere Feste auf dem Gelände durchführen zu können.



Durch den engen Austausch von Vorstand und Abteilungen sowie durch viele Impulse und Arbeit konnte somit ein gutes Konzept für die Wiederaufnahme des Trainingsbetriebes unter Auflagen entwickelt werden. Um die Hygiene sicherzustellen, haben wir ausreichend Hand- und Flächendesinfektionsmittel sowie Seife gekauft. Es stehen



vier extra gebaute, mobile Waschbecken sowie vier mobile Desinfektionsspender zur Verfügung, die täglich geprüft und ge-



säubert werden. Für die Nutzung gibt es einen Belegungsplan.



4

5



Alle Sparten haben ausreichend Trainingszeiten erhalten und können die Buchungen selbst vornehmen. Nutzung durch Einzel-



personen oder kleinere Gruppen außerhalb des organisierten Bereichs kann aktuell noch nicht ermöglicht werden.



GRUSSWORT



Die zugehörigen Bestimmungen und Abläufe finden Sie stets auf der Homepage www.tsv-rintheim.de. Uns ist wichtig: Auch wenn die Zeiten gerade schwierig sind, WIR schaffen das! WIR bewegen Rintheim!

Altpapiersammlungen

Neben handwerklicher Arbeit standen und stehen natürlich auch viele administrative Themen zur Erledigung an. Unser Altpapierverwerter Rosenburg & Neithardt musste einige Terminänderungen vornehmen, die wir so gut als möglich per Mailverteiler, Homepage, Schaukästen und mit Unterstützung des Bürgervereins kommuniziert haben – die neue Übersicht finden Sie zudem in diesem Heft. Für die Jahre 2020 und 2021 wurden neue Abnahmeverträge geschlossen, die immer noch sehr annehmbare Preise für den TSV Rintheim vorsehen.

Sportfest

Das Sportfest mussten wir schweren Herzens und in Anbetracht der Regelungen absagen. Wir hoffen auf eine Veranstaltung im bewährten Rahmen 2021.

Mitgliederversammlung

Der angekündigte Termin für die diesjährige Mitgliederversammlung am 21. April 2020 konnte aufgrund der Verordnungen ebenfalls nicht gehalten werden. Wir haben daher beschlossen, eine Terminverschiebung der Mitgliederversammlung auf September vorzunehmen. Die Einladung sowie Tagesordnung werden im nächsten Sportecho veröffentlicht.

Bonusprogramme – Gooding und Amazon Smile

Schon seit über einem Jahr besteht die Möglichkeit, bei Online-Einkäufen den TSV Rintheim zu unterstützen. Gooding ist das offene Netzwerk für gesellschaftliches Engagement, das Prämien mit registrierten Shops vereinbart und diese als Spende an den Verein weiterleitet. Trotz bislang sehr überschaubarer Teilnehmerzahl unsererseits konnten bereits rund 750 Euro als Unterstützung für die Jugendarbeit verzeichnet werden. Sie kaufen dabei wie gewohnt ein – die Produkte kosten keinen Cent extra, die Prämie ist auch auf keiner Rechnung, o.ä. aufgeführt, aber für jeden Einkauf über Gooding zahlen die teilnehmenden Online-Shops (Unternehmen) eine Prämie. Auf unserer Website finden Sie weitere Informationen, Anleitungen und vor allem die sehr praktische Toolbar.

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 unter „Mein Konto – Organisation“ ändern. Wenn Sie nun nach TSV Rintheim suchen und als dauerhaften Empfänger der Prämie Ihrer Einkäufe auswählen und festlegen, ist im Prinzip schon alles erledigt.

Die einzige Voraussetzung dafür, dass Amazon die Zuordnung erkennt ist, dass Sie nicht amazon.de, sondern smile.amazon.de beim Surfen eingeben – die Website, auf die Sie gelangen, ist dieselbe.

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

Liebe Mitglieder, das war jetzt ein ungewöhnlich langes Grußwort, aber es sind eben gerade auch ungewöhnliche Zeiten. Ich wünsche Ihnen allen Gesundheit, bleiben Sie zuversichtlich und geduldig.

Herzliche Grüße
Stefan Schwarzwälder

Änderung einiger Sammeltermine 2020:

Aufgrund von logistischen Änderungen unseres Altpapierhändlers mussten terminliche Anpassungen der Sammlungen 2020 vorgenommen werden.

Bitte beachten Sie die nachstehende Übersicht, die die aktuellen Informationen darstellt:

- 02. Mai 2020, 13 Uhr: **NEU!** 
- 20. Juni 2020, 13 Uhr: 
- 25. Juli 2020, 13 Uhr: 
- 05. September 2020, 12 Uhr: 
- 31. Oktober 2020, 13 Uhr: **NEU!** 
- 05. Dezember 2020, 9 Uhr: **NEU!** 

In Bezug auf die vor allem in den BNN etwas hysterisch geführte Diskussion um die Altpapiersammlungen der Vereine und Gemeinden, dürfen wir mitteilen, dass St. Martin, der 1. Rintheimer Carnevalsclub RCC sowie der TSV Rintheim einen für alle Seiten tragfähigen Abnahmevertrag für 2020 und 2021 geschlossen haben.

Sammeln Sie also bitte weiterhin für uns und unterstützen Sie damit die Jugendarbeit und -förderung im Stadtteil.

DANKE AN ALLE HELFER!

8

9

DANKE AN ALLE HELFER!



DANKE AN ALLE HELFER!

10



11

DANKE AN ALLE HELFER!



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

An illustration of a woman with blonde hair, wearing a blue top, pointing her finger and speaking. A red speech bubble contains the text "PST! SIE KRIEGEN 100,- EURO VON UNS...". A blue circle contains the text "Mehr Infos? 0721 968883-0" and a QR code. The background is a yellow and orange polka-dot pattern.

PST!
**SIE KRIEGEN
100,- EURO
VON UNS...**

Mehr Infos?
0721 968883-0

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 BRENNNEISEN
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!

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!



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!

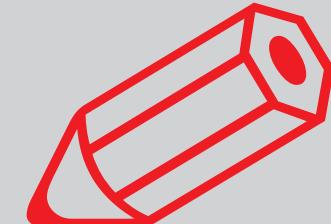
Nach über 25 Jahren haben wir uns entschlossen, endlich einmal wieder einen TSV-Fanschal zu gestalten und fertigen zu lassen.

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 3/2020
ist der 1. August 2020**



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

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

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!

In diesem Workout-Format sind schnelle und langsame Rhythmen auf der Basis von Aerobics kombiniert, um eine einzigartige Balance von Muskelaufbau 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 21/61 57 26

Faustball



Abteilungsleiter:

Andreas Raupp
Gürrichstraße 27
76149 Karlsruhe
Telefon 07 21/3 52 89 01

Tennis



Abteilungsleiter:

Niko Körper
niko.koerper@tsv-rintheim.de

Turnen



Abteilungsleiter:

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

TRAININGSZEITEN

20

Sportangebote des TSV Karlsruhe-Rintheim

Faustball Sportplatz TSV-Rintheim (Feldrunde April bis September)

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

Faustball Sporthalle Rintheim (Hallenrunde Oktober bis März)

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

Jugend	Mittwoch	19:00 – 20:00 Uhr	A. Raupp
Ballspielgruppe	Montag	17:30 – 18:30 Uhr	Lidells. Halle 2 A. Raupp

Kinder- und Jugendturnen

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

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

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

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	20:30 - 21:30 Uhr	Tullaschule untere Halle	Ulla Rost
Do - Winter	20:00 - 21:00 Uhr			

AH-Fußball	Dienstag	20:30 - 22:00 Uhr	Rennbuckelhalle	S. Stadlbauer

** Kostenpflichtige Kursangebote. Infos siehe Seite 14 + 15!

20

21

TRAININGSZEITEN

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

1. Mannschaft

Dienstag	20.30 – 22.00 Uhr	Markus Eisner
Donnerstag	20.30 – 22.00 Uhr	

2. Mannschaft

Dienstag	20.15 – 21.45 Uhr	Sebastian Spitz/Steffen Schilling
Freitag	20.30 – 22.00 Uhr	

Handball Trainingszeiten Frauen 1/2 (michigrunert@gmx.de)

Montag	20.00 – 22.00 Uhr	Michaela Grunert/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 2009/2010)

Dienstag	16.30 – 17.30 Uhr	Sabine Haupt / Elias Dörflinger / Nils Elsner
Donnerstag	16.00 – 17.00 Uhr	

D-Jugend (Jahrgang 2007/2008)

Dienstag	17.30 – 18.45 Uhr	Sabine Haupt / Samuel Pfeiffer / Jannis Pfannendörfer
Donnerstag	17.00 – 18.45 Uhr	Sven Ebner

C-Jugend (Jahrgang 2005/2006)

Dienstag	17.30 – 19.00 Uhr	Gerrit Kirsch/Sandro Catak
Donnerstag	17.30 – 19.00 Uhr	

B-Jugend (Jahrgang 2003/2004)

Dienstag	18.45 – 20.15 Uhr	Gerrit Kirsch / Simone Hörner / Markus Elsner
Donnerstag	18.45 – 20.15 Uhr	

A-Jugend (Jahrgang 2001/2002)

Dienstag	19.00 – 20.30 Uhr	Nico Schneider / Jannes Haupt
Donnerstag	19.00 – 20.30 Uhr	

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

E-Jugend (Jahrgang 2009/2010)

Montag	17.30 – 18.30 Uhr	Cornelia Haupt / Leticija Bresic / Vanessa Woschek
Freitag	17.30 – 18.30 Uhr	

D-Jugend (Jahrgang 2007/2008)

Montag	17.30 – 19.00 Uhr	Cornelia Haupt / Moritz Kerscher / Dennis Huber
Mittwoch	18.15 – 19.45 Uhr	(H.-Köhler-Schule)

C-Jugend (Jahrgang 2005/2006)

Montag	18.30 – 20.00 Uhr	Sissa Stenzel / Darja Pfeiffer
Mittwoch	17.30 – 19.00 Uhr	

B-Jugend (Jahrgang 2003/2004)

Dienstag	18.45 – 20.15 Uhr	Igor Ziegler
Mittwoch	18.00 – 19.30 Uhr	

Handball Trainingszeiten gemischt Kidz II (Jahrgang 2013 und jünger)

Freitag	16.00 – 16.45 Uhr	Claudia Schroiff, Diana Hebel

Kidz I (Jahrgang 2011 bis 2012)

Freitag	16.45 – 17.30 Uhr	Claudia Schroiff, Diana Hebel

Koordinationstraining

Freitag	16.00 – 17.30 Uhr	Sandro Catak

Aktionen für drinnen und draußen!

Liebe Kinder, liebe Eltern!

Ich hoffe, dass es Euch und Ihnen gut geht! Leider kann das Kinderturnen auch weiterhin nicht in der gewohnten Art und Weise stattfinden. Die aktuell geltenden Abstandsvorgaben und Hygieneregeln lassen dies immer noch nicht zu.

Jedoch habe ich verschiedene Ideen zusammengestellt, um Euch die nächsten Wochen in sportlicher Art zu verschönern. Gerne könnt ihr diese verändern, ausbauen, umbauen wie es gerade für Euch passt.

Ideensammlung

- **Luftballonvolleyball** spielen, dies kann mit und ohne Netz umgesetzt werden. Wer kein Netz hat kann auch ein Seil, einen Pulli, eine Decke oder ähnliches auf den Boden legen.

- einen **Bewegungsparkour** bauen, auf einer Wiese können ver. Stationen ohne großen Aufwand aufgebaut werden. Beispiele: Über Äste springen, Tannenzapfenweitwurf, über eine zusammengefaltete Decke balancieren (auch mit geschlossenen Augen ausprobieren), an Mama und Papa hochklettern, wie eine Schlange über den Boden schlängeln, ...

Das Gleiche funktioniert auch auf einem Spielplatz: Wer schafft es das Klettergerüst am Höchsten zu erklimmen, wer kann als Schnellster bis zur Rutsche und zurücklaufen, wer buddelt das tiefste Loch im

Sandkasten, wer kann ohne runterfallen über die Mauer, den Balken oder ähnliches balancieren, ...

- mit oder ohne Lupe eine **Entdeckungsreise** im Garten, auf der Wiese, am See, querfeldein durch den Wald machen. Welche Pflanzen und Tiere entdecke ich? Das kann man mit der eigenen Familie machen oder mit einer befreundeten Familie und anschließend zusammen picknicken.

- Ein **Brettspiel selbst gestalten** (Unterlage könnte Holz oder Pappkarton sein, natürlich geht auch ein großer Bogen Tonpapier). Auf der Unterlage wird ein Start und Zielfeld festgelegt wie auch eine entsprechende Anzahl an Spielfeldern (z.B. 20 oder 35 oder nach Belieben). Dann kann das Spielbrett mit Buntstiften, Wasserfarben, Fingerfarben o. ä. gestaltet werden. Um das Ganze interessanter zu machen, kann man Spielfelder mit Sonderfunktionen/ Varianten ein- bauen:

1. ver. Spielfelder: 2x würfeln/ gehe drei Felder zurück/setze einmal aus, o.ä.
2. Spielfelder mit Bewegungsaufgaben: mache 10x Hampelmann/ 5x Kniebeuge/ krabbel 3x um den Tisch, o.ä.
3. Spielfelder mit Aufgaben wie: Erzähle einen Witz, schneide eine Grimasse, singe ein Kinderlied o.ä.

- Ein **Pantomime-Spiel** spielen: Benötigtes Material: Stift, Zettel, eine Dose und einen Timer. Jeder Mitspieler soll sich 3 bis 4 Begriffe überlegen, die durch pantomimische Bewegungen dargestellt werden können (es können Gegenstände



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.

aber auch Berufe, Sportaktivitäten, Alltagssituationen wie Einkaufen gehen usw. sein). Dann schreibt jeder Spieler jedes gefundene Wort auf einen Zettel, faltet diesen zusammen und wirft ihn in die Dose. Wenn sich alle Zettel in der Dose befinden und gut durchgemischt sind, kann das Spiel starten. Der erste Spieler soll einen Zettel ziehen und hat eine begrenzte Zeitspanne, um das Wort durch Bewegungen darzustellen (je nach Alter und Anzahl der Teilnehmer kann die Zeit variiert werden)

- **Eine Indoor- oder Outdoor - Schatzsuche:** Benötigtes Material: Stift, gleiche Anzahl an Zettel mit Rätselfragen und Buchstaben, Glas- oder Plastikdosen.

Für die Vorbereitung dieser Aktivität sollte man sich überlegen, wie viele und welche Räume oder welches Terrain zur Verfügung steht. Ebenso sollte man sich Gedanken zum Endpunkt machen, denn die Buchstaben ergeben am Ende ein Schlüsselwort, das den Ort nennt, an dem sich der Schatz befindet (z.B. S.O.F.A). Der Schatz kann aus Süßigkeiten oder etwas anderem bestehen. Damit die Kinder mit der Suche anfangen können, muss ihnen der Spielleiter die erste Rätselfrage stellen.

Die Formulierung der Rätselfrage hängt vom Ziel ab bzw. vom Raum, in dem die Kinder suchen sollen (man kann die Farbe, die Funktion des Raums usw. beschreiben: "Ich werde nur zum Arbeiten besucht und außer meines Besitzers darf niemand bei mir bleiben. Wer bin ich?" Antwort: Das Büro usw.). Aber man kann auch eine kleine Karte der Umgebung zeichnen. In jedem Raum/ Ort werden ein Buchstabe und die nächsten Hinweise versteckt. Man

kann diese so oder in einem Glas bzw. einer Plastikdose verstecken.

- **Puste-Parcours** herstellen: Benötigtes Material: Kreppklebeband, Tischtennisbälle, ggf. Becher. Mit dem Klebeband werden verschiedene Strecken auf den Boden/ Tisch geklebt, durch die später der Ball befördert werden soll. Endet die Strecke auf einem Tisch, kann als Ziel ein Becher an die Tischkante als Ziel geklebt werden.

Hier noch ein paar Links zur Inspiration:

Für alle Bastler:

<https://madmoisell.com/diy>

Für alle, die schon immer mal Seifenblasen selbst herstellen wollen:

<https://www.bastelstunde.de/seifenblasen>

Auf der Seite der mobilen Spieleaktion Karlsruhe (<https://mobi-aktion.de/>) findet ihr viele Ideen zum Selbermachen und Bewegen. Aber auch Aktionen der mobilen Spieleaktion sind dort aufgeführt, die ebenfalls immer mit viel Bewegung verbunden sind.

Für Regentage ist die Sportstunde mit den Basketballern von Alba Berlin zu empfehlen. Dort findet ihr für alle Altersklassen Bewegungsideen zum Ausprobieren und Nachmachen.

<https://www.youtube.com/channel/UCNAj17FO6CxUU5v6wO7kPfQ>

Ich wünsche Euch viel Spaß damit und hoffe, dass wir uns bald wiedersehen!

Passt auf Euch auf! Bleiben Sie gesund!

Liebe Grüße
Sabine Rakutt



Liebe Turnkinder, liebe Eltern,

wie so vielen geht es auch uns im Moment: Statt Berichte über vergangene und bevorstehende Wettkämpfe, Einblicken aus den aktuellen Turnstunden und einem Ausblick auf das Gaukinderturnfest, können wir euch allen nicht sagen, wann es wie weitergeht.

Der Badische und der schwäbische Turnerbund haben zusammen mit der Kinderturnstiftung Baden-Württemberg ein Angebot geschaffen, um Bewegung in den Alltag ohne Schule und Kindergarten zu bringen, das wir gerne an euch weitergeben wollen. Sie stellen regelmäßig „Bewegungspäckchen“ zur Verfügung – leichte und teilweise bekannte Spiele, die mit wenig Material einfach zuhause oder im Garten gespielt werden können. Im Anschluss findet ihr eine der Beschreibungen. Weitere gibt es auf der Webseite des Badischen Turnerbunds (einfach Bewegungspäckchen in der Suche eingeben oder

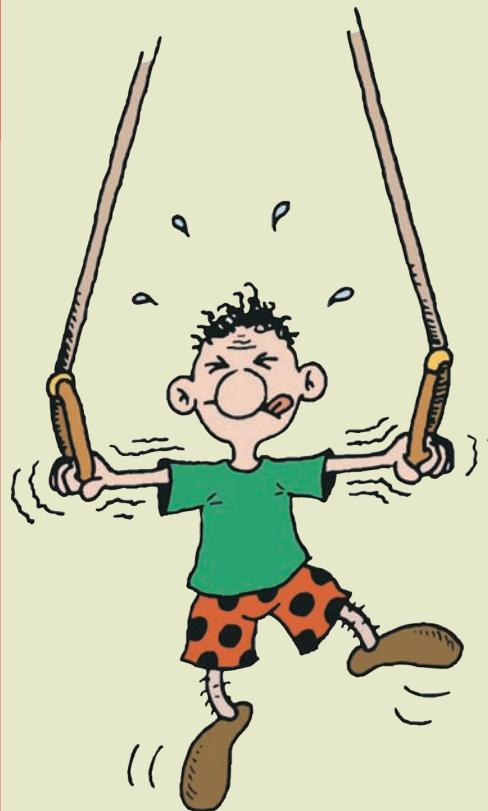
https://www.badischer-turnerbund.de/verband/medien/newsarchiv/detailansicht/news/bewegungspaeckchen-fuerkinder/?tx_news_pi1%5Bcontroller%5D=News&tx_news_pi1%5Baction%5D=detail&cHash=eefb1501657da61f5efa70bf17b37b95 und auf der Facebook-Seite.

Vielleicht hat der oder die Eine oder Andere von euch Lust uns an euren Spielen – entweder aus den Päckchen

oder Turnen in freier Natur – teilhaben zu lassen. Schickt uns gerne Bilder oder Berichte

(caren.soehner@tsv-rintheim.de) und sagt uns, ob ihr damit einverstanden seid, dass wir sie im nächsten Sportecho abdrucken.

Viel Spaß beim Toben – egal ob mit oder ohne Päckchen und wir freuen uns alle schon darauf euch wiederzusehen.



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

Jahresbericht Handballabteilung Saison 2019 / 2020

Am 12. März traf uns die Nachricht des Lockdowns mitten im Saisonendspurt ins Handballherz. Von heute auf morgen mussten auch die Sportvereine sämtliche Aktivitäten stoppen.

Viele unserer Jugendmannschaften hatten sich hervorragende Ausgangspositionen geschaffen, um am Saisonende ganz oben mitspielen zu können.

Leider kam es ganz anders, wie wir alle wissen.

Mittlerweile haben wir so weit möglich und im Rahmen des Erlaubten den Trainingsbetrieb wieder aufgenommen, um hoffentlich in absehbarer Zeit wieder voll durchstarten zu können.

Bis dahin heißt es, geduldig zu sein, und vor allem dem Verein treu zu bleiben.

Was bis dahin geschah:

Die bisher gespielte und dann abgebrochene Saison wurde nach einem ausgeklügelten Punktesystem gewertet:

Sowohl die männliche E2-Jugend, als auch die weibliche E-Jugend konnten in der Bezirksliga jeweils den 5ten Platz erringen, was im Hinblick darauf, dass fast ausschließlich die jüngeren Jahrgänge am Start waren, eine tolle Leistung war.

Die männliche E1 hat sich ungeschlagen den inoffiziellen Bezirksmeistertitel geholt.

Unsere männliche D-Jugend wurde in der Landesliga zwar nur 9ter, aber auch hier

war fast ausnahmslos der junge Jahrgang am Start, der sich für die kommende Runde in der gleichen Liga somit viel Erfahrung holen konnte.

Die weibliche D-Jugend machte es der ME1 gleich und errang ebenfalls ungeschlagen die Bezirksmeisterkrone.

Die männliche C-Jugend belegte einen beachtlichen dritten Platz in der Badenliga. Dies ist die höchstmögliche Liga in dieser Altersklasse. Auch unsere weibliche C-Jugend hielt in der Badenliga hervorragend mit und wurde 5ter.

Den dritten Titel der Saison holte sich mit nur einer Niederlage die weibliche B-Jugend in der Bezirksliga.

Unsere männliche B-Jugend erreichte nach gutem Saisonauftakt letztendlich den 9ten Platz in der Badenliga, was allerdings auch einigem Verletzungsspech geschuldet war.

Die männliche A-Jugend landete in der Landesliga auf Bronze. Eine weibliche A-Jugend hatten wir nicht am Start.

Im jeweils 2ten Jahr unserer Frauen 2 in der Landesliga und der Frauen 1 in der Badenliga wurde als Saisonziel ausgegeben, zumindest nichts mit dem Abstieg zu tun zu haben. Danach sah es allerdings lange Zeit nicht aus, bis beide Mannschaften mit beachtlichen Siegesserenen dieses Ziel doch noch erreichen konnten.

Unsere Männer 2 sicherten sich in der Bezirksliga einen wichtigen 5.Platz, der dazu berechtigte, nach der Neuauflistung der Bezirke in der höchsten Bezirksliga 1 weiterhin mit dabei zu sein.



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

Unsere Männer 1 konnten letztendlich ihr erklärt Saisonziel, endlich in die Verbandsliga aufzusteigen, mit Bravour bewältigen. Lediglich eine Niederlage stand zu Buche.

Qualifikationsrunden, in denen die Jugendmannschaften ihre Ligazugehörigkeit für die kommende Saison ermitteln, fanden keine mehr statt.

Hier wurden die Mannschaften aufgrund ihrer Vorjahresergebnisse zur neuen Saison „gesetzt“.

Als nun mittlerweile 4. Badenligamannschaft im Juniorenbereich wird unsere weibliche B-Jugend die neue Saison in Angriff nehmen.

Alle anderen Mannschaften werden nach derzeitigem Stand in der Liga spielen, der sie auch der vergangenen Saison angehörten.

Die schon traditionell zum Saisonende anstehende Abschlussfahrt am vorletzten Juni-Wochenende musste abgesagt werden, auch unser Sportfest kann leider nicht stattfinden.

Für die letzte Ferienwoche der Sommerferien hoffen wir nun noch darauf, dass zumindest das Handballcamp in irgendeiner Form durchgeführt werden kann.

Olaf Hebel

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:
Stephanstr. 16b, 76316 Malsch,
Inhaber: Michael Grom e.K.

aluplast®
Kunststoff-Fenstersysteme

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



Männliche A-Jugend



Männliche B-Jugend

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



Männliche C-Jugend



Männliche D-Jugend



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 Fahrgastinformationsysteme 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



Männliche E1-Jugend



Weibliche B-Jugend



Männliche E2-Jugend

SCHÜCO  **ARMBRUSTER**

Hochwertige Bauelemente aus Kunststoff und Aluminium

Fenster | Haustüren | Wintergärten | Schiebetüren | Pfosten-Riegel-Fassaden



 0721 - 62 35 90 www.armbruster-fenster.de

Armbruster Bauelemente GmbH&Co.KG
An der Rossweid 6 | 76229 Karlsruhe | info@armbruster-fenster.de



easy2drive
FAHRSCHULE · STEFFEN DENKER

Deine Fahrschule in **KARLSRUHE**

RÜPPURR
Raststatter Str. 68
76199 Karlsruhe

NORDWESTSTADT
Heinrich-Köhler-Platz 6
76187 Karlsruhe

Einfach sicher fahren!

0721 840 980 85
www.easy2drive.de

50 Euro GUTSCHEIN *
Für Vereinsmitglieder

***** TSV Rintheim Vereinsmitglieder erhalten 50 Euro Nachlass auf den Grundbetrag der Klasse B/A. Gültigkeit bis 30.6.2020



Gang- und Laufanalyse

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

Dauer: 1 Stunde

Anamnese
Schmerzanamnese

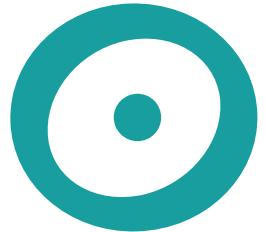
Videoanalyse
Fuß-Scan

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



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

Saisonziel erreicht – Klassenerhalt!

Ja okay, es gab keine sportlichen Absteiger, aber wir wollen uns eben an den kleinen Dingen erfreuen! Und wenn uns die letzten Spiele vor Saisonabbruch eins gezeigt haben, dann, dass wir mehr können als „nur“ Platz 8 bzw. 7! Mit zuletzt vier Siegen in Folge und dem 27:19 Erfolg im Pokal lieferten die Damen 1 eine Vorstellung par excellence nach der anderen ab. Und auch die zweite Mannschaft steigerte sich sukzessiv. Mit drei Siegen hintereinander und der Domestizierung der Rhein-Neckar-Löwen bewies sie, was sie auf dem Kasten hat.

Nun hätte eigentlich die Zeit der Rasenrunden und Beachbegegnungen beginnen sollen. Was für die einen nur eine Möglichkeit bietet nach der trainingsfreien Zeit nicht auszusehen wie Grill den Henssler-Juror Reiner „Calli“ Calmund vor seiner Body-Revolution, ist für die anderen das Lebenselixier des Amateurhandballs! Doch das jährliche Sportfest des TSV mit all seinen (nicht-) athletischen Annehmlichkeiten fällt dieses Jahr wohl flach, das spritzige Radler für Zwischendurch genießen wir zu Hause.

Um in der Vorbereitungs-Vorbereitung dennoch nicht vor uns hin zu fermentieren kursiert, ganz wie es die Sitte verlangt, ein Trainingsplan unseres Motivations-Gurus Bene. Fitnessübungen und Laufeinheiten, die die Sinne stimulieren und die Muskeln malträtieren. Wem das noch nicht reicht, der verlegt dann einfach schnurstracks die Halle ins Wohnzimmer. Ob dabei eine

Vase zu Bruch gegangen ist? Nicht nur eine. Ob wir unseren Familienmitgliedern/Partnern/ Mitbewohnern und Haustieren den letzten Nerv geraubt haben? Ganz bestimmt sogar! Aber das macht die Vorfreude auf den Moment, in dem wir wieder richtig trainieren dürfen nur umso größer (und zwar für alle Beteiligten)!

Währenddessen ist die Planung für die neue Saison in vollem Gange. Wir freuen uns auf einige Neuzugänge in beiden Mannschaften und, aber vor allem, dass für die kommende Saison wieder eine weibliche A-Jugend für den TSV gemeldet ist. Wir hatten vergangene Saison schon das Vergnügen einige der Mädels in den Trainingsalltag der Damen 2 mit einbinden zu dürfen und wollen ihnen einen lockflockigen Einstieg in den Aktiven-Bereich ermöglichen. Wir freuen uns drauf!

Die hallenfreie Zeit neigt sich irgendwann dem Ende, allegro ma non troppo. Bis dahin müssen wir uns allerdings noch ein bisschen in Geduld üben und anderweitigen Teambuildingmaßnahmen nachgehen. Was das genau bedeutet, kann sich jeder selbst überlegen!

Wie Calli so schön sagte: „Wichtig ist, dass wir auch kämpferisch überzeugen und nicht nur Eiskunstlauf machen.“ Hoffentlich ist die auf Eis gelegte Zeit tatsächlich bald vorbei und wir können wieder ein paar Buden werfen. Die Fingerspitzen kribbeln jedenfalls schon!

**Bis dahin, bleibt gesund!
Eure Damen 1+2**

Sporthofmann
Leopoldshafen
Seit 1986

www.sporthofmann.de Tel.: 07247/21055

 **Carlsruher Sonnenuhren**

**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,- €



Moinsen, Grüß Gott und Hallo!

Wir haben uns alle lange nicht gesehen und da fragt man sich natürlich schon - was treiben die Jungs von den Rintheimer Raketen eigentlich so?

Tja, für die, die es noch nicht mitbekommen haben - wir sind wirklich aufgestiegen! Natürlich musste daraufhin die ein oder andere Seccoflasche geploppt werden und einige Liter Siegerpils den Rachen hinuntergeschüttet werden. Alles natürlich strikt nach Vorschriften, aber wer sagt denn daß eine virtuelle Feier nicht auch Spaß machen kann. Uns hätte natürlich eine große Feier in unseren Katakomben mit euch allen zusammen hundertmal mehr gefallen, aber dann holen wir das eben mit einer riesigen Auftaktfete in die neue Verbandsligasaison nach!

Jetzt heißt es aber erstmal durchatmen - wenn ihr denkt, dass nur auf der faulen Haut gelegen wird, dann habt ihr euch getäuscht. Unser Athletiktrainer Daniel sorgt mit brillanten Videos, mit fesch geschnittener Frise, jede Woche für neuen Trainingsinput, den wir alle stante pede in den eigenen vier Wänden in die Tat umsetzen. Somit halten wir uns frisch und bereit und schielen mit großer Vorfreude auf den geplanten Trainingsstart am 30.06. ! Je nach Auflagen starten wir dann mit mehr oder weniger Körperkontakt in die Vorbereitung, in der wir unsere Körper stählen und unseren Geist schärfen wollen, um euch auch in der neuen Runde das ein oder andere Schmankerl zu liefern. Solltet ihr Trainingsmotivationen oder Tipps und

Tricks haben wie man sich fit und fidel hält, dann nichts wie ran an den Speck! Schickt uns eure Ideen, Motivationsvideos oder was euch sonst so einfällt über unsere Social Media Kanäle oder schickt uns einen klassischen Brief, natürlich mit Feder geschrieben. Wir freuen uns über jede Hilfe und hoffen, euch alle wieder gesund und munter in unseren Hallen wiederzusehen und mit euch eine einmalige Runde zu eröffnen.

Bis dahin wünschen wir euch beste Gesundheit, macht das Beste aus der Situation und sammelt schon mal genügend Durst und Energie für eine aufreibende Hallenrunde!

Eure Herren 1



Den Sommer so richtig genießen!

An der frischen Luft lässt man die Schnelllebigkeit des Alltags am besten hinter sich. Unsere Sonnenterrasse lädt Sie zum gemütlichen Verweilen ein. Hier entspannen Sie bei kühlen Getränken und leckeren, frisch zubereiteten Gerichten. Machen Sie sich den Sommer schön!

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

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**

Herren 2

Aufgrund der aktuellen Begebenheiten blickt die Herren 2 diese Runde auf eine verkürzte Saison zurück. Unabhängig von der Dauer konnte das Team um Trainergespann Sebastian Spitz und Steffen Schilling dennoch die Runde sehr erfolgreich gestalten. Als die Mannschaft vergangene Spielzeit direkt wieder in die altbekannte Bezirksliga aufsteigen konnte, hatte man es sich als Ziel gesetzt, sich im oberen Mittelfeld zu platzieren.

Nach anfänglichen Startschwierigkeiten, bei denen man sich des Öfteren knapp geschlagen geben musste, konnte sich das Team stetig steigern, so dass man gegen Ende der Runde Spiele gegen Tabellennachbarn auf Augenhöhe bestreiten und

diese letztlich auch für sich entscheiden konnte. Nach Abbruch der Saison konnte sich das Team den fünften Platz verbuchen und erreicht damit das gesteckte Ziel. Jetzt bleibt nur noch zu hoffen, dass es zum September wieder weitergehen kann.

In der dann neuen Ligakonstellation möchte das Team wieder neu angreifen und an letzte Erfolge anknüpfen. Bis dahin hoffen wir, dass alle Fans, die uns die Runde über tatkräftig unterstützt haben, gesund bleiben und auch in der kommenden Spielzeit weiterhin für Stimmung sorgen.

Lars Knochenhauer



**Vielen Dank für
10 Jahre Vertrauen.**

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

www.gesundheitszentrum-ostring.de



**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

Faustball

Die bisherige Feldsaison der Rintheimer Faustballer verlief mehr als nur frustrierend. Noch kein einziger Zähler befindet sich auf dem Punktekonto der Rot-Schwarzen. Noch schlimmer wiegt der Fakt, dass die Angreifer noch nicht einen Ball im gegnerischen Feld verwandeln konnten und auch die Abwehr bisher noch keinen einzigen Angriff eines Gegners abwehren konnte. Das Saisonziel „Aufstieg in die Verbandsliga“ rückt in unerreichbare Entfernung und die Erste muss sich erneut mit einem Klassenverbleib begnügen.

Wenn man Abteilungsleiter Andreas Raupp fragen würde woran es denn gelegen hat, kämen vermutlich fadenscheinige Ausreden wie „die Feldsaison wurde vom Verband abgesagt“, „im Jahr 2020 hat noch kein einziger Faustball den heimischen Rasenplatz berührt“ oder „seit Mitte März wird nicht trainiert“.

Da die Faustballer jedoch mustergültige Sportler sind und unbedingt vermieden werden soll, dass die Quarantänebäuche eine Trainingswiederaufnahme stark erschweren, halten sich die einzelnen Faustballer auf unterschiedlichste Arten fit.

Einige Mitspieler entdeckten unerwartete Talente und versuchten sich als Heimwerker. Sobald auch nur ein einziger Nagel getroffen wurde, sprach man natürlich von der heimischen Baustelle und seinem Heimwerk-Projekt. Hoffentlich sind bis zu einem möglichen Trainingsbeginn noch alle Finger dran und alle Schwellungen von abgerutschten Hammerschlägen abgeklungen. Ob Schlagmann Jürgen Mit-

schele auch in Zukunft den Anzug gegen einen Blaumann tauscht, bleibt trotzdem abzuwarten.

Genauso großer Beliebtheit erfreute sich der heimische Garten. Die grünen Dauermen wurden tief in die Beete gesteckt, um Nachbarn mit farbenfrohen Blumen zu beeindrucken und um Gemüse, das einem zwar nicht schmeckt, aber einfach zu züchten ist, anzubauen. Lukas Musso kann hiervon sicherlich ein Lied singen, da er bereits hauptberuflich im Gartenbau arbeitet. Simon Gliniorz hingegen hat sich zu tief in die Botanik eingelesen und versuchte durch aktive Photosynthese seinen Stoffwechsel zu optimieren.

Der Autor dieses Berichts versuchte sich mit Hilfe von Youtube Tutorials an Gymnastik und Fitness. Das unkoordinierte Getanze vor dem heimischen Fernseher führte leider eher zur Belustigung der Freundin und Verwunderung des Hundes. Eine Teilnahme an den Fitness- und Gesundheitssportsangeboten des TSVs wären zwar wünschenswert und zielführend, ist aber unwahrscheinlich.

Sport wurde tatsächlich auch noch getrieben. Matthias Hufnagel zum Beispiel schaffte die 10km Joggen in Rekordzeit und die eigene Freundin mutierte zur Personal Trainerin. Manche nennen sie seitdem nur noch „Die Schleiferin“ oder auch „Maja Magath“. Radtouren bis in die Goldstadt Pforzheim waren somit kein Problem, wobei hierfür extra eine Arbeitskollegin angebettelt werden musste, um einen fahrbaren Untersatz für die Strecke zu organisieren. Den eigenen fahrbaren Untersatz musste auch Ernst Hartl erst



**Fritz Bierhalter
Getränke-Fachgroßhandel GmbH**

An der Rossweid 9

76229 Karlsruhe

0721-95057-0 FAX 0721-95057-13

www.bierhalter-getraenke.de

einmal entstauben um sich insgesamt 400km rund um Karlsruhe zu quälen. Fitnessmodel Frederic Wochner kann sich definitiv kein Gramm Fett am gestählten Körper erlauben und konnte sich durch „etwas Einfallsreichtum und Motivation im Gym“ der Arbeitsstelle und der WG gut fit halten. Seine Reaktionsschnelligkeit trainierte er hingegen, indem er das Fechten für sich entdeckte. Der Rest der Mannschaft hofft inständig, dass er sich trotz „etwas Einfallsreichstum und Motivation im Gym“ vor lauter Muskelmasse noch bewegen kann und dass sein Bizeps zum Angabenschlagen nicht zu groß ist.

Der größte gemeinsame Nenner der Faustballer war wohl das einsame Geselligsein. Pascal Polzer brillierte im einarmigen Reißen in der Halbliterklasse. Freddy Wochner demütigte WG-Mitbewohner beim Bierpong und Christian Sauter vergrößerte sein Fußball- und Allgemeinwissen beim Online-Kneipenquiz.



(Iron = engl. für Bügeleisen)

Dennoch hoffen alle Faustballer, dass sie bald wieder auf den Platz können und sich bei ihrem Lieblingshobby austoben können.

Hoffentlich passiert das zeitnah, da manche Faustballer schon Wahnvorstellungen bekommen und mit Klopapierrollen im Garten spielen oder ihre gestählten Iron Fists zum Bügeln benutzen:

Die Faustballer wünschen allen Mitgliedern des TSV Rintheims und deren Familien viel Gesundheit!

Christian Sauter



Zeigen,
was in mir
steckt?

Kann 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



Stadtwerke
Karlsruhe

Besser versorgt, weiter gedacht.

Liebe TSV-Seniorinnen und Senioren,

das Coronavirus hat innerhalb ganz kurzer Zeit auch unsere für 2020 geplanten Ausflüge in Frage gestellt. Es bringt Verordnungen und Regeln mit sich, die nicht nur unser Vereinsleben ganz schön begrenzen.

Man sollte das jedoch auch positiv sehen. Ausgangsbeschränkungen, Versammlungsverbote etc. führen uns zu Arbeiten, die wir sonst zu Hause immer auf die lange Bank geschoben hätten.

Bei unseren Ausflügen bringen wir fast immer an die 30 Teilnehmer*innen auf die Beine, und damit können wir nicht mehr unterwegs sein. Wir sind zwar eine Vereinsfamilie, doch mit mehr als zwei Personen beisammen zu sein, ist für uns trotzdem nicht erlaubt. Insofern haben wir zunächst einmal unsere Tour nach Kleinivilars abgesagt.

Ob wir eine unserer Veranstaltungen überhaupt durchziehen können, ist nach dem jetzigen Wissensstand mehr als nur zu bezweifeln. Über den Stand der Dinge werden wir ja laufend durch die Medien informiert, und danach richten sich auch unsere Entscheidungen.

Wenn uns die Bundeskanzlerin oder auch der Herr Kretschmann grünes Licht geben, sind wir die Ersten, die unterwegs sind.

Jetzt wünschen wir uns alle, dass uns dieses Virus verschont und wir durch unser lobenswertes Verhalten gesund bleiben. Hier noch ein paar passende Verse:

**Vor Wind und Wetter, vor warm und kalt,
machten wir noch niemals Halt.
Doch das „Corona“ bremst uns aus,
wir bleiben zwangsweise zu Haus.**

**Alles wär’ ein schöner Traum,
doch jetzt ist er, man glaubt es kaum,
vorbei bevor er überhaupt begonnen,
und leider traumlos uns zerronnen.**

**Natürlich sieht das jeder ein,
denn krank will keiner von uns sein.
Doch dieses Virus, das ist klar,
bringt unser Leben in Gefahr.**

**Wir haben uns zwar alle gern,
doch besser ist’s wir bleiben fern.
Zurzeit hilft nur soziale Distanz,
daheim zu bleiben, voll und ganz.**

**Doch seh’n wir uns mal spazieren gehen,
bleiben wir mit Abstand stehen,
und wünschen uns aus gutem Grund:
„Steckt Euch nicht an und bleibt gesund“.**

Armin und Peter

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



Tennis in Zeiten der Corona Beschränkungen

Unser laufendes Hallentraining wurde durch das Betretungsverbot der Sportstätten ziemlich abrupt am 14.03. gestoppt. Vielleicht hätte man es ja schon Ende Februar vorausahnen können, aber da ja die Tennisspieler ein sehr optimistisches Volk sind (Tennistrainer sind übrigens in Sachen Optimismus geradezu unschlagbar), wollte niemand einen solchen Ausnahmezustand antizipieren. Umso schöner, dass Tennis als erste Spielsportart wieder unter diversen Auflagen von den Behörden zum 11.05. erlaubt wurde. Natürlich dürfen wir unsere Sportart nur outdoor betreiben, da dort das Infektionsrisiko bei Einhaltung der

54

Mindestabstände noch geringer erschien als sonst wo. Nach fast zwei Monaten Isolation sind wir also voller Glücksgefühle gepaart mit riesiger Motivation auf die rote Asche zurückgekehrt.

Das Umsetzen der Auflagen und das „Darauf hinweisen“ war für uns als Tennisabteilung ein großer Aufwand. So haben wir uns im Vorfeld der Eröffnung nur per Videokonferenz beraten können. Mit der frischen Energie des neu ins Amt gekommenen Abteilungsleiters Niko Körper und der bewährten Unterstützung durch Nicole Schattmann konnten wir die Frühjahrsinstandsetzung der Plätze, kleine Arbeitseinsätze bzgl. Corona Absperrungen, Hinweisschilder usw. organisieren. Mein Dank gilt der ganzen Abteilungsleitung, die es uns ermöglichte, schon Mitte Mai das erste Ass zu schlagen!

55

Spezielles Lob haben sich auch Max Schattmann und Stefan Schwarzwälder verdient, die den Corona-Lockdown zusammen mit verschiedenen Helfern für eine Komplettüberholung genutzt haben, Dutzende ehrenamtliche Stunden auf dem Gelände verbrachten und werkeln, was so anfiel oder über die Jahre mangels Zeit verschoben werden musste. So ist das durch Hagelschaden ramponierte Dach vom Pavillon repariert, die Bänke um das Hüttchen neu beplankt und in den Kabinen wurden sämtliche Sanitätarbeiten erledigt (neue Waschbecken, Armaturen, Siphons, Toiletttenbrillen, alles entkalkt ...) – kurzum: Super und vielen Dank!

Das erste Tennistraining im Freien war also für alle Mitglieder dieses Jahr ein ganz besonderes Erlebnis, da wir uns nach wochenlanger Isolation nicht nur sportlich betätigen konnten, sondern auch wieder erste Schritte auf geselliger Ebene machen durften. Ich war beeindruckt mit welcher Euphorie junge und ältere Spieler ins erste Tennistraining kamen. Für mich selbst einer der schönsten Momente in meiner Trainerkarriere. Froh bin ich auch darüber, dass alle wieder gesund zurückkamen und jeder sein Möglichstes tat, um jegliche Auflagen zu befolgen. Nochmal muss ich unserer Abteilungsleitung danken, dass alle Mitglieder mit Rundmails informiert und ich mit Desinfektionsmittel und Anwesenheitslisten versorgt wurden.

Momentan ist noch nicht sicher, ob wir dieses Jahr eine abgeänderte, verkürzte Spielrunde gegen andere Vereine ausrichten können, aber ich versichere, dass wir eine tolle Trainingsaison haben werden: Im Mittelpunkt wird also das Miteinander

stehen und unser „Zocken“ gegeneinander wird noch freundschaftlicher als bisher stattfinden. Es gibt wieder eine Vielzahl an Jugend und Erwachsenengruppen jeglicher Spielstärken.

Wer also noch diese Sommersaison beim Tennistraining teilnehmen, oder Mitglied der Tennisabteilung werden möchte, kann sich gerne bei mir persönlich unter lutz.may@gmx.de informieren.

Ich hoffe Dich bald auf dem Center Court zu sehen!

Lutz May

■ Individuelle Planung der Badsanierung mit 3D-Planung

■ Fliesen-/ Platten-/ Mosaikarbeiten

■ Altbau, Neubau, Reparaturarbeiten

Fliesenverlegung Ewald Muth



Stückeläckerstr. 5
76139 Karlsruhe
☎ (0721) 611483
info@fliesen-ewald-muth.de
www.fliesen-ewald-muth.de



**Wir begrüßen als
neue Mitglieder:**

Bader, Philipp Jan
Bottnert, Frida
Ewald, Wilma
Fuhrmann, Claudia
Götz, Lars
Huck, Martin
Kriesten, Marie
Lambrecht, Louisa
Matischok, Leila
Matischok, Lisa
Strand, Pepa
Verzieri, Johnny

**Ein Dankeschön den
Spendern:**

Florian Herr
Heike Heinrich
Doris Dreixler
Diana Kiemen-Hebel
Armbruster
Bauelemente
GmbH & Co.KG
Markus Elsner
Sabine Haupt
Olaf Hebel
Helmut Schuhmacher



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:

Leiterin der Geschäftsstelle: Susanne Anselment

Dienstag: 8.30 Uhr bis 11.30 Uhr

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:

TSV-Vereinsgaststätte:

Thorsten Rakutt · Tel.: 0174/9 58 71 74

Fam. Robert Tasev · Tel.: 0721/78 20 33 20

Vorsitzender des Hauptausschusses:

Vorsitzender des Verwaltungsrates:

Vorsitzender des Finanzausschusses:

Beauftragter für Senioren:

Beauftragte für Chancengleichheit:

Stefan Schwarzwälder

Gerhard Walther

Werner Reutter

Peter Alexander

Christa Stammherr

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



Wir leben Autos.

Vertragshändler



Vertragshändler

LANG

Weinweg 22
76131 Karlsruhe

Tel. (07 21) 96 25 00
WWW.123LANG.DE