

MTV INFO



DER MODERNE SPORTVEREIN MIT TRADITION
MTV-STUTTGART.DE

DAS MITGLIEDER-MAGAZIN DES MTV STUTTGART
1843 E.V.
92. JAHRGANG 03/2018

CHAMPIONSLEAGUE

MTV-Volleyballerinnen in der Königsklasse
Seite 55

EINWEIHUNG

Kunstrasenplatz / Kinderspielplatz
Seite 8

FRAU MIT FALSCHER ALTER

Eine unglaubliche Geschichte
Seite 18

VORTEILE FÜR MITGLIEDER

Die PROMOTION Vorteilswelt
Seite 28





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

Gedruckt | Digital | Interaktiv

Companies for Quality

gmähle-scheel

wirtz medien

schefenacker

cantz rolle

flyer4fun

digitaldruck

digital

art book

cantz*

wurzel medien

markom*

status



Glanzvolles MOTIV: Oben dabei sein

INHALTE

Herausgeber

MTV Stuttgart 1843 e.V. (8.850 Mitglieder)
Am Kräherwald 190 A / 70193 Stuttgart
+49 711 631887
service@mtv-stuttgart.de
www.mtv-stuttgart.de
Auflage: 8.000

Redaktion

Dr. Karsten Ewald
Ralf Prokop

Gestaltung

URBAN PROPAGANDA Communications GmbH
Gymnasiumstr. 43 / 70174 Stuttgart
+49 711 1285204 0
info@urban-propaganda.de
www.urban-propaganda.de
Titelfoto: Tom Bloch
www.tombloch.de

Herstellung

Wurzel Mediengruppe
Maybachstraße 18 / 71332 Waiblingen
+49 7151 2018 0
info@w-mg.com
www.w-mg.com

Redaktionsschluss für die nächste Ausgabe: 01.03.2019

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

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

KOSTENLOS
TESTEN!

03 Inhalt und Impressum

04 MTV Momente

Impressionen aus der MTV-Welt

06 Wort der Präsidentin

07 Danksagung

08 Platzeinweihung

09 Jubiläums-Briefmarken

10 Wir im MTV

11 Neu im MTV

13 Ehrungen und Ehrungsnachmittag

16 Geschmacksfrage

17 Hallenfrage

18 Die Frau mit dem falschen Alter

20 Fitnessstudio MOTIV

23 Sport aktuell

Die neuen Fitness- und Gesundheitskurse

28 Das Promotion-Magazin

33 Berichte aus den Abteilungen

60 Bauvorhaben

61 Termine

62 Partner des MTV Stuttgart



Oben dabei fühlen

Der MTV Stuttgart hat ein erfolgreiches Jahr hinter sich. In den ersten Bundesligen sind die Volleyballerinnen, Turnerinnen, Rollergirls und die Blindenfußballer ganz **oben dabei**. Das MTV-Trampolinteam wurde Deutscher Mannschaftsmeister und mit Eli Seitz holten wir sogar WM-Bronze an den Kräherwald. Doch manchmal geht es auch bergab. So war und ist es sehr schmerzhaft, sich von den Bundeligatur- nern zu trennen. Auf der Seite 50 habe ich dies begründet. **Oben dabei** zu sein, ist eben niemals einfach und nicht immer möglich. Aber man kann auch **oben dabei** sein, wenn keiner auf den allerhöchsten Podesten steht. So freuen wir uns auch über die vielen Siege und Erfolge unserer jungen Sportlerinnen und Sportler, die in zahlreichen Ligawettbewerben oder Wettkämpfen auf Stadt- und Landesebene ihr Können zeigen und **oben dabei** sein durften. Das Streben nach Leistung – egal auf welcher Ebene – ist eine wichtige Eigenschaft im Wettkampfsport. Zielorientiertes Tun, Teamfähigkeit und ein trainierter Körper sind wesentliche Grundlagen, um im späteren Leben **oben dabei** sein zu können, ob im Team, in der Partnerschaft, in der Gesundheit, beim Hobby oder im Beruf. Der Gesamtverein ist dann **oben dabei**, wenn er seinen vielen individuell verschiedenen Mitgliedern hochwertige Angebote und Programme bieten kann. Die wichtigsten Grundlagen sind hier ein qualifiziertes und motiviertes Personal sowie ausreichende und moderne Anlagen. Deshalb fühlen wir uns nach der Aufstockung im MOTIV auch wieder ganz **oben dabei**. Die Bauvorhaben des MTV haben wir auf Seite 60 kommentiert bzw. vorgestellt. Ich wünsche allen Mitgliedern und Freunden ein beschauliches Weihnachtsfest und für 2019 wünsche ich Ihnen, dass Sie sich, egal wo sie sind und was Sie tun oder vorhaben, möglichst oft **oben dabei** fühlen können.

Dr. Karsten Ewald / Geschäftsführer

MTV MOMENTE



Die SCHARrena im Volley-Rausch (Foto: Tom Bloch)



Die Spielerinnen im Freudentaumel (Foto: Tom Bloch)



Rückwärts auf den Balken (Foto: Chen Qingwei)



MTV Fußballer in Aktion (Foto: G.E. Bergmann)



Basketballerinnen im Angriff (Foto: G.E. Bergmann)

DAS T BLEIBT

TEXT ULRIKE ZEITLER, PRÄSIDENTIN



Liebe Vereinsmitglieder, Förderer und Freunde des MTV Stuttgart,

in meinem Vorwort in unserer Jubiläumsausgabe 175 Jahre MTV Stuttgart schrieb ich: „Die Gründungsväter (des MTV) von einst wären sehr stolz, wenn sie sehen könnten, dass ihr Verein heute mit zwei Bundesligamannschaften im Turnen zur deutschen Leistungsspitze zählt“. Der Männer TURN Verein Stuttgart. Unser Verein. Die Stadt Stuttgart holt die Turn-WM 2019 nach Stuttgart. Und dann die einstimmige Entscheidung des Vorstandes, dass wir uns mit unserem Männerteam aus der 1. Bundesliga zurückziehen. Es war eine kaum beschreibbare schwere Entscheidung für mich, auch emotional. Habe ich doch mit meinem MTV diesen enormen Stolz, Glück empfunden, als wir 2014 mit unserem Männer- und Frauenteam die deutsche Meisterschaft im Doppel gewonnen haben. Die Diskussion darüber, was einen Verein wie den MTV Stuttgart zu solch einem Schritt bewogen hat, und welche systemischen Mängel dem zu Grunde liegen, hat erst begonnen. Ich verweise hier auf die Stellungnahme unseres Geschäftsführers auf der Abteilungsseite Turnen. Natürlich bleibt unser erfolgreiches Frauenteam in der 1. Bundesliga. Und wir werden den Turnnachwuchs fördern. Das T im Namen bleibt.

Auch in einem weiteren Punkt hat sich der MTV Stuttgart klar positioniert. Wir sind uns im Vorstand einig, dass der sogenannte kommerziell ausgerichtete e-Sports, besser gesagt e-games, kein Sport ist, da - außer einem virtuellen Avatar - keinerlei motorische Bewegung stattfindet und mit unseren Werten nicht vereinbar ist. „e-Sports“ wird es unter meiner Präsidenschaft nicht geben!

Im Jubiläumsjahr hat der MTV Stuttgart sich einige Wünsche erfüllt: Nach der nun abgeschlossenen Aufstockung der Sporthalle im Feuerbacher Tal und der Erweiterung des MOTIVs mit neu-gestaltetem Eingangsbereich, konnten wir am 24.10.2018 den wunderbar modern gestalteten Spielplatz und den erneuerten Kunstrasenplatz am Kräherwald festlich einweihen.

Ich danke allen ehrenamtlichen und hauptamtlichen Mitarbeitern des MTV Stuttgart, die sich in diesem Jahr, das nun bald zu Ende geht, mit ihrem großen, unentwegten Einsatz für den Verein so sehr verdient gemacht haben.

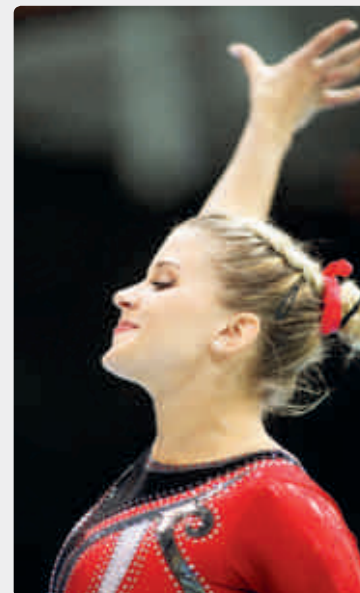
Für das bevorstehende Weihnachtsfest wünsche ich Ihnen, Ihren Angehörigen und Freunden eine schöne Adventszeit, frohe und erholsame Feiertage sowie einen guten Start ins neue Jahr, vielleicht unter dem Motto: „Die Körper wären nicht schön, wenn sie sich nicht bewegten“ (Johannes Kepler).

Ihre
Ulrike Zeitler

WELTMEISTERSCHAFTSBRONZE FÜR ELISABETH SEITZ



Die deutsche Meisterin Elisabeth Seitz gewann am 2. November in Doha ihre erste Medaille bei Turn-Weltmeisterschaften. Die 24 Jahre alte MTV-Turnerin gewann im Aspire Dome der katarischen Hauptstadt mit 14,600 Punkten die Bronzemedaille am Stufenbarren. Eli freute sich riesig über diese Medaille, denn als Weltcupsiegerin und Europamedaillengewinnerin hat ihr eine WM-Medaille noch gefehlt in ihrer sportlichen Edelmetallsammlung. Doch nach der WM ist vor der WM, denn die nächsten Weltmeisterschaften im Turnen finden 2019 in Stuttgart statt. Ihr größter Wunsch ist es nun, vor heimischem Publikum erfolgreich zu sein. Der MTV Stuttgart gratuliert zu dieser hervorragenden Leistung und wir freuen uns schon jetzt auf Stuttgart 2019, wo wir Eli mit großem Rückenwind nach vorne treiben wollen. Viele Erfolg und vor allem Gesundheit, liebe Eli, wir sind überzeugt, dass Du ganz vorne mitmischen wirst.



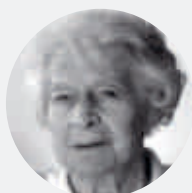
VERMÄCHTNISSE UND GEDENKEN

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



CLÄRE BAYER

Sept. 2001, 90 Jahre
MTV Stuttgart
erhält eine Wohnung



HEIDE BORD

März 2012, 100 Jahre
MTV Stuttgart
erhält 10.000 EUR



HELENE KOPF

November 2015, 94 Jahre
MTV Stuttgart
erhält 36.500 Euro



HEINZ ADAM

Februar 2016, 88 Jahre
MTV Stuttgart
erhält 25.000 Euro

GELDSPENDEN

Angelo Procopio	800,00 €
Eberhard Löblein	1.000,00 €
Town & Country Stiftung	1.000,00 €
Siegfried Hübel	100,00 €
Staatliche Toto-Lotto GmbH	500,00 €
Tanja Klein	200,00 €
Dr. Christiane Rehm	1.000,00 €
Holger Glass	250,00 €
Sport-Katzmaier GmbH	70,00 €
Dana Tibor	100,00 €
Volker Zeller	250,00 €
Renate und Bernd Bauer	150,00 €
SchwabenSport Management GmbH	3.400,00 €
Helmut Kirch EM	300,00 €
Gerhard Lang	100,00 €
Fellbacher Weingärtner e.G.	162,90 €
PRO ACTIV Reha-Technik GmbH	300,00 €
Sabine Grathwohl	50,00 €
Roland Teufel EM	500,00 €
Wilfried und Marget Schmid	400,00 €
Anna Buller	110,00 €

gesamt

10.742,90 €

SACHSPENDEN

Unfallopfer-Hilfswerk GmbH	110,00 €
Bagus Textile Werbung GmbH	2.030,00 €
gesamt	2.140,00 €

AUFWANDSSPENDEN

Michael Komminos	336,00 €
adVenture Perkins GmbH	238,00 €
gesamt	574,00 €

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

WIR SCHENKEN UNSEREN KINDERN ZWEI NEUE SPIELPLÄTZE

Der erste Spielplatz ist eingeweiht. Ein Platz für größere Kinder.

Der veraltete Spielplatz von 1965 wurde komplett abgerissen und völlig neu mit sehr hochwertigen Materialien gebaut. Hier laden nun neue Geräte Kinder ab 3 Jahren zum Spielen und Toben ein. Schauen Sie es sich einfach mal an.



Einweihung mit Fred Jürgen Stradinger (Sportkreispräsident), Dr. Martin Schairer (Bürgermeister) und Ulrike Zeitler (MTV-Präsidentin)

Der zweite Spielplatz ist in Planung. Ein Platz für kleinere Kinder und Kinder mit Handicap.

Kommt in Sichtweite der Gaststättenterrasse und wird den Raum zwischen Sport- und Parkplatz beleben. Hier soll es Bewegungs- und Spielangebote für kleinere Kinder geben sowie für Kinder mit Handicap (z.B.: Rollstuhlparcours und Netzschaukel). Die Eltern können hier ihre Kinder beobachten, wenn Sie im MTV-Restaurant einkehren, oder einfach dabei sein. Ein blickdichter Zaun grenzt den Spielplatz vom Parkplatz ab und gewährt den Kindern und Eltern Sicherheit.

Spenden

Wir konnten für beide Spielplätze bisher rund 23.000 Euro an Spendengeldern einsammeln. Hierfür herzlichen Dank an alle Spender. Die Gesamtkosten belaufen sich auf ca. 100.000 Euro. Deshalb ist die „Spendenkasse Spielplatz“ weiterhin geöffnet. Schenken Sie doch einfach mit. Nochmals herzlichen Dank.

PLATZEINWEIHUNG AM KRÄHERWALD

TEXT KARSTEN EWALD FOTO IBRAHIM TEKIN



Die Präsidentin mit Einweihungsgeschenken (Harald Müller, Dr. Martin Schairer, Ulrike Zeitler, Fred Jürgen Stradinger v.l.n.r.)



GF Ewald erläutert Sportkreispräsident Stradinger die Spielplatzphilosophie

Auf dem MTV-Gelände am Kräherwald hat sich im vergangenen Sommer einiges getan. Der im Jahre 2002 installierte Kunstrasenplatz war durch den überaus dichten Spielbetrieb in einem Zustand starker Abnutzung und auch der Kinderspielplatz aus den sechziger Jahren (hinter der Turnhalle) bedurfte dringend einer Erneuerung.

Im Sommer wurde hart gearbeitet und die Ergebnisse den wichtigsten Stuttgarter Sport-Repräsentanten vorgestellt. Präsidentin Ulrike Zeitler zeigte sich erfreut darüber, wie viele Entscheidungsträger aus Sport und Politik ihrer Einladung folgten. Sie begrüßte Bürgermeister Dr. Martin Schairer, Sportkreispräsident und Gemeinderat Fred Jürgen Stradinger und seinen Stellvertreter Werner Schüle, Gemeinderat Hans Pfeifer, den stellv. Sportamt-Leiter Horst Jesinger, den Vorsitzenden des Fußballbezirks Harald Müller und den Sportkreis-GF Dominik Hermet.

Neuer Kinderspielplatz

Der neue Kinderspielplatz (80 T€) wurde größtenteils vom MTV finanziert. Hierfür wurden Mitgliederdarlehen eingesammelt. Wir bedanken uns bei der Firma Xavin (siehe Kasten), die diese multiple Darlehensaufnahme in höchster Professionalität abwickelte. Xavin ist ein MTV-Premiumpartner. Der Spielplatz wurde aus wertvollen Naturmaterialien erbaut und soll die Kinder nachhaltig zum Klettern und Turnen motivieren. Die Nutzungsfrequenz und auch die Begeisterung der Kinder waren gleich nach

der Eröffnung enorm. Bald soll noch ein zweiter Spielplatz für kleinere Kinder und Kinder mit Handicap entstehen: ein Inklusionsplatz zum Kennenlernen und gemeinsamen Spielen. Wir bedanken uns auch hier für den städtischen Zuschuss von 30%.



Neuer Kunstrasenplatz

Die Stadt Stuttgart finanzierte die Erneuerung des Kunstrasenplatzes (250 T€), der mit hochwertigem Granulat verfüllt wurde. Die Kinder der Fußball Akademie waren nach erstem Test begeistert. Akademie-Leiter Georgios Metaxarakis sagte voller Freude: „Wir sehen diese hochwertige Erneuerung auch als Wertschätzung unserer Arbeit“ und Abteilungsleiter Friedrich Beck ergänzte: „Unsere 31 Fußballteams möchten sich heute sehr herzlich bei der Stadt Stuttgart bedanken.“



Wir glauben an Vereine.



Immer häufiger haben Vereine Probleme, wichtige Projekte zu finanzieren, um den wachsenden Anforderungen standzuhalten. Deshalb haben wir Xavin gestartet. Wir bieten Vereinen eine Plattform, um ihre Projekte Vereinsmitgliedern und Freunden vorzustellen. Diese können den Verein mit einem Darlehen unterstützen und erhalten dafür einen attraktiven Zins und eine emotionale Rendite. Positionieren Sie Ihr Vereinsprojekt bereits bei der Finanzierung **positiv, innovativ und öffentlichkeitswirksam.**

Kostenlosen Beratungstermin:
www.xavin.eu | inf@xavin.eu | 0157 – 728 862 57

JUBILÄUMS-BRIEFMARKEN



Zur Erinnerung an das 50 jähr. Jubiläum des Männerturnvereins 1893.

ANDENKEN ERWERBEN UND MTV FÖRDERN.

Zur Erinnerung an das Jubiläum gibt der MTV Stuttgart in Kooperation mit der BW Post einen Briefmarken-Sonderblock heraus. Es ist eine limitierte Auflage mit einem gewissen Sammlerwert. Auf 10 Briefmarken ist die Entwicklung des MTV Stuttgart, von den Anfangsjahren bis heute, veranschaulicht. Natürlich können diese Marken auch für den Postverkehr genutzt werden. Im MTV-Foyer am Kräherwald steht ein Briefkasten der BW Post, wo entsprechend frankierte Briefe eingeworfen werden können. **Das Besondere: Sie können diese Marken auch in vielen Jahren noch für den Versand eines Standardbriefes verwenden – egal wie sich die Portopreise entwickeln sollten.**

Der Sonderblock hat einen Briefmarkenwert von 6,70 Euro, also 10 Marken über jeweils 67 ct. für einen Standardbrief im nationalen Versand. Der MTV Stuttgart verkauft diese Sondermarken auf der Hauptgeschäftsstelle für 10 Euro. Die Käufer erhalten ein Andenken an das 175-jährige Jubiläum und spenden bei jedem Kauf 3,30 Euro an den Verein. Jeder kann nun Briefe mit den Motiven seines Vereins versenden, und sollte der Empfänger ein MTV-Mitglied sein oder einen gewissen MTV-Bezug haben, dann wird diesen das doppelt freuen. Nutzen Sie diese Chance.



WIR IM MTV STUTT GART



Bernd Schellenberg (75)

Welchen Sport treibst Du?

Prellball in der 1. Männerriege

Was gefällt Dir am MTV?

Mir gefällt vor allem das breite Angebot an Sportmöglichkeiten für Menschen in jedem Alter.

Wer sind Deine Vorbilder oder Lieblingssportler?

Vorbilder sind für mich alle meine Sportkameraden, die bis weit über 80 mit mir Prellball spielen.

Was machst Du außerhalb des MTV?

Seit mehr als 10 Jahren unterstützen meine Frau und ich ein kleines privates Waisenhaus in Omaruru (Namibia) durch den Verkauf von selbstgefertigten Pappmaché – Figuren.

Mein Lieblingsbuch?

Erzählungen von Hermann Hesse.

Mein Lieblingsessen?

Pasta-Gerichte in den verschiedensten Variationen.

Mein Ziel für die nächste Zukunft?

Auf jeden Fall fit bleiben durch regelmäßige sportliche Aktivitäten.



Kevin Grajales (9)

Welchen Sport treibst Du?

Fußball in der MTV-Fußball Akademie.

Was gefällt Dir am MTV?

Mir gefällt, dass ich viele Freunde gefunden habe und meinen Lieblingssport ausüben kann. Und natürlich die netten Trainer, die mir helfen, dass ich immer besser werden kann.

Wer sind Deine Vorbilder oder Lieblingssportler?

Ich bin Torspieler und mein Vorbild ist Manuel Neuer. Mein weiteres Vorbild ist Gianmarco Blacone.

Was machst Du außerhalb des MTV?

In die Schule gehen, schwimmen und „FIFA 18“ spielen.

Mein Lieblingsbuch?

Gregs Tagebuch.

Mein Lieblingsessen?

Schnitzel mit Pommes und Gambas.

Mein Ziel für die nächste Zukunft?

Ich möchte den Sprung in den E1-Kader schaffen und gute Noten in der Schule erreichen.



Joachim Terschawetz (62)

Welchen Sport treibst Du?

Fußball und Fitnessübungen zu Hause.

Was gefällt Dir am MTV?

Mir gefällt, dass die Fußball-Jugendtrainer sich alle untereinander gut verstehen, und dass nicht nur der Erfolg an 1. Stelle steht, sondern die Ausbildung und Entwicklung der Kinder.

Wer sind Deine Vorbilder oder Lieblingssportler?

Thomas Müller.

Was machst Du außerhalb des MTV?

Nachbarschaftshilfe, Schwimmen und Fahrradfahren.

Mein Lieblingsbuch?

Ich habe wenig Zeit und lese deshalb nur die Tageszeitung.

Mein Lieblingsessen?

Gemischter Braten mit Semmelknödeln und Rotkraut.

Mein Ziel für die nächste Zukunft?

Gesund bleiben, um den MTV weiter unterstützen zu können, was für mich wichtig ist und viel Freude macht.

NEU IM MTV STUTTGART

Allroundsport für Familien



Ab Mai 2019 bieten wir dienstags von 18.30-19.30 Uhr Allroundsport für Familien an. Alle Familienmitglieder (ab 7 Jahre) können verschiedene Leichtathletikdisziplinen erlernen und festigen. Auf dem Programm stehen aber auch Fitness, diverse Spiele und Schwimmen im MTV-Freibad. Gemeinsamer Sport soll einfach Spaß machen und zum Familienerlebnis werden. Am Schluss der Sommersaison besteht für alle die Möglichkeit, das Sportabzeichen zu absolvieren.

Allroundsport für ambitionierte Sportlerinnen und Sportler zwischen 18 und 45



Ab Mai 2019 bieten wir dienstags von 18.30-19.30 Uhr Allroundsport für ambitionierte Sportlerinnen und Sportler auf unserer Sportanlage Kräherwald an. Auf dem Programm stehen Leichtathletik, Fitness, Krafttraining, Sportspiele und Schwimmen. Am Schluss der Sommersaison besteht die Möglichkeit, das Sportabzeichen zu absolvieren. Dieses Angebot richtet sich an alle MTVler zwischen 18 und 45 Jahren. Leitung: Reiner Kranz



ENTDECKE DEINE ZUKUNFT!

- Berufl. Gymnasien
Wirtschaft/Soziales/Gesundheit
- Techn. + Kaufm. Berufskolleg
- Berufskolleg Fremdsprachen
- 1-jähr. Berufskolleg FH
(Voraussetzung: abgeschl. Berufsausbildung)

Internationaler Bund (IB)
IB Berufliche Schulen Stuttgart-Mitte
Heusteigstraße 90-92 · 70180 Stuttgart
Telefon 0711 6454-447
schulen-stuttgart@internationaler-bund.de

ib-schulen.de
gymnasium-stuttgart-mitte.de



Wir arbeiten gerne für Sie.

Innenausbauten

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

Schreinerei

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

Montagen

Montagen - Reparaturen - Einbauten Parkett - Kundendienst - Einbruchschutz.

KOPF

Immer dieser Schreiner

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

GESUNDNAH

Damit Sie gesund, fit und aktiv bleiben.

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

EHRUNGEN

Aus zwei verschiedenen Wahlen gingen zwei MTVler als Sieger hervor: Chantal Laboureur und Rolf Stängle. Wir sind stolz auf Euch.



Chantal Laboureur (MTV Stuttgart) spielt seit Jahren an der Beachvolleyball-Spitze (Foto: FIVB)

QR-Code scannen und ein kurzes Trainingsvideo anschauen

CHANTAL LABOUREUR ALS VOLLEYBALLSPIELERIN DES JAHRES GEWÄHLT

Leser des deutschen Volleyball-Magazins wählen die Volleyballer des Jahres. Bei den Frauen wurde 2018 in Abwesenheit von Olympia-siegerin und Weltmeisterin Laura Ludwig, die eine Babypause einlegt, erstmals **Chantal Laboureur (MTV Stuttgart)** gewählt. Die Abwehrspielerin gewann die Leserwahl vor Kira Walkenhorst, ihrer Partnerin Julia Sude, Cinja Tillmann und Sarah Schneider. Hinter dem QR-Code auf dem Foto steckt übrigens ein kurzes und amüsantes Trainingsvideo. **Der MTV Stuttgart gratuliert Chantal sehr herzlich zu dieser Wahl.**



Rolf Stängle, Württembergischer Jugendtrainer des Jahres (Foto: VLW)

DER WÜRTTEMBERGISCHE JUGENDTRAINER DES JAHRES KOMMT AUS DEM MTV STUTTGART: ROLF STÄNGLE

Auf die Ausschreibung des Freundeskreises des Württembergischen Volleyballs (FKWV) um den „Volleyball-Jugendtrainer des Jahres 2018“ wurden drei Bewerbungen in die engere Wahl genommen.

Der FKWV schreibt dazu:

„In allen drei Fällen haben die vorgeschlagenen Trainer eine herausragende tragende Rolle als Jugendtrainer in ihrem Verein inne. Sie sind engagierte und kenntnisreiche Träger einer lebendigen und gedeihlichen Entwicklung Ihrer Volleyballabteilungen. Darüber hinaus haben sie große Bedeutung für die leistungssportliche Ausrichtung ihrer Vereine. Alle drei stammen aus größeren oder großen Vereinen. So kam der über Jahre erfolgreich praktizierte Ansatz des FKWV, kleinere Vereine im Auge zu behalten und besonders zur

Jugendarbeit zu animieren, dieses Mal nicht zum Zuge.

Das Rennen gemacht hat Rolf Stängle, den man in seiner vielfältigen ehrenamtlichen Einsatzbereitschaft in der Volleyball Akademie Stuttgart (im MTV Stuttgart) als „Mädchen für alles“ bezeichnet werden kann. Er hat sich ganz dem Nachwuchsleistungssport im Verein und am Bundesstützpunkt verschrieben. Für die Entscheidung war besonders wichtig, dass er als Trainer bei den Jüngsten sehr erfolgreich war (2018 bei U12 und U13 weiblich jeweils württembergischer Meister). Seine Mitwirkung in der Organisation der Jugendabteilung ist vorbildlich und kaum zu toppen.“

Der MTV Stuttgart gratuliert sehr herzlich und ist stolz und froh, solche Trainer in seinen Reihen zu wissen.



Rolf Stängle mit seinen Volley-Girls (Foto: MTV)

EHRUNGSNACHMITTAG IM MTV AM 03.11.2018

MTV-Präsidentin Ulrike Zeitler würdigte am 03.11. ausgewählte MTV-Mitglieder für verschiedene Leistungen und Ehrungen im Rahmen unseres jährlichen Ehrennachmittags. Die Resonanz war gut und die MTV-Gaststätte Al Campo bis auf dem letzten Platz belegt. Es gab Kaffee und Kuchen, die Stimmung war gelöst.

Die wichtigsten Ehrungen

Zunächst wurde Rolf Stängle als Württembergischer Nachwuchstrainer des Jahres geehrt. Jörg Schenk, Vorsitzender des Freundeskreises des Württembergischen Volleyballs, hob die Leistungen von Stängle hervor und überreichte ihm und den MTV eine Geldprämie (siehe Vorseite). Als Ehrenmitglieder wurden jetzt Rüdiger Sommer und Wilfried Suchanek berufen. Die goldenen Ehren-Nadeln erhielten Bettina Wissmeier und Björn Roth. Eine Silberne Ehrennadel erhielt Florian Stoppel von der Fußballabteilung. Sonderehrungen

gab es für das Orga-Team des Frauentreff's mit Heinke Carstensen, Doris Kühner, Anke Roeder-Barz und Monika Welsch sowie für das Turnier-Team der Fußball Akademie mit Jochen Hug, Georgios Metaxarakis, Sebastian Sauter, Patrick Sauter, Dimitrios Tsiuplis, Karin Bayer, Beate Metaxarakis, Gianmarco Blancone, Franz Rudres, Dr. Klaus Luz, Dr. Michael Boutsakis und Wisi Jeziorski.

Und wie in jedem Jahr wurden auch die Vereins-Jubilare für ihre langjährige Mitgliedschaft geehrt. Alle waren sich einig: Es war wieder eine schöne und gesellige Veranstaltung.



Ehrung zum Nachwuchstrainer des Jahres



Ehrenmitglied Rüdiger Sommer



Ehrenmitglied Wilfried Suchanek

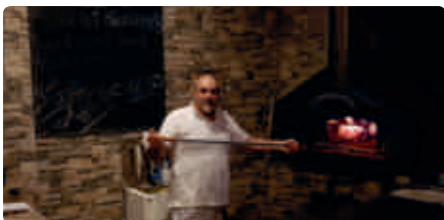


ÜBER GESCHMACK LÄSST SICH STREITEN, ODER NICHT?

TEXT KARSTEN EWALD FOTO AL CAMPO



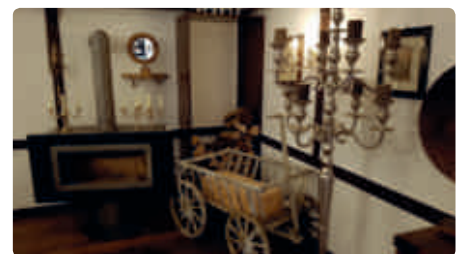
Geschmack hat viele Facetten: Will man essen oder trinken oder will man sich wohl fühlen? Soll das Auge Köstlichkeiten ahnen oder lokale Harmonie genießen oder das Exorbitante – oder alles zusammen? Egal, denn Geschmack ist enorm vielfältig und so individuell verschieden, dass es sich über Sinneseindrücke sprichwörtlich trefflich streiten lassen soll. Im MTV-Restaurant „Al Campo“ fällt das Streiten schwer. Ein Blick auf die Speiskarte reicht nicht, denn man sollte sich darin vertiefen, oder besser: sie erschmecken, um den Erfolg des „Al Campo“ zu verstehen. Alle Gerichte werden mit Originalzutaten ohne Geschmacksverstärker zubereitet, von Meistern des italienischen Kochens. Nein, ich übertreibe nicht, denn wenn der Gaumen den ständig wechselnden Spezialitäten vielfach verfallen ward, dann übertreibt man nicht mehr. Irgendjemand hat gesagt, einen guten Italiener erkenne man am Vitello Tonnato. Dieses soll hier wirklich sehr gut sein, doch ich liebe eher die Linguine al Cartoccio, wo die Meeresfrüchte frisch auf der Zunge zergehen, oder die unvergleichliche Zuppa di Pesce oder die äußerst schmackhaften Nudelkreationen mit Gans oder Wildhase, oder die Pizza Al Campo aus dem Holzofen,



oder, oder, oder ... ganz zu schweigen vom hausgemachten „Tiramisu Fatto in Casa“. So viel zum Essen. Doch Geschmack spricht alle Sinne an und nur ganzheitliche Zufriedenheit schafft größeren Erfolg. So geht es zunächst um die Kreation des Verzehrbaren, aber gleich auch um das Ambiente an sich, das sich jeder Herausforderung und jedem Anlass anzupassen bemüht sein muss, wenn man es denn kann. „Al Campo“ kann auch dies. Und weil wir hier das Papier nicht geschmacklich aufladen können, stellen wir wenigstens einige visuell erlebbare Kreationen vor. So könnte es aussehen,



wenn Sie im „Al Campo“ feiern möchten. Sie könnten auch ganz anders – man wird Ihrem Wunsche entsprechen. Übrigens hat „Al Campo“ nichts für diese Zeilen gezahlt, was schon mal außergewöhnlich ist, denn wir verhandeln sonst hart um jede Anzeige.



SIND VIELE KINDER EIN PROBLEM?

TEXT KARSTEN EWALD / GESCHÄFTSFÜHRER

Die Zahl der Kinder und Jugendlichen im Verein wächst stetig. Das ist sehr gut, denn aktive, sportliche und teamfähige Kinder sind sehr wichtig für jede Gesellschaft. Doch gute Dinge haben oft auch ihren Preis. Die qualitativ hochwertige Betreuung unserer Kinder im MTV ist sehr kostenintensiv. Der MTV betrachtet diese Aufwendungen jedoch nicht als defizitäre Misere sondern als Investition in die Zukunft. Zahlreiche Spender und Sponsoren sehen das ebenso. Darüber sind wir sehr froh. Ansonsten stehen die überschussorientierten Bereiche des MTV, wie beispielsweise das Fitness-Studio MOTIV, für diese Kosten ein – als vereinsinterne Quersubventionierung. Dennoch haben wir ein Problem mit der

wachsenden Kinderzahl. Erfreulicherweise haben wir, trotz demografischer Tendenz der Überalterung, in Relation und absolut deutlich mehr Kinder im Verein als vor 10 Jahren. Doch die Anzahl der zu Verfügung stehenden Sporthallen wächst nicht in gleicher Relation mit. Einige Abteilungen müssen heuer schon einen Aufnahmestopp verfügen, und die Handballkids sehen beispielsweise das Originalspielfeld nur bei den Ligaspielen am Wochenende, weil sonst nur ein Hallendrittel für eine oder gar zwei Mannschaften zur Verfügung steht. Das Amt für Sport und Bewegung ist zuständig für die Hallenvergaben in der Stadt. Hier wollen wir ausdrücklich loben, denn die städtischen Mitarbeiter tun, was sie nur



Dr. Karsten Ewald, MTV-Geschäftsführer, hat nachgefragt

können. Dennoch: Wenn wir keine Kinder an den bewegungsfernen „Computersport“ verlieren wollen, brauchen wir mehr Bewegungsräume.

Deshalb haben wir nachgefragt, bei Fred Jürgen Stradinger, Gemeinderat und Sportsprecher der CDU-Fraktion und Präsident des Sportkreis Stuttgart.



Fred Jürgen Stradinger, Gemeinderat, Sportsprecher der CDU Fraktion und Sportkreispräsident

Herr Stradinger: Wie ist der Stand und wie geht es weiter?

In Stuttgart stehen 35 Sporthallen, 117 Turnhallen sowie 49 Gymnastikräume zur Verfügung. Die meisten dieser Hallen werden von der Stadt betrieben, einige davon sind auch im Besitz von Vereinen. Ist das viel, ausreichend oder zu wenig? Immer wieder hören wir, dass Sportvereine

zu wenige Trainings- und Übungszeiten haben. Diese Situation wird durch notwendige Sanierungen und Renovierungen noch verschärft. Drei Fraktionen (CDU, SPD, Bündnis90/Die Grünen) im Gemeinderat haben deshalb auch verschiedene Anfragen zur Hallensituation an die Verwaltung gerichtet. Und das ist gut so. Das erste Ergebnis der Analyse bestätigt: Für die Sportvereine gibt es in der Gesamtstadt tatsächlich zu wenig Hallenkapazitäten. Der Versorgungsgrad liegt bei durchschnittlich 75 Prozent. Betrachtet man diese Zahl etwas differenzierter, haben wir in einigen Stadtbezirken noch eine weit darunter liegende Abdeckung. Im größten Stuttgarter Stadtbezirk Bad Cannstatt liegt der Versorgungsgrad zum Beispiel bei rund 66 Prozent. Durch bereits beschlossene und im Bau befindliche Vorhaben, wie in Degerloch oder Riedenberg, wird sich die

Situation punktuell verbessern. Es besteht aber weiterhin Handlungsbedarf, um dem Bedarf an Hallenzeiten für die Sportvereine zu entsprechen. Man muss die Sportvereine in die Lage versetzen, ihren vereinseigenen Zwecken sowie den gesellschaftlichen Anforderungen entsprechen zu können. Dabei denke ich besonders an das soziale Lernen im Kinder- und Jugendbereich. Ganz generell gilt: Der Breiten-, Freizeit-, Wettkampf oder Gesundheitssport ist unbezahlbar! Was hier von den überwiegend Ehrenamtlichen geleistet wird, ist für die Gesellschaft Gold wert. Anders gestaltet sich im Moment die Situation im Schulsport. Hier haben wir derzeit eine Passung zwischen Bedarf und Bestand. Im Detail betrachtet haben wir hier lediglich in vier Stadtbezirken eine leichte Unterdeckung.

Fazit:

Als Stadtrat und als Sportkreispräsident fordere ich und setze mich entsprechend dafür ein, dass es für die Vereine in der Zukunft mehr Hallen und damit mehr Sport- und Bewegungsmöglichkeit in Stuttgart gibt, denn dies ist sehr gut angelegtes Geld.



DIE FRAU MIT DEM FALSCHEN ALTER

TEXT KARSTEN EWALD

Ich treffe mich mit Evelyn Brühl. Sie ist 87 Jahre alt und angestellte Trainerin im MTV-Fitnessstudio MOTIV. Dies wirft Fragen auf.



Evelyn Brühl mit GF Karsten Ewald



Lust auf Bewegung

Auf dem Stuttgarter Fitness-Markt herrscht ein knüppelharter Verdrängungswettbewerb. Beim Kampf um die Kunden und bei der Kundenbindung geht es neben Leistung und Preis vor allem um die wichtigste Ressource, nämlich die persönliche Betreuung durch qualifizierte, erfahrene, vertrauenswürdige und freundliche Mitarbeiter, die auch als Vorbilder auftreten sollen.

Warum in aller Welt bringt der MTV Stuttgart eine 87-jährige Frau an diese „Fitness-Front“? Fehlt es an jüngeren Mitarbeitern? Arbeitet Evelyn Brühl vielleicht ohne Bezahlung? Hat der MTV einfach ein „weiches Herz“ oder gar Mitleid für seine älteste Trainerin? Oder strebt man eventuell einen Guinness-Rekord an? Mitnichten. Wir haben Evelyn Brühl zu üblichen Konditionen unter Vertrag, weil sie zu den besten Fitness-Trainern gehört, die

der MTV anbieten kann. Kein Grund zum Mitleid also, eher zum Neid vielleicht.

Evelyn war bereits über sechzig, als sie ins Trainergeschäft einstieg, ein Alter also, wo fast alle ihren Ruhestand planen. Doch Evelyn fühlte sich jung, sportlich und vital. Sie hatte gerade erst mit dem Rauchen aufgehört: „Mit zwanzig habe ich diesen Blödsinn begonnen und aus 5 Zigaretten in der Woche wurden bald über 20 am Tag. Mit sechzig sagte ich mir: Schluss jetzt, sonst werde ich zu schnell alt.“ Nun begann sie ihre Fitness-Karriere. Zunächst ging sie noch etwas unsystematisch vor, doch bald schaffte sie sich einen sportlich-disziplinierten Wochenmodus. Dazu zählten große Spaziergänge um die Bärenseen (dreimal in der Woche), tägliche Fitnesskurse: „Ich mache alles, was Spaß macht und genieße die tolle Auswahl beim MTV“, mehrmals

Gerätetraining im MTV-Bewegungszentrum (dem späteren MOTIV) und im Sommer natürlich Schwimmen, ganz viel Schwimmen im MTV-Freibad: „Bis achtzig bin ich von Mai bis September an jedem Tag 80 Bahnen geschwommen – bei jedem Wetter. Doch dann merkte ich, dass meine Haut nicht jünger wird und ziemlich gestresst reagierte und habe damit aufgehört. Ich bin auf Walking umgeschwenkt, denn das ist auch ganz gut für’s Jungbleiben.“ Evelyn Brühl ist eine ausgewiesene Expertin für dieses Jungbleiben. Viel Sport hält jung, das weiß man ja, aber wie ernährt man sich richtig: „Ich habe da keine Regeln. Ich kaufe viel Obst und Gemüse auf dem Markt und mein Fleisch beim Metzger. Wurst esse ich kaum und bei den Süßigkeiten soll man nicht übertreiben.“ Ja und das war es dann auch schon mit der Ernährungsberatung. Trinkt sie Alkohol? Evelyns Lächeln zeigt,

dass sie irdischen Genüssen durchaus nicht abgeneigt zu sein scheint: „Wenn ich alleine bin, trinke ich keinen Alkohol, aber wenn ich Besuch habe, kommt nach dem Kaffee der Sekt auf den Tisch. Beim Ausgehen, trinke ich schon mal ein oder zwei Viertel Weißwein“. Bier schmeckt ihr ebenso wenig wie Hochprozentiges. Und vor Cocktails hat sie Respekt. Nach einer fröhlichen Cocktailparty verwickelte sie die Fahrerin ihres Taxis in ein blumiges Gespräch, an das sie sich später allerdings kaum noch erinnern konnte: „Mein Gott, wie peinlich“. Der Gesprächsinhalt offenbarte sich wenige Tage später, als die Taxifahrerin aus dem Stuttgarter Osten im MOTIV eine Mitgliedschaft orderte. Evelyn hatte sie auf der Fahrt überzeugt.

Mit der Neueröffnung des MTV-Studios hielt auch die Digitalisierung Einzug. Lässig zieht Evelyn ihr Smartphone aus der Tasche und erklärt mir einige Grundlagen der neuen Fitness-App, die mit den elektronisch gesteuerten Geräten im MOTIV korrespondiert. Die App sichert eine langfristige Trainingssteuerung, hält aber beispielsweise auch einen Test zur Bestimmung des biologischen Alters des Muskelsystems parat. Der Körper wird dabei in drei Segmente unterteilt: in Schulter und Arme, in den Rumpf und die Beine. Das Fitnessgerät misst die erzeugte Kraftwirkung bei bestimmten Übungen, stellt sie ins Verhältnis zum Körpergewicht und errechnet daraus das biologische Muskel-Alter der einzelnen Körpersegmente. Der Durchschnittswert

weist dann den altersadäquaten Zustand der Körpermuskulatur aus. Evelyn tippt auf ihr Handy-Display und zeigt mir mit schlaudem Lächeln ihre Testergebnisse. Und



Die biologische Wahrheit: Das „falsche Alter“ der Evelyn Brühl

die haben es in sich, denn ihr biologisches Alter beträgt 55 Jahre: „Aber das ist nicht ganz real“, beginnt sie auch gleich mit der Relativierung: „Mit den Schultern habe ich gerade ein paar Probleme, deshalb bin ich da bei 60. Und in mein Knie muss ich wohl mal reinschauen lassen, denn 71 Jah-

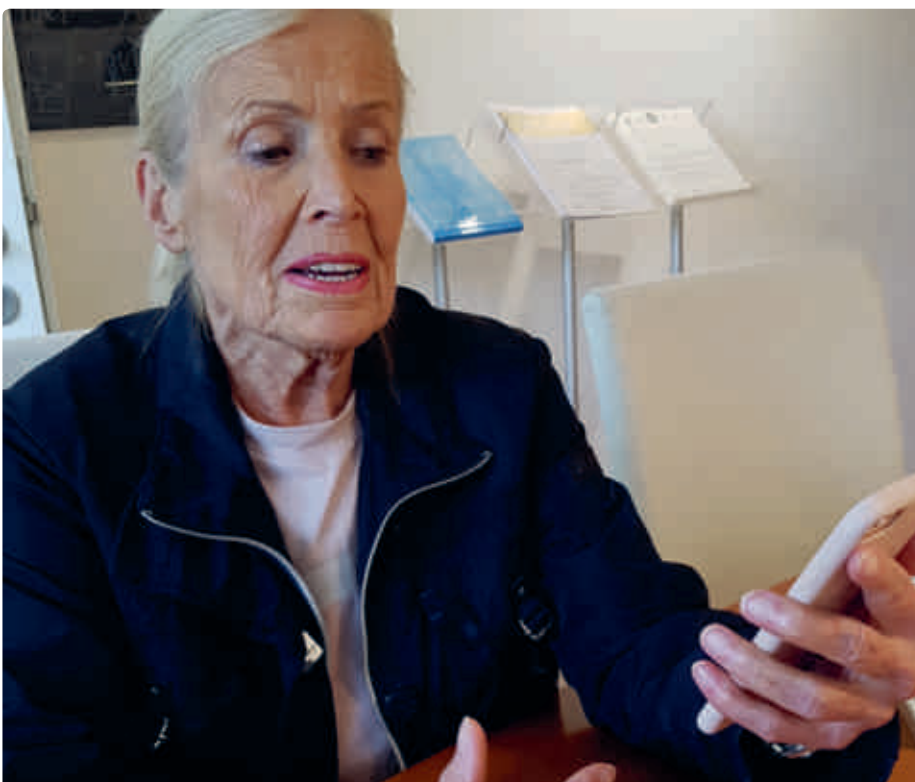
re, das geht gar nicht.“ Doch dann schaue ich auf die Bauchmessung und traue meinen Augen kaum: Evelyn hat die Spannkraft einer 35-jährigen. Wie hat sie das gemacht? „Ich habe vor einem Jahr eine Bauchwölbung bemerkt, also Fett, das ich da nicht haben wollte. Also habe ich viel trainiert, auf dem Boden, auf dem Pezziball, auf der Bauchtrainingsbank und natürlich an den modernen neuen Geräten.“ Das Ergebnis kann sich sehen und fühlen lassen, denn die Wölbung ist weg und die Bauchmuskulatur ist außergewöhnlich gut ausgebildet, wie bei einer fitten 35-Jährigen. Mit diesen Ergebnissen überzeugt Evelyn die MOTIV-Mitglieder jeden Alters: „Gerade die Jüngeren sagen mir, dass sie mich als Fitness-Vorbild sehen und sich wünschen, einmal auf diese Weise älter zu werden.“ Alt werden will jeder, alt sein will niemand – außer Evelyn vielleicht, denn die sieht es pragmatisch: „Ich mache das Beste draus“.

Evelyn ist im MOTIV jeweils montags und mittwochs von 13 bis 17 Uhr als Trainee tätig. Das heißt nicht, dass sie an den anderen Tagen abwesend wäre. Da läuft ihr privates Programm, und an der Schulter will sie schließlich noch arbeiten (die 60 stört sie schon).

Evelyn sieht die Zukunft optimistisch, für sich selbst und für das MOTIV: „Wo in Stuttgart hat man so ein tolles Angebot an einem Fleck, mit Studio, Saunalandschaft, Sportflächen im Grünen, einem beheizten Freibad und mit einem Wald gleich nebenan. Und nicht zu vergessen die ausreichenden Parkplätze.“

Locker schiebt sie das Smartphone in ihre Tasche und sagt mir mit strahlendem Blick: „Ich muss jetzt los, Bauch Beine Po mit Jessica. Die ist echt toll und es macht einen Riesenspaß.“

Ich verabschiede mich von Evelyn in der Gewissheit, dass wir sie noch lange haben werden mit ihren 55 biologischen Lebensjahren und ihrem 35-jährigen Bauch. Und wir brauchen sie auch, und zwar als Trainee, Beraterin und vor allem als Vorbild. Mir ist mal wieder klar geworden: Muskeln sind trainierbar bis ins hohe Alter, trainierte Muskeln erzeugen immer eine gesteigerte Lebensqualität und für einen Beginn ist es nie zu spät. Es war ein gutes Gespräch. Mein biologisches Alter werde ich bald testen. Ich bin 59 Jahre alt und jetzt auch irgendwie beruhigt.



Evelyn „Digitalisierung schafft starke Trainingsanreize“

WIR BIETEN MEHR FÜR IHR WOHLBEFINDEN

Massagen, Osteopathie und die MOTIV-Ernährungsberatung ergänzen unser umfassendes Sportangebot im Fitnessstudio MOTIV – weil uns die Gesundheit unserer Mitglieder am Herzen liegt.

Wer einen gesunden Lebensstil mit ausreichend Bewegung, einer ausgewogenen Ernährung und genügend Erholungsmomenten führt, hat für seine Gesundheit schon ein Ass im Ärmel. Doch manchmal braucht es zusätzliche Unterstützung, um wieder richtig fit zu werden. Genau hier setzt unser Schmerzfrei-Konzept an: Wir bieten Ihnen mit unserem Expertenteam die notwendige Betreuung und Kontrolle, um Ihre Gesundheit und Vitalität wieder auf den richtigen Weg zu bringen.

Entspannung durch Massage- und Hamam-Anwendungen

Ahmed Inciroglu, oder einfach Jojo, vom **Relaxteam Stuttgart** ist als Entspannungsspezialist neu in unserem Expertenteam. Seine Schwerpunkte sind Massage- und Hamam-Anwendungen. In den MOTIV-Räumlichkeiten bietet er z.B. mit der heißen Rolle eine Anwendung an, bei der Wärmetherapie mit Massageeffekt kombiniert wird und die bei Schmerzen, Verspannungen und Blockierungen optimal auf die nachfolgende Massage vorbereitet. Außerdem macht Jojo regelmäßig am Wochenende eigenkreierte Aufgüsse mit Wedeltechnik in der finnischen Sauna des MOTIV-Wellnessbereichs. Jojo steht mit voller Leidenschaft hinter dem, was er tut. „Für mich ist das kein Job, sondern eine Kunst, denn der Mensch steht mit seinen individuellen Bedürfnissen im Vordergrund.“



Ahmed Inciroglu

Die Terminvereinbarung erfolgt an der MOTIV-Theke. MOTIV-Mitglieder erhalten Vergünstigungen. Weitere Informationen unter relaxteam-stuttgart.de

Alternative Heilmethoden mit Fokus auf Osteopathie

Osteopathie ist eine eigenständige Form der Medizin, die dem Erkennen und Behandeln von Funktionsstörungen dient. Die osteopathische Behandlung erfolgt ausschließlich mit den Händen. Der Patient wird in seiner Gesamtheit betrachtet – zum einen in der Einheit von Körper, Geist und Seele und zum anderen in seiner körperlichen Einheit auf allen Ebenen. Die Heilpraktikerinnen Radka Sedlackova und Elena Büchler von **Impuls Osteopathie** bieten in den Räumlichkeiten des MOTIVs folgende Behandlungen an:

- Osteopathie:
 - Cranio-sakrale Osteopathie (Schädel, Wirbelsäule und Kreuzbein mit dem darin enthaltenen zentralen Nervensystem)
 - Parietale Osteopathie (Bewegungs- und Stützapparat)
 - Viszerale Osteopathie (Faszien, innere Organe, Blut-, Lymph- und Nervenbahnen)
- Schröpftherapie
- Kinesio-Taping
- Trigger-/ Tenderpunktbehandlung



Radka Sedlackova



Elena Büchler

Die Terminvereinbarung erfolgt ebenfalls an der MOTIV-Theke. Weitere Informationen unter osteopathiepraxis-impuls.de

MIT UNS BRAUCHEN SIE KEINE TEUREN DIÄT-PROGRAMME

TEXT JULIA GSELL

Die MOTIV-Ernährungsberatung ist eine Inklusiv-Leistung für MOTIV-Mitglieder. Unsere Ernährungsspezialistin Julia Gsell zeigt Ihnen, dass eine gesunde und ausgewogene Ernährung ganz ohne verwirrende Diätregeln und Verzicht auskommt. In der individuellen Beratung und Betreuung steht im Vordergrund, gemeinsam realistische Veränderungsmöglichkeiten festzulegen, die langfristig zum Ziel führen: Sich gesund und vital zu fühlen.



Die Ernährungsberatung bei unserer Spezialistin Julia Gsell ist selbstverständlich in der MOTIV-Mitgliedschaft enthalten.

Wenn sich Abnehmen nicht nach Diät anfühlt...

...dann stehen die Chancen gut, dass das Gewicht auch langfristig unten bleibt. Doch geht das überhaupt? Das klingt ja zu schön, um wahr zu sein! Denn die Diät-Industrie hat uns in den vergangenen Jahrzehnten eindeutig etwas anderes gelehrt: dass es einen Unterschied gibt zwischen „normal essen“ und „essen um abzunehmen“.

In der MOTIV-Ernährungsberatung höre ich häufig Aussagen wie „Ja, das mit dem Abnehmen hat ganz gut geklappt, solange ich mich an den Diätplan gehalten habe, aber auf Dauer war das dann doch nichts für mich.“ oder „Ich habe in den vergangenen Monaten mit einem Diätprogramm ganz toll abgenommen und mein Gewichtsziel erreicht, aber jetzt habe ich Angst, dass das Gewicht wieder hochgeht, sobald ich wieder anfangе, normal zu essen.“ Was nach klassischen Diäten oft bleibt sind Verunsicherung, was man überhaupt noch wann und wie essen darf, wenn man das Wunschgewicht erreicht hat, und im schlimmsten Fall Enttäuschung, wenn man scheinbar nicht willensstark genug war, die Diät langfristig durchzuziehen.



VORHER

Wir sind nicht nur von unserem MOTIV-Ernährungskonzept überzeugt, wir haben sogar Beweise, dass es so mit dem Abnehmen und dem langfristigen Halten des Gewichts klappt – sogar in der anstehenden Weihnachtszeit!

Sandra Heitz, 43 Jahre, ist seit Mai 2018 MOTIV-Mitglied und kann mit Stolz sagen, dass sich seitdem nicht nur ihre Fitness und Gesundheit verbessert hat, sondern sie dank der Kombination aus individuellem Trainingsplan und der MOTIV-Ernährungsberatung bereits **über 20kg Gewicht verloren** hat. Wenn das kein Erfolg ist!

Für Sandra waren 2 Punkte der Schlüssel zum Erfolg:

- Feste Zeiten fürs Training in ihrem recht vollen Terminkalender einplanen.
- Die Ernährung so strukturieren, dass sie mit mehreren gut



NACHHER

zusammengestellten Mahlzeiten über den Tag hinweg ausreichend isst, damit abends nicht der Heißhunger anklopft.

„Mir macht das Training im MOTIV richtig Spaß und ich bin für die ständige Motivation und die Unterstützung durch die Trainer/innen sehr dankbar! Überhaupt fühle ich mich im MOTIV sehr wohl – es herrscht immer eine positive und freundliche Atmosphäre, die mich immer wieder gerne kommen lässt. Und durch die tollen Zusatzangebote vor Ort, lässt sich ab und zu sogar noch eine entspannende Massage dranhängen!“, sagt Sandra selbst über Ihre Besuche bei uns.

Ihre tägliche Motivation ist „Weitermachen und Durchhalten“ – und dafür sind wir gerne weiterhin für dich da, Sandra!

Ratschläge der Diät-Industrie

Die Diät-Industrie versucht uns viel zu oft weiszumachen, dass bestimmte Tests, Pülverchen oder Pillen notwendig seien, damit es mit dem Abnehmen klappt. Sie versprechen uns, dass man nur diese eine Investition tätigen muss, dann wird einem das ultimative Diät-Geheimnis offenbart. Das einzige, was dabei wirklich dauerhaft leichter wird, wenn wir unser Blut testen lassen und Mahlzeiten durch spezielle Shakes ersetzen, ist unser Geldbeutel. Gleichzeitig machen wir uns dabei in Sachen Ernährung abhängig von anderen in dem Glauben, wir würden Verantwortung für uns selbst übernehmen. Doch leider ist das nicht der Fall – im Gegenteil!

Die MOTIV-Ernährungsberatung

Bei der MOTIV-Ernährungsberatung helfe ich daher unseren Mitgliedern, die Ernährung wirklich wieder in die eigene Hand zu nehmen!

Denn ich bin der Meinung, dass beim Abnehmen alles richtig läuft, wenn es sich nicht nach Diät anfühlt. Und wir alle wissen auch, dass eine gesunde und ausgewogene Ernährung eigentlich gar nicht so kompliziert ist, wenn man ein paar grundlegende Dinge beachtet wie z.B. regelmäßig zu essen oder möglichst unverarbeitete Lebensmittel zu verwenden. Die Mitglieder, die zu mir in die MOTIV-Ernährungsberatung kommen, wissen daher auch oft schon recht gut, was sie in Sachen Ernährung bei sich verändern könnten. Was ihnen bei der langfristigen Umsetzung meist die Steine in den Weg legt, ist zum einen Ratlosigkeit, wie sie die Veränderungen in ihrem individuellen Alltag umsetzen können, und zum anderen die Überzeugung, dass sich dauerhaft nur was ändert, wenn man ganz viel auf einmal ändert. Genau dabei unterstütze ich unsere Mitglieder: ich schaffe mit ihnen gemeinsam Klarheit für ihre persönliche Ernährungsumstellung, die ohne Firlefanz wie feste Pläne, Pülverchen oder Tests auskommt. So melden sie mir oft nach einigen Wochen erfreut zurück, dass sie abnehmen, obwohl sie jetzt gefühlt mehr essen, oder dass das Gewicht runtergehe, obwohl sie doch ganz normal essen. Genauso soll es sein!



Unsere Ernährungsberaterin in Aktion: Julia Gsell

Der MTV Stuttgart sucht eine/n Sachbearbeiter/in Finanzbuchhaltung

Festanstellung ab Mitte 2019

Aufgaben, die Sie herausfordern:

- Verbuchung von Zahlungseingängen und –ausgängen
- Forderungsmanagement und Mahnwesen
- Eigenständige Bearbeitung der Sachkontenbuchführung
- Allgemeine unterstützende Aufgaben im Bereich Finanzbuchhaltung
- Kontenklärung

Begabungen, die Sie auszeichnen:

- Abgeschlossene kaufmännische Berufsausbildung
- Berufserfahrung in der Finanzbuchhaltung
- Sicherer Umgang mit Microsoft Office
- Eigenverantwortliche und systematische Vorgehensweise
- Freude am Umgang mit Zahlen
- Zuverlässigkeit
- Team- und Kommunikationsfähigkeit

Wir bieten:

- Ein unbefristetes Arbeitsverhältnis
- Eine leistungsgerechte Bezahlung
- Flexible Arbeitszeiten (Gleitzeit / Teilzeit / Vollzeit)
- Corporate Benefits – Exklusive Mitarbeiterangebote

Haben wir Ihr Interesse geweckt?

Dann freuen wir uns auf Ihre aussagekräftigen Bewerbungsunterlagen.

Bitte senden Sie Ihre komplette Bewerbungsmappe unter Angabe Ihrer Gehaltsvorstellung und des frühestmöglichen Eintrittstermins an

MTV Stuttgart, am Kräherwald 190A, 70193 Stuttgart
oder digital an service@mtv-stuttgart.de

SPORT AKTUELL

VON BIRGIT JANIK

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



FASZIEN FIT

Faszien sind das faserige Bindegewebe, das unsere Muskeln und Knochen umhüllt. Je besser die Faszien trainiert sind umso effektiver funktioniert die Kraft. Die Muskulatur wird elastischer und Bewegungen geschmeidiger, Verspannungen lösen sich. Im Kurs Faszien Fit werden die Bindegewebshüllen durch gezielte Übungen trainiert.

Als Ergänzung zum Muskeltraining ist Faszien - Training ein weiterer, wichtiger Bestandteil des Muskelaufbautrainings. Dieser Kurs ist für Einsteiger und Fortgeschrittene gleichermaßen geeignet.

*B 513 / Montag 10.30-11.30 Uhr / 07.01.19 – 01.04.19
im Motiv Spiegelsaal, mit Silke Keim*

Mitglieder 48 € // Gäste 115 €



WAKE-UP-CYCLING – JETZT SCHON FRÜH MORGENS AUFS RAD!

Early-Bird-Kurs Indoor Cycling mit Bea Renz
im Motiv Spiegelsaal.

C 717 / Donnerstag, 07.00 - 08.00 Uhr / 10.01.19 - 04.04.19

Mitglieder 48 € // Gäste 115 €

POWER DUMBBELL EASY

*C 613 / Donnerstag, 08.00 - 09.00 Uhr / 12-mal ab 10.01. bis 04.04.19
im Motiv Spiegelsaal, mit Bea Renz*

Mitglieder 48 € // Gäste 115 €

POWER DUMBBELL KURS

*C 611 / Montag, 19.30 - 20.30 Uhr / 07.01.19 bis 01.04.19
C 612 / Freitag, 17.00 - 18.00 Uhr / 11.01.19 bis 05.04.19
im Motiv Spiegelsaal, mit Bea Renz*

Mitglieder 48 € // Gäste 115 €

INDOOR-CYCLING

Im Motiv Spiegelsaal

Mo 18.30 - 19.30 Uhr / 07.01.19 - 01.04.19 / C 715 / B. Renz

Mo 20.30 - 21.30 Uhr / 07.01.19 - 01.04.19 / C 718 / B. Renz

Di 20.30 - 21.30 Uhr / 08.01.19 - 02.04.19 / C 712 / J. Eisenkrein

Do 07.00 - 08.00 Uhr / 10.01.19 - 04.04.19 / C 717 / B. Renz

Fr 16.00 - 17.00 Uhr / 11.01.19 - 05.04.19 / C 713 / B. Renz

Fr 18.00 - 19.00 Uhr / 11.01.19 - 05.04.19 / C 716 / B. Renz

Mitglieder 48 € // Gäste 115 €

QI GONG

*E 213 / Montag / 07.01.19 - 01.04.19 / 09.00 - 10.00 Uhr /
Kleine Gymnastikhalle, Sportanlage Kräherwald, mit Elke Kern
E 214 / Samstag / 12.01.19 - 06.04.19 / 11.30 - 12.30 Uhr
im Motiv Spiegelsaal, mit Regina Trieb*

Mitglieder 48 € // Gäste 115 €

RÜCKENFIT

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

D 713 / Fr 09.30 - 10.30 Uhr / 11.01.19 - 05.04.19 / Motiv Spiegelsaal, mit Bettina Bosch

Mitglieder 48 € // Gäste 115 €



AQUAFITNESS

G 816 / Di 17.15-18.00 Uhr / 08.01.19 - 02.04.19 / Anfänger

G 846 / Di 18.00-18.30 Uhr / 08.01.19 - 02.04.19

Ausdauer Anfänger

G 817 / Mi 18.30-19.00 Uhr / 09.01.19 - 03.04.19

Ausdauer Fortgeschrittene

G 812 / Fr 16.15-17.00 Uhr / 11.01.19 - 05.04.19 / Anfänger

G 813 / Fr 17.00-17.45 Uhr / 11.01.19 - 05.04.19 / Fortgeschrittene

G 814 / Fr 17.45-18.30 Uhr / 11.01.19 - 05.04.19 / Anfänger

G 815 / Fr 18.30-19.00 Uhr / 11.01.19 - 05.04.19 /

Ausdauer Anfänger

Bei allen Kursen ist die Schwimmfähigkeit erforderlich!

Voraussetzung für den Fortgeschrittenen Kurs ist eine vorherige Teilnahme an einem Anfängerkurs.

Aquafitness ist kein Reha Sport.

Schul- und Vereinsbad West, Forststr.17

G 812; G 813; G 814; G 816

Mitglieder 48 € // Gäste 130 €

G 815; G 846; G 817

Mitglieder 28 € // Gäste 69 €

KINDER - SCHWIMMKURSE STADTBAD HESLACH

Kursbeginn: 07.01.19

G 101 / Montag / 18:00 - 18:40 Uhr / Anfänger / K. Klenota

G 102 / Montag / 18:40 - 19:20 Uhr / F 1 / K. Klenota

G 103 / Montag / 19:20 - 20:00 Uhr / F 2 / K. Klenota

SCHUL- UND VEREINSBAD WEST, FORSTSTR.17

G 104 / Montag / 17:30 - 18:10 Uhr / El Ki / Tj. Schmid / ab 07.01.19

G 314 / Montag / 17:45 - 18:25 Uhr / F2 / S. Basmann / ab 07.01.19

G 205 / Dienstag / 17:00 - 17:40 Uhr / F1 / S. Basmann / ab 08.01.19

G 206 / Dienstag / 17:45 - 18:25 Uhr / F2 / S. Basmann / ab 08.01.19

Kiss / Mittwoch / 15:30 - 16:15 Uhr / Kiss Stufe 2 / Kiss Lehrteam / ab 19.12.18

G 112 / Mittwoch / 16:15 - 16:55 Uhr / Anfänger / M. Salzer / ab 09.01.19

G 417 / Mittwoch / 16:15 - 16:55 Uhr / F3 / K. Klenota / ab 09.01.19

G 318 / Mittwoch / 17:00 - 17:40 Uhr / F2 / M. Salzer / ab 09.01.19

G 215 / Mittwoch / 17:00 - 17:40 Uhr / F1 / K. Klenota / ab 09.01.19

G 111 / Mittwoch / 17:45 - 18:25 Uhr / Anfänger / M. Salzer / ab 09.01.19

G 419 / Mittwoch / 17:45 - 18:25 Uhr / F3 / K. Klenota / ab 09.01.19

G 313 / Freitag / 15:45 - 16:25 Uhr / F3 / D. Paleari / ab 11.01.19

G 116 / Freitag / 15:30 - 16:10 Uhr / Anfänger / A. Klöpfer / ab 11.01.19

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

Kursgebühr Mitglieder: 55 €

Kursgebühr Nichtmitglieder: 105 €

Kursdauer: 12 Übungseinheiten

KRAULSCHWIMMKURSE FÜR ERWACHSENE

Sie lernen unter fachlicher Anleitung und Aufsicht das Kraulschwimmen. Schwimmen ist keine Frage des Alters und macht in einer kleinen Gruppe viel mehr Spaß. Brustschwimmenkenntnisse sind erforderlich!

Die Kurse bestehen aus 12 Einheiten zu jeweils 45 Minuten.

G 113 / Kraulschwimmen Basiskurs / Freitag, 16.30 - 17.15 Uhr

G 114 / Kraulschwimmen Aufbaukurs / Freitag, 17.15 - 18.00 Uhr

G 115 / Kraulschwimmen Fortgeschrittene / Freitag, 18.00 - 18.45 Uhr / ab 11.01.19 - 05.04.19

Schul- und Vereinsbad West, Forststraße 17, 70176 Stuttgart

Mitglieder 48 € // Gäste 130 €

BAUCH - BEINE - PO

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

B 612 / Donnerstag, 19.00 - 20.00 Uhr / 10.01.19 - 04.04.19 / mit Bettina Bosch

B 615 / Freitag, 08.30 - 09.30 Uhr / 11.01.19 - 05.04.19 / mit Bettina Bosch

B 616 / Samstag, 09.30 - 10.30 Uhr / 12.01.19 - 06.04.19 / mit Jessica Eisenkrein / Motiv Spiegelsaal

Mitglieder 48 € // Gäste 115 €

MUSKELFITNESS PLUS/MINUS 60

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

H 111 / 10.01.19 - 04.04.19 / Donnerstag 15.30 - 16.30 Uhr / im Kraftpunkt; MTV - Sportanlage Kräherwald / mit Karin Kreuels

Mitglieder 48 € // Gäste 115 €

ANTARA® - TRAINING WAS IST ANTARA?

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

12-mal ab 10.01.19 / E 511 / Donnerstag, 17.15-18.15 Uhr / STH-EG-k, mit Regina Trieb

Mitglieder 48 € // Gäste 115 €

EXTREME FITNESS

In diesem Kurs werden durch High Intensiv Intervall, Funktional Krafttraining, Training mit dem eigenen Körpergewicht, Schnelligkeits- und Beweglichkeitstraining sowie Dehnung und Koordination an die Teilnehmer neue sportliche Herausforderungen gestellt, die mit Spaß zum Erfolg führen.

Die Übungselemente aus der Leichtathletik, dem Turnen und Gewichtheben trainieren nicht isoliert die Muskeln, sondern primär Muskelketten unter Berücksichtigung mehrerer motorischer Grundeigenschaften.

Ein Kurs für Fitness Enthusiasten im Alter zwischen 18-40 Jahren, die danach streben ein höheres Fitness Level und Körperbewusstsein durch **Extreme Fitness** zu erreichen.

B 411 / Mittwoch, 20.30-21.30 Uhr / 09.01.19 - 03.04.19 / Motiv Spiegelsaal

Kurs für Fortgeschrittene:

B 412 / Freitag, 18.30-19.30 Uhr / 11.01.19 - 05.04.19 / Sportanlage Kräherwald / mit Fitness Coach Des Thompson

Mitglieder 48 € // Gäste 115 €

BREAKDANCE

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

C 115 / Beginner / Do 17.00 - 18.00 Uhr / 10.01.19 - 04.04.19 / GH-KW-g

C 116 / Fortgeschrittene / Do 18.00 - 19.00 Uhr / 10.01.19 - 04.04.19 / GH-KW-g

Mitglieder 48 € // Gäste 115 €





DANCEAEROBIC

Musik, Spaß und leichte Choreographien, ein wunderbares Herz – Kreislauftraining für Jung und Alt.

*Mittwoch, 18.00 - 19.00 Uhr / im Motiv Spiegelsaal,
mit Jessica Eisenkrein*

MTV Mitgliedschaft erforderlich.

WIRBELSÄULENGYMNASTIK FÜR BERUFSTÄTIGE

Muskuläre Dysbalancen - hervorgerufen durch Bewegungsarmut sowie Fehlbelastungen der Wirbelsäule - sind die Gründe für Deutschlands Leiden Nr. 1 - Rückenbeschwerden!

Wir trainieren die Stütz Muskulatur der Wirbelsäule, dehnen die verkürzten Muskelgruppen und vermitteln Kenntnisse zur Vermeidung schädlicher Alltagsbelastungen.

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

Mitglieder 110 €

POWERCLASS BAUCH & RÜCKEN

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

*D 714 / Mo 17.30 - 18.30 Uhr / Motiv Spiegelsaal,
mit Bea Renz / 07.01.19 - 01.04.19*

Mitglieder 48 € // Gäste 115 €

RÜCKENFIT

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

D 713 / Fr 09.30 - 10.30 Uhr / 11.01.19 - 05.04.19 / Motiv Spiegelsaal, mit Bettina Bosch

Mitglieder 48 € // Gäste 115 €

ZUMBA®

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

12-mal ab 10.01.19 - 04.04.19 / C 414 / Donnerstag, 20.00 - 21.00 Uhr / im Motiv Spiegelsaal, mit Evamaria Van de Castel

Mitglieder 48 € // Gäste 115 €

YOGILATES

*E 812 / Mittwoch, 18.00 - 19.00 Uhr / 09.01.19 - 03.04.19 /
Bürgerzentrum West, Otto-Hajek-Saal, mit Regina Trieb
E 811 / Samstag, 10.30 - 11.30 Uhr / 12.01.19 - 06.04.19 /
Motiv Spiegelsaal, mit Regina Trieb*

Mitglieder 48 € // Gäste 115 €

YOGA FÜR SENIOREN

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

*E 141 / Dienstag, 09.00 - 10.30 Uhr / 12 Vormittage ab 08.01.19 /
Neue Gymnastikhalle, Sportanlage Kräherwald /
mit Gabriele Gellert*

Mitglieder 48 € // Gäste 115 €

HATHA YOGA

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

E 117 / Mittwoch, 19.00 - 20.00 Uhr / 12 Abende ab 09.01.19 / Große Gymnastikhalle, Sportanlage Kräherwald / mit Miro Anastasidou

Mitglieder 48 € // Gäste 115 €



STRESSBEWÄLTIGUNGSTRAINING

Mit verschiedenen Entspannungstechniken wie Autogenes Training, PME, Achtsamkeitstraining, Entspannung durch Atmen und Meditation wird in dieser Kurseinheit Stress abgebaut.

E 611 / Mittwoch, 17.00 - 18.00 Uhr / 09.01.19 - 03.04.19 im Motiv Spiegelsaal, mit Jessica Eisenkrein

Mitglieder 48 € // Gäste 115 €



PILATES

Montag, 07.01.19 - 01.04.19 / kl. Schlossturnhalle, 1. Stock, mit Jessica Massetti

E 715 / 19.00 - 20.00 Uhr / Anfänger

E 716 / 20.00 - 21.00 Uhr / Fortg. 1

Dienstag, 08.01.19 - 02.04.19 / Falkertschule, mit Silke Keim

E 712 / 18.45 - 19.45 Uhr / Anfänger

Donnerstag, 10.01.19 - 04.04.19 / Motiv Spiegelsaal, mit Nathalie Hummel

E 711 / 18.00 - 19.00 Uhr / Fortg. 1

Mitglieder 48 € // Gäste 115 €

VINYASA POWER YOGA

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

E 413 / Montag, 18.30 - 19.30 Uhr / ab 07.01.19

GH-KW-n, mit Iva Peranic

E 414 / Dienstag, 19.45 - 20.45 Uhr / ab 08.01.19

Falkertschule, mit Silke Keim

E 411 / Dienstag, 20.00 - 21.00 Uhr / ab 08.01.19

GH-KW-n, mit Uta Sickel

E 412 / Mittwoch, 20.00 - 21.00 Uhr / ab 09.01.19 / BZ West, Otto-Hajek-Saal, mit Ramona Kawas

Mitglieder 48 € // Gäste 115 €

POWER PILATES

Mittwoch, 09.01.19 - 03.04.19 / Bürgerzentrum West, Otto-Hajek-Saal, mit Regina Trieb

E 718 / 19.00 - 20.00 Uhr / Fortg. 1

Mitglieder 48 € // Gäste 115 €



VEREINSAUSWEIS ALS KUNDENKARTE

EINFACH AN DER KASSE VORZEIGEN

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

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

WWW.VEREINSPROMOTION.DE



DREI FRAGEN AN MICHAEL BARTH

Geschäftsführer der Dr. Bolz Immobilien GmbH und Co. KG / FRICS



Herr Barth, Sie investieren viel Geld als Premium-Partner in den MTV Stuttgart. Warum tun Sie dies?

Sport bringt Menschen unterschiedlichster Nationalitäten und sozialer Schichten zueinander. Gerade in Zeiten wie jetzt, wo selbst Politiker mit ihrem teilweise unverantwortlichen Populismus, durch Sozialneid- und Integrationsdebatten Menschen gegeneinander ausspielen, sind wir alle gefordert. Wir müssen dem entgegenzuwirken. Als verantwortliche Unternehmer wollen wir durch unser Engagement ein Zeichen von Solidarität und Verantwortung setzen, indem wir dieser Entwicklung konsequent entgegenwirken und als gutes Beispiel für ein faires Miteinander vorangehen. Auch deshalb setzen wir auf den MTV Stuttgart, der vieles von dem, was wir uns wünschen, in sich vereinigt und auch beispielhaft vorlebt.

Auf Ihrer Homepage sprechen Sie von einem „Dr. Bolz-Prinzip“. Was ist das für ein Prinzip?

Der Erfolg unserer Beratertätigkeit ist von vielen Faktoren abhängig, doch immer steht dabei der Mensch im Mittelpunkt. Für unsere Kunden übernehmen wir Verantwortung, und wir halten was wir versprechen. An erster Stelle steht bei uns nicht das Honorar sondern der Beratungserfolg für unser Mandat. Wer

uns von Anfang an einbezieht, spart am Ende Zeit, erwirtschaftet eine zusätzliche Rendite und hat Zugriff auf aktuellste Immobilienexpertisen.

Herr Barth, Sie führen den Titel „FRICS“ hinter Ihrem Namen. Was verbirgt sich dahinter?

Bei dem Royal Institute of Chartered Surveyor (RICS) handelt es sich um einen Berufsverband mit weltweit 125.000 Mitgliedern, welcher für höchste fachliche und ethische Standards in der Immobilienwelt steht. Dieser wurde bereits 1868 gegründet und erhielt 1881 die Charta des Vereinigten Königreichs, verliehen durch Königin Viktoria. Als reguläres Mitglied trägt man den Member-Titel „MRICS“. Der Titel „FRICS“ (Fellow of the Royal Institution of Chartered Surveyors) wird bei besonderen Verdiensten verliehen. Ich freue mich sehr, diesen Titel tragen zu dürfen, obwohl ihn außerhalb der Immobilienwelt kaum jemand kennt. Aber darum geht es schließlich nicht, womit wir wieder beim „Dr. Bolz Prinzip“ angekommen sind. Es geht eben nicht um bloße Eigendarstellung, sondern vor allem darum, was wir auch tatsächlich tun. Und dies betrifft auch unser Engagement für den MTV Stuttgart mit seinen 9.000 Mitgliedern und 4.200 Kindern und Jugendlichen. Das ist mal wirklich eine gute Investition für einen „FRICS“.



IHRE EMPFEHLUNG IST BARES GELD WERT

Empfehlen Sie uns Ihr Lieblingsgeschäft oder Ihr Lieblingscafé für die PROMOTION VorteilsWelt. Wenn das empfohlene Unternehmen Teil der PROMOTION VorteilsWelt wird, erhalten Sie sofort eine Empfehlungsprovision von 200,- Euro.

Nehmen Sie einfach Kontakt zu uns auf, wir kümmern uns um den Rest:

✉ INFO@VEREINS-PROMIT.DE

☎ 0711 - 639 918



NUTZT EURE VORTEILE



Mehr Auto für weniger Geld

Wie funktioniert das bonuscar-Konzept?

Dadurch, dass über bonuscar viele Autos bei jeweils vielen Händler über einen kurzen Zeitraum gekauft werden, erhält bonuscar Rabatte wie ein großes Unternehmen, das viele Autos abnimmt.

Nutzen Sie den Vorteil der bonuscar Einkaufsgemeinschaft über Ihren Verein MTV Stuttgart.

Bonuscar tritt dabei für Sie als Vermittler auf und handelt den größtmöglichen Rabatt für Ihr neues Auto aus. Dann können Sie die Preise vergleichen. Wahrscheinlich werden Sie von keinem Händler ein günstigeres Angebot erhalten.

Den Vertrag mit dem vermittelten Händler schließen Sie dann selbst. Es fallen keine zusätzlichen Kosten für Sie an. Außerdem unterstützen Sie den MTV Stuttgart, der eine Empfehlungsprovision von 0,5% auf den Neupreis erhält (wie Sie übrigens auch, wenn Sie bonuscar weiterempfehlen).

Wollen Sie also mehr Auto für weniger Geld?

Dann schicken Sie die Daten zu Ihrem Wunschauto unverbindlich per Email einschließlich Ihrer Telefonnummer an:

info@bonuscar.de

Wir finden ein gutes Angebot für Sie.



Tatjana Schmid ist hauptberufliche MTV-Sportlehrerin. Sie empfiehlt allen Mitgliedern, ihren MTV-Ausweis als Kundenkarte in der PROMOTION Vorteilswelt einzusetzen und damit Vorteile bei vielen Partnerfirmen und Geschäften zu erhalten.

Weitere Informationen zu den hier aufgeführten Vorteilen erhalten Sie auf unserer Webseite

WWW.VEREINSPROMOTION.DE

PARTNER VORGESTELLT

DIAMANT®

Heiz – und Klimasysteme GmbH

Die DIAMANT Heiz- und Klimasysteme GmbH wurde 1995 gegründet und befasst sich seitdem schwerpunktmäßig mit der Konstruktion, Herstellung und dem Vertrieb von Wärmepumpen für Wintergärten, Klimaanlage für den gehobenen Bedarf von Industrie, Handel und privaten Haushalten. „Wir sammeln und verbessern seitdem unsere Erfahrungen in der Produktion, im Marketing und in der Installation von Wärmepumpen.“ Eine starke Mitarbeiterstruktur und eine erfahrenen Entwicklungsmannschaft ermöglichen der Firma, effektiv eine effiziente Technologie mit hochwertigen Materialien anzubieten. Wir versichern, dass alle Produkte einer strengen Qualitätskontrolle unterliegen, bevor sie an die Kunden geliefert werden.

Angebot: KLIMASYSTEME, WINTERGARTENTECHNIK, HAUSHEIZSYSTEME
www.diamant-wintergartenheizung.de

Ihre Busreisen
Der kleine Stuttgarter

Der kleine Stuttgarter

Wir sind ein familiär geführter Omnibusbetrieb, der 1968 von Helmut Nehr gegründet wurde. Seit 2005 lenkt Udo Nehr die Geschicke des Unternehmens. Der kleine Stuttgarter - Ihr Omnibusunternehmen in Stuttgart und Umgebung, ist persönlich für Sie erreichbar. Wir beraten Sie gerne. Ihre Zufriedenheit ist unser Ziel. Sie erhalten ein speziell auf Ihre Wünsche abgestimmte unverbindliche Angebote.

Angebot: Mietwagenfahrten, Eventbus, Reisen /
 Mehrtagesfahrten, Tagesausflüge
 Vorteile für Mitglieder: 5% auf den Mietbuspreis,
 3% auf ausgeschriebene Reisen
www.der-kleine-stuttgarter.de



DAS PITZTAL IN DER VORTEILSWELT?

Geschäftsführer Karsten Ewald und Marketingleiter Fabian Bauer sind sich fast sicher. Nach einem dreitägigen Aufenthalt im Pitztal und zahlreichen Gesprächen mit den Verantwortlichen der Bahnen und Lifte, dem Tourismusverband und 12 Hotelbesitzern wird derzeit am Vertrag gearbeitet. Dabei sollen die Gletscherbahnen und der Tourismusverband mit einer erklecklichen Summe als MTV Sponsoren auftreten. Doch das ist nicht alles, denn zahlreiche Hotels, Pensionen und Gaststätten sowie Skischulen und Skiverleihgeschäfte wollen sich in die PROMOTION VorteilsWelt integrieren. Dies bedeutet saftige Rabatte und Preisnachlässe für MTV-Mitglieder bei Vorlage eines gültigen Vereinsausweises. Wir werden unsere Mitglieder über Homepage und Facebook informieren, wenn alles in trockenen Tüchern ist. Und dann: Auf ins Pitztal.

SCHARRENA STUTTGART



ENERGIE FÜR DEN SPORT IN STUTTGART

HTC STUTTGARTER KICKERS, MTV STUTTGART, STUTTGART VALLEY ROLLER-GIRLZ, TV BITTENFELD, SV VAIHINGEN UND ALLIANZ MTV STUTTGART:

UNSERE MITARBEITER SIND EURE FANS!

T 0711 - 78 68-0

www.scharr.de



SCHARR

bringt Energie ins Leben

artgerecht speisen

... deshalb gibt es bei uns auch Gerichte mit Bioland-Fleisch. Wählen Sie aus unserer speziellen Karte und schmecken Sie den Unterschied.

Bestes Fleisch von Tieren – biologisch gefüttert und aus artgerechter Tierhaltung und Schlachtung. Durch unsere Kooperation mit dem Naturhof Engel können wir das Beste anbieten. Wir verarbeiten Fleisch vom Rind und Schwein, Geflügel und Wild – solange der Vorrat reicht. Und alles vom Fachmann zubereitet – täglich ab 17.30 Uhr.

Wir verwöhnen Sie außerdem mit wechselnden Gerichten passend zu den Jahreszeiten. Mit Essen vom „Heißen Stein“, à la Carte-Gerichten – auch vegetarisch, „Specials“ und täglichem Mittagstisch (Mo–Fr von 12–14.30 Uhr) für jeden Geschmack ...



Bioland



**Alles immer aktuell unter:
www.hotel-neuwirtshaus.com**

Schwieberdinger Str. 198
70435 Stuttgart-Zuffenhausen
Telefon 0711 699449-0

RESTAURANT ALTE HOFKAMMER



Probieren Sie auch eine unserer neuen Kaffeespezialitäten von natürlich gerösteten Bohnen z.B. äthiopischer Kaffee Mokka aus dem Hause HAGEN.



Gutschein

für einen besonderen Kaffeegenuss. Wählen Sie Ihren Favoriten.



ZWEI LINKE HÄNDE WILLKOMMEN

TEXT MARK GRABFELDER

Nicht immer sind wir im Alltag in der Gegenwart. In Gedanken sind wir schon weiter, ohne präsent für die Herausforderungen des Moments zu sein. Nichts mag dann gelingen. Wir sind vergesslich. Ab und zu sind wir auch froh um die Ablenkung. Oder uns ärgert unsere Unachtsamkeit. Was hat das mit Aikido zu tun? Ganz einfach. Das Aikido-Training ist ein **Experimentierfeld**, das uns mit einfachen Übungen spielerisch hilft, in die Gegenwart zu kommen.

Aikido ist eine friedfertige **Kampfkunst** aus Japan, die mit einfachen, alltäglichen Bewegungen auskommt. Nicht immer sind wir auch während des Trainings in der Gegenwart. Schnell werden die Bewegungen weicher, wenn es uns gelingt, in die Gegenwart zu kommen und die vielen anderen Gedanken an abzuarbeitenden Aufgaben oder anstehenden Herausforderungen am Mattenrand zurücklassen können. Aikido ist auch ein **Weg**. Bei jedem Training sind wir neu gefordert, in die Gegenwart zu kommen. Es ist **kein** Wettbewerb. Wir müssen uns aber in jedem Training mit uns selber messen. Mit unseren eigenen Gedanken, die uns davon abhalten in die Gegenwart zu kommen. Aikido ist immer auch **Begegnung in der Bewegung**. Ich trainiere mit einem Partner. Es gibt keine festen Trainingspartner. Jeder trainiert mit jedem. Ältere mit jüngeren. Erfahrene mit Anfängern. Das fordert ebenfalls die Achtsamkeit. Von Anfängern bekommen wir nach dem Aikido-Training oft zu hören, das ist nichts für uns, ich habe zwei linke Hände. Bei Euch schaut das viel eleganter aus. Aikido fordert den Körper und Geist und **verbindet** das Herz und Hirn. Das stellt Anfänger aber auch Fortgeschrittene vor Herausforderungen im positiven Sinne. Beide Gehirnhälften werden trainiert. Dabei ist es ganz normal, dass man das Gefühl hat mit zwei linken Händen zu trainieren.

Aikido lässt sich schnell und sportlich, aber auch langsam und meditativ trainieren. Aikido ist für Kinder ab 7 bis 8 Jahre geeignet und lässt sich bis ins hohe Alter ausführen. Anfänger und Fortgeschrittene sind jederzeit in unseren Trainingsstunden willkommen. Regelmäßig gibt es auch Schnupperkurse.





FRAUEN UND MÄNNER IN DER 1. REGIONALLIGA

TEXT LARA RECKMANN FOTOS GÜNTER E. BERGMANN



Defence!!!

DAS MÄNNERTEAM MIT ZUG NACH VORNE

Auch unsere Regionalliga-Herren haben eine sehr erfolgreiche Saison in Deutschland höchster Amateurliga hinter sich. Zwar reichte es nicht zu einem der Top-Plätze, doch zweifelsohne war man eines der Überraschungsteams der Liga. Im Vorfeld der Saison galten die Landeshauptstädter noch als einer der heißesten Abstiegskandidaten in der starken Regionalliga Südwest. Doch Headcoach Torsten Böhringer und Assistent Anestis Fesatidis formten ein starkes Team um das erfahrene Trio mit Kapitän Jonas Leidel, Topscorer Nick Mosley und Cyril da Silva, das einen überragenden fünften Platz belegte.

Doch weniger die Platzierung als vielmehr die spektakuläre Spielweise, lockte so viele Zuschauer in die Hölle West, wie man sie seit den goldenen Zweitligazeiten nicht mehr gesehen hat. Krachende Dunkings vom athletischen Mosley und verrückte Dreier von da Silva, die nicht selten spielentscheidend waren, zeichneten das Spiel der MTVler aus. Dazu fand man in der Rückrunde zur gewohnt starken Teamverteidigung und erspielte sich so klammheimlich einen Platz unter den besten 5. In der spielfreien Zeit setzt das Trainerduo nun alles daran, auch in der kommenden Saison eine starke Mannschaft ins Rennen zu schicken.

Weitere Infos folgen auf www.stuttgart-basketball.de!

DAS FRAUENTEAM MIT POTENZIAL

Anders als die Herren erwischten die Damen als amtierender Meister der Regionalliga einen ganz schwachen Start. Nach Abgängen von drei Leistungsträgerinnen und einer suboptimalen Saisonvorbereitung geriet man bei der Bundesligareserve aus Freiburg im ersten Spiel unter die Räder. Dass in diesem Team jedoch weiterhin viel Potential steckt, zeigten die Mädels dann im Derby gegen Moehringen. Den Favoriten aus dem Süden von Stuttgart bezwang man souverän und mit einer genialen Trefferquote jenseits der 3-Punkte Linie mit 75:63.



Die Abteilungsleiterin an vorderster Front:
Lara Reckmann



Dunkelrote Power: Sophie Rebmann





DIE JUGEND-TEAMS ERFOLGREICH

Neue Saison - erfolgreicher Saisonauftakt

Viel Bewegung in den Jugendteams - Jahrgänge rücken auf, neue Kinder und Jugendliche kommen zu uns, auch Abgänge gibt es. Neue Trainer sind am Start. Die jungen Teams U10-U14 stehen in der Qualifikationsrunde.

Im weiblichen Bereich geht eine U18w an den Start. Die Lücke zu den Damenteams beginnt sich zu schließen. Unsere U16w versucht mit einem sehr jungen Team, den Meistertitel in der Landesliga zu verteidigen. In der U14w kooperieren wir mit dem BBC Stuttgart, nachdem es gleich vier unserer Mädchen dieser Altersklasse es in das

RegioTeam Stuttgart BA7 geschafft haben und dort um den Titel in Baden-Württemberg mitspielen. Unsere U12w (Bild) hat sich für die Landesliga qualifiziert. Zudem möchten wir erstmals eine U10w zusammenstellen. Dafür werden noch Mädchen der Jahrgänge 2009 und 2010 gesucht!

Bei den Jungs galt es, die Kooperation S.E.K. (wir kooperieren mit BVH Esslingen und dem VfL Kirchheim) zu installieren. Gemeinsam stellen wir Teams in der U14 und U16 Oberliga. Ziel ist, Talenten eine nachhaltige Perspektive im Leistungsbereich zu bieten. Unsere Teams bilden den Unterbau und Einstieg. Die U10 profitiert von zahlreichen Zugängen aus unseren gut besuchten Schul-AG's. Eine Saison in der Landesliga ist so gut wie sicher.

Der U12m steht eine herausfordernde Saison in einer bärenstarken Landesliga bevor und schlägt sich bisher wacker. Die U14m will in die Landesliga, ist jedoch von Ergebnissen der Konkurrenten abhängig. U16m und U18m starten in der Landesliga. Auch hier ist das Ziel, mittelfristig Spieler in den Seniorenbereich zu integrieren.

Mittels unserer Kooperationen RegioTeam Stuttgart BA7 und S.E.K. kann Talenten eine hochwertige und anspruchsvolle Trainingsbetreuung angeboten werden, die ihnen die nötige Weiterentwicklung und Förderung ermöglicht. Trainingseinheiten finden – auch aufgrund begrenzter Hallenkapazitäten – an mehreren Standorten statt. Optimismus ist für die kommende Saison angesagt.



Die Mädels vom U12 Team mit den Trainern Matthias Zinz und Davide Tortorelli qualifizieren sich für die Landesliga



Die U-14 Jungs um Coaches Peter Raizner und Marisa Leidel

WMS METALL-SERVICE GmbH

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

Ihr Partner für Aluminiumbearbeitung

- Handel
- Zuschnitte
- Bearbeitung



Ausführung sämtlicher Elektroarbeiten

- Elektroinstallationen
- E-Check-Prüfungen
- Beleuchtungsanlagen
- Satellitenanlagen
- Telefonanlagen
- Reparaturen u.v.m.
- Antennenanlagen
- Sprechanlagen

Franz Rudres

Bebelstraße 73
70193 Stuttgart
Tel. (0711) 63 93 45
Fax (0711) 6 36 26 59
Mobil: 0 172 / 710 49 01

eMail: FranzRudres@t-online.de
www.elektrofranzrudres.de



ELEKTRO





SCHRITT FÜR SCHRITT, KLINGENSCHLAG AUF KLINGENSCHLAG

TEXT UND FOTO GERNOT SCHWANHÄUSSER, FRED ARNOLD

Schüler Kirchheimer Teck Pokal am 20. und 21. Oktober 2018

Wie immer kaum zu schlagen waren Florian und Felix, die sich im mittleren Schüler-Jahrgang (16 Teilnehmer) den 2 bzw. 3. Platz ergatterten konnten. Geschlagen geben mussten sie sich nur Kai Wundling aus TBB. Der untermalte seine fechterische Klasse sehr lautstark, was zuweilen etwas anstrengend im ansonsten entspannten Umfeld rüberkam. Tim Keller aus Calw, der vierter wurde, hatte gegen Florian dieses Mal überhaupt keine Chance und verlor 1:10. Benjamin war ebenfalls in guter Form und erreichte bei seinem dritten Turnier bereits einen siebten Platz.

Bei den älteren Schülern gingen 20 Fechter an den Start. Raphael nutzte sein Formhoch und wurde Dritter. Emanuel erreicht in der gleichen Altersklasse einen mehr als beachtlichen 7. Platz und konnte sich damit sogar knapp vor den besten Fechter des PSV schieben. Max hatte sein erstes Turnier mit langer Waffe und nach seiner Verletzungspause zu bestreiten und erreichte einen sehr guten 5. Platz. Clara hatte in dieser Saison noch nicht viel Erfahrung mit der langen Waffe sammeln können. Am Ende sprang in ihrer Altersgruppe (B-Jugend) ein 10. Platz heraus. Bei den A-Jugendlichen konnte Charlotte einen tollen 6. Platz herausfechten; vor allem die Fechterinnen aus Korb sind hier eine Klasse für sich. In der A-Jugend-Männerkonkurrenz holte sich Franciso einen guten 9. Platz. Arne wurde 17.

Einen herzlichen Dank an dieser Stelle noch an Luis Arana Hurtado, der sich uns als zweiter Obmann zur Verfügung gestellt hatte. Luis wird vorübergehend bei uns als Trainer arbeiten. Er stammt aus Lima / Peru und beginnt hier in Europa ein freiwilliges soziales Jahr. Ohne ihn hätten wir nicht mit so vielen Fechtern anreisen können. Unter der Leitung von Fechttrainer Luis merkt man auch beim Training, wie unsere jugendliche Fechter Stück für Stück erfolgreicher werden.



Auf dem Siegerpodest mit den Zwillingen Florian und Felix.

Bezirk Korb

Hier, im mittleren Schülerjahrgang, erreichte Felix Ilg einen brauourösen 1. Platz vor Konrad Schwanhäußer, der nach der Vorrunde an Platz 1 gesetzt war. Florian Ilg belegte Platz 3. Charlotte Beese wurde 10. Die weiteren Platzierungen bei den Schülern und Jugendlichen waren bei Redaktionsschluss noch nicht klar. Ina Neumann wurde nach 3 tollen Siegen sechste in der Damenkonkurrenz, Barbara Beese erreichte bei ihrem ersten Turnier den 8. Platz. Achim hatte sich im Herrenflorett (Senioren in der Vorrunde) mit 4 Siegen sehr gut geschlagen und erreichte am Ende in der Bezirkswertung für Stuttgart einen tollen 2. Platz.

Senioren

Luigi Suchanek kehrt erfolgreich aus Livorno zurück

Über und über behangen mit Medaillen kehrte Luigi Suchanek von der Weltmeisterschaft aus Italien zurück. Er konnte mit der deutschen Nationalmannschaft einen fulminanten 3. Platz erreichen. Die Herrendegen-Mannschaft befand sich nach der Vorrunde im 16-er Tableau an sechster Stelle und konnte mit klaren Siegen das Halbfinale erreichen. Dann mussten die Degenfechter aber die Schweden nach einem 21:30 ins Finale einziehen lassen. Im Kampf um die Bronzemedaille besiegten die Deutschen die Italiener mit 30:25. Im Einzel gelang Luigi Suchanek eine Platzierung unter den besten 10 Fechtern. Ein Erfolg, wenn man bedenkt, dass über 200 Fechter am Start waren. Hinzu kommt noch, dass man sich als Ex-Welt- und Europameister auch mal andere Platzierungen erlauben kann...



Trainer Luis mit seinen Fechtschülern.

DER „FRAUENTREFF“ AUF JUBILÄUMS-TOUR

TEXT UND FOTO MONIKA WELSCH

Anlass war das 20jährige Bestehen. Dieses Jubiläum wollten wir natürlich entsprechend begehen. Am 5. Juli machten sich ca. 20 MTV-Frauen per Bahn auf den Weg nach „Diebenga“, um diese alte Universitätsstadt am Neckar zu erkunden und freuten sich auf das vorbereitete Programm: eine Führung durch die Altstadt, Mittagessen beim „Neckarmüller“ und eine anschließende Stocherkahnfahrt auf dem Neckar.

Sogar der Himmel freute sich so sehr über unser Kommen, dass er „in Tränen ausbrach“, - aber das nahmen wir gelassen hin - !

Mit unserer Stadtführerin wanderten wir durch die engen Gassen des mittelalterlichen Stadtkerns und erfuhren viel Wissenswertes über die Stadt und ihre Geschichte, die die Pest, Brände und Kriege überlebt hat. Aus dem ersten Klinikum Tübingens, der „Burse“ – dem ehemaligen Studentenheim –, wurde der Dichter Hölderlin als unheilbar entlassen. Er lebte dann bis zu seinem Tod im berühmten Hölderlinturm, der vom Neckarufer aus gut zu sehen ist. In wohl kaum einer anderen Stadt lebten und wirkten so viele Dichter und Denker mit klangvollen Namen, wie Melanchthon, Hegel, Mö-

rike, Uhland, Schelling, Goethe, Schiller, Hesse – nur um einige zu nennen. Heute machen ca. 28.000 Studierende Tübingen zu einer fröhlichen und jungen Studentenstadt.

Mit müden Beinen und viel neuem Wissen konnten wir uns dann beim „Neckarmüller“ wieder erholen und die vorbestellten Köstlichkeiten genießen.

Unser nächster Programmpunkt stand an: Machen wir die Stocherkahnfahrt trotz des regnerischen Wetters? Zwei Boote machten sich dann doch noch auf den Weg zu einer gemütlichen Flussfahrt. Wir glitten vorbei an weit überhängenden Zweigen, viel Grün an der Uferböschung, Enten, die unsere Fahrt begleiteten und einem unermüdeten Fährmann, der uns wohlbehalten wieder an Land brachte – leicht feucht von oben und unten!

Zum Ausklang saßen wir noch in einem gemütlichen Café zusammen, bevor es mit der Bahn wieder heimwärts ging.

Allen, die dabei waren, hat es gut gefallen und viel Spaß gemacht.



Stadtrundgang



Zuhören können wir auch

FRAUENTREFF-TERMINE

Wenn nicht anders bezeichnet: im Al Campo

Sonntag,	13. Januar	Außerplanmäßig: Turn-Gala
Mittwoch,	06. Februar	
Donnerstag,	07. März	
Mittwoch,	03. April	
Donnerstag,	02. Mai	
Mittwoch,	05. Juni	
Donnerstag,	04. Juli	
Samstag,	17. August	Außerplanmäßig: Weinbergwanderung
Mittwoch,	04. September	
Donnerstag,	03. Oktober	
Mittwoch,	06. November	
Donnerstag,	05. Dezember	

Das vollständige Programm wird rechtzeitig im Foyer am Kräherwald ausgehängt. Es kann auch jederzeit beim Team des Frauentreffs nachgefragt werden:

Heinke Carstensen	Tel.: 0711 2237074
Doris Kühner	Tel.: 0711 605100 und 07151 72320
Anke Roeder-Barz	Tel.: 0711 812586
Monika Welsch	Tel.: 0711 6368220



Auf zur Stocherkahnfahrt



NEUER TRAINER, ALTE PROBLEME

TEXT LUCA LUCHETTA FOTO GÜNTER E. BERGMANN

Beide MTV-Teams stehen bereits jetzt mitten im Abstiegskampf und müssen wie in schlechter alter Tradition in der Rückrunde fleißig punkten, um am Ende nicht aus der Tabelle zu fallen.

Die **erste Mannschaft** verfällt in eine alte Tradition. Gute Rückrunde, schlechte Sommervorbereitung und noch schlechtere Hinrunde. Nach zwölf Spieltagen steht das Team auf dem vorletzten Tabellenplatz und konnte bisher lediglich 10 Punkte einfahren. Die auch aufgrund einiger Verletzungen schlechte Trainingsbeteiligung ist sicherlich ein Hauptgrund für die vielen Niederlagen. Auf der anderen Seite schleichen sich zu viele individuelle Fehler ein, was dazu führt, dass viele Spiele welche zunächst auf Augenhöhe absolviert werden, letztendlich verloren gehen.

In der **zweiten Mannschaft** steht nach viereinhalb Jahren unter Marco Gallo seit dieser Saison mit Thorsten Dinklage ein neuer Trainer an der Seitenlinie her. Leider muss man Stand heute feststellen, dass auch er die „Probleme“ der Vergangenheit nicht auf Knopfdruck beheben konnte. Wie auch in den letzten Jahren verläuft die Vorrunde sehr schleppend. Zwar hat man im Vergleich zur Vorrunde der vergangenen Saison einen Punkt mehr auf dem Konto, doch die Tabellsituation ist ähnlich prekär wie im Vorjahr. Zuzuschreiben ist dies in großen Teilen auch der missratenen Vorbereitung und der schlechten Trainingsbeteiligung. Der Abstiegskampf hat also schon begonnen bevor die Rückrunde angefangen hat.



friess+merkle

Gauggel ...
Qualität aus
Meisterhand
seit 1928!

Sanitär · Heizung
Gauggel
Ihr vielseitiger Fachbetrieb

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

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



Fachbetrieb der
Innung Stuttgart



DIE MTV-FUSSBALLAKADEMIE INFORMIERT:

TEXT GEORGIOS METAXARAKIS

Aktuelles

Die Meisterschaftsspiele haben Mitte September begonnen und wir haben bisher schon in der Vorrunde 90 % unserer Ziele erreicht. Im Winter erwarten uns nun zahlreiche Hallenturniere, WFFV-Turniere und auch Futsal-Turniere. In dieser Zeit nutzen wir unsere Halle und organisieren auch interne Blitzturniere.

Goalplay

Ende Oktober fand bei uns das Goalplay Train N' fight Challenge-Finale unter der Schirmherrschaft Oliver Kahn von statt. Die MTV-Fußballakademie bedankt sich bei ihren vielen KFA-Helfern, denn nur durch diese tatkräftige Unterstützung sind solche Aktionen möglich.



Ehrenamtspreis

Die ausgezeichnete ehrenamtliche Arbeit beim MTV Stuttgart wird auch durch die Auszeichnung mit dem Ehrenamtspreis des WFFV bestätigt, bei dem wir den 2. Platz erreichen konnten. 18 ehrenamtliche Mitarbeiter der MTV-Fußballakademie können im Januar ein Wochenende in der Jufa Kempten verbringen.

Kooperation mit VfB

Vom 28.10. bis 30. Okt. fand wie in jedem Jahr das Kooperationsseminar des VfB Stuttgart in Wangen im Allgäu statt. Vertreter der MTV-Fußballakademie waren wieder dazu eingeladen. Dort wurden wieder viele interessante Neuerungen und Informationen bekannt gegeben. Die MTV-Fußballakademie kooperiert seit 17 Jahren mit dem VfB Stuttgart, was jedes Jahr durch mehrere gemeinsame Sichtungen auf der Anlage des MTV Stuttgart am Kräherwald zum Ausdruck kommt.

Neues Projekt: MTV-Torspielerakademie

Seit November 2018 erhalten alle Torspieler von der E-bis zur A-Jugend die Möglichkeit, ein zusätzliches professionelles Torspielertraining zu bekommen. Fabian Klaputek, Marcus Gehweiler und Julian von Herz haben sich deshalb beim Verband zum Torspieler-Trainer ausbilden lassen.

Turniere

Beim diesjährigen „Höfleswetzturnier“ nahmen 4 Mannschaften mit Spielern des MTV Stuttgart teil. Die Citysoccer-Knipser des MTV Stuttgart konnten das Turnier für sich entscheiden.



Die MTV-Fußballakademie bedankt sich bei allen Helfern und Unterstützern und wünscht ein gutes gesundes Jahr 2019.



ZURÜCK IN DER HÖLLE WEST

TEXT PETER KOLB FOTO SIMON BALLUF



Unsere Herren 1 beim Angriff in der Hölle West

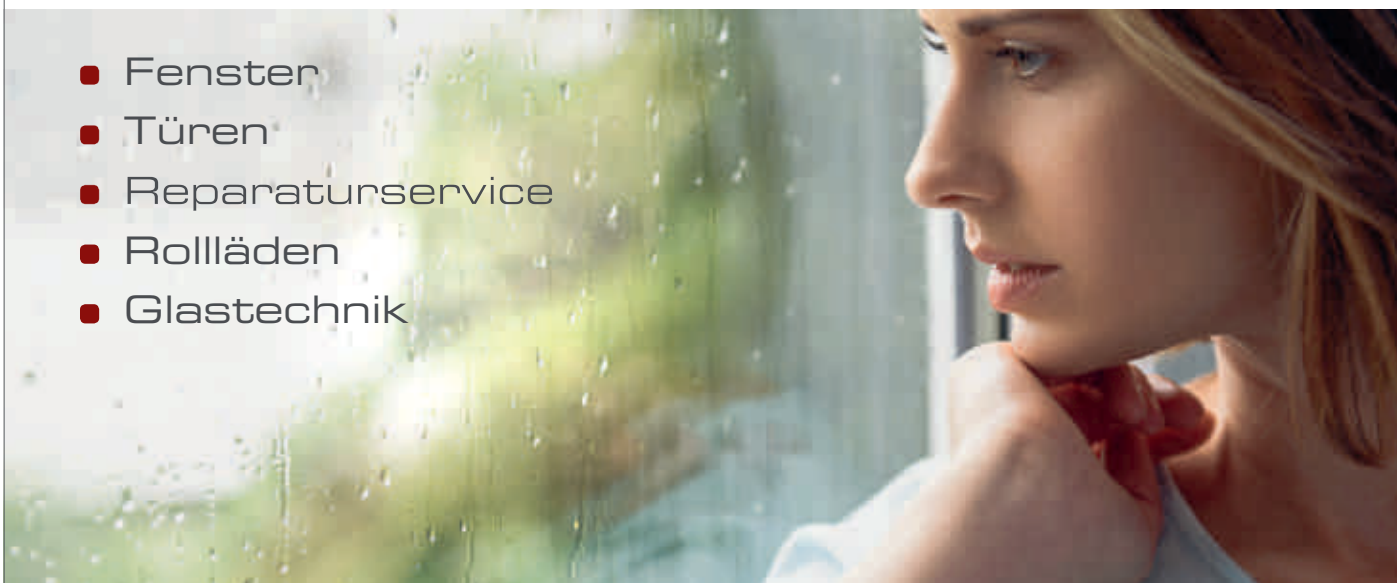
Die MTV Handball Teams sind seit November wieder zurück in der Halle West. Nachdem die geliebte Heimhalle seit Anfang Juli wegen dem Einbau eines neuen Hallenbodens geschlossen war und die über 300 Handballspielenden des MTV in dieser Zeit Dank der Vereinsleitung in verschiedenen Hallen in Botnang, Degerloch, Feuerbach und Plieningen sowie im Wald zum Training und den Heimspielen untergekommen waren, freut sich die Abteilung nach vier Monaten endlich wieder in ihrer Halle West zu sein. Den kompletten September und Oktober fanden die Heimspiele unter Auswärtsbedingungen statt. Ein großer Dank gilt dem Organisationsteam der Heimspieltage um Laura Leibold und Philipp Dröse für die Organisation der Spieltage und der Bewirtung sowie der Firma Alesi GmbH (Anstrich- und Renovierungstechnik) für die Bereitstellung eines Anhängers um die Bewirtungstechnik zu transportieren und zu lagern. Zum ersten Mal in der Vereinsgeschichte spielen zwei Männerteams des MTV in den beiden höchsten Spielklassen des Handball Bezirkes. Leider musste die 1. und 2. Männermannschaft ihre sämtlichen Vorrundenheimspiele in fremden Hallen austragen und hatte somit gefühlt nur Auswärtspartien bis es im Dezember endlich wieder in die Heimhalle West geht. Trotz dieser nicht optimalen Bedingungen belegen die Frauen 1 in der Bezirksliga sowie die Männer 1 und Männer 2 in der Bezirksliga und Bezirksklasse bei Redaktionsschluss Mittelfeldplätze.



TÜRENMANN®

Öffnen. Schließen. Qualität genießen.

- Fenster
- Türen
- Reparaturservice
- Rollläden
- Glastechnik



TÜRENMANN Stuttgart GmbH & Co. KG
Leobener Straße 104
70469 Stuttgart

Telefon 0711 / 89 65 12 - 0
info@tueren-mann.de



DIE KINDERSPORTSCHULE AUF ERFOLGSKURS

TEXT UND FOTO DANIEL WALL

Das neue Schuljahr ist erfolgreich angelaufen

Unser neues Schuljahr 2018/2019 hat erfolgreich begonnen. Wir haben derzeit ca. 700 Kinder in unserer Kindersportschule und den Schul-KiSS-Gruppen und wir haben nur noch wenige Plätze in einigen Gruppen frei.

Zu unseren Zielen und Inhalten:

Kinder im Alter von 9 Monaten bis 12 Jahren haben bei uns die Möglichkeit, sich so richtig auszutoben. Wissenschaftliche Untersuchungen belegen, dass sich eine abwechslungsreiche und zielgerichtete Bewegung positiv auf die kindliche Entwicklung auswirkt. Durch die Erweiterung des kindlichen Bewegungsspektrums werden Entwicklungen sowohl im körperlichen als auch im geistigen Bereich angestoßen. Vielfältige Bewegungserfahrungen wirken sich auch positiv auf das Sozialverhalten der Kinder aus. Dieser Einfluss nimmt allerdings mit zunehmendem Alter ab. Daraus lässt sich schlussfolgern, dass gerade jüngere Kinder von vielseitigen Bewegungserfahrungen – auch mit Blick auf ihre künftige Entwicklung – profitieren können. Auch die Entwicklung koordinativer Fähigkeiten, die für viele sportliche Techniken eine wichtige Basis darstellen, findet vor allem im Kindesalter statt. Mit einem abwechslungsreichen und vielseitigen Unterricht (Turnen, Trampolin, Ballspiele, Schwimmen, Leichtathletik)



Bestens betreut in der Kindersportschule des MTV-Stuttgart.

wollen wir das Bewegungsbedürfnis der Kinder stillen. Der Unterricht wird von speziell ausgebildeten und erfahrenen hauptamtlichen Sportpädagogen/-innen geleitet. Weitere Informationen unter: <http://www.kindersportschule.de> oder auch gerne über Email an kiss@mtv-stuttgart.de

Termine

Am Freitag, den **21. Dezember**, findet unser **Badespaßtag** im Schul- und Vereinsbad Stuttgart West statt. Alle Kinder ab Stufe 2 sind sehr herzlich eingeladen. In der Stufe 5 stellt sich unsere Wasserballabteilung

mit einem Probetraining vor. Vielen Dank hierfür im Voraus. Die abenteuerliche und kreative **KiSS-Faschingswoche** findet vom **25. Februar bis 01. März 2019** statt. Am **06.04.2019** organisiert die Kindersportschule im „MTV-Treff“ am Kräherwald wieder eine **„KiSS für KiSS“ Fortbildung** mit Platz für 40 Teilnehmern und 4 Themenblöcken. Hierzu werden alle Lehrkräfte der zertifizierten Kindersportschulen eingeladen. Unser **KiSS Sommersemester** beginnt dann wieder ab dem **29.04.2019**, wo wir auch Teile des Unterrichts in die MTV-Anlage „MOTIV“ verlagern, um die sonnigen Freiplätze und das beheizte Freibad nutzen zu können. Am **18. Mai 2019** feiern wir dann gemeinsam das **Bürgerfest West** beim Bürgerzentrum West.



Die Kindersportschule beim Feuerseefest

Die KiSS auf dem Feuerseefest Attraktion Hosenboje mit 900 Überfahrten

Auch in diesem Jahr hat die Kindersportschule die Hosenboje auf dem Feuerseefest betreut. Nach einem sonnigen Start am Samstag und einem noch schöneren Sonntag schwebten ca. 900 Kinder über den Feuersee. Viele Besucher von jung bis alt haben sich über die Angebote der Kindersportschule und des MTV Stuttgart informiert. Für die Kleinen und Großen gab es viele Goodies wie Luftballons, Süßigkeiten, Tattoos und Aufkleber. Ein herzliches Dankeschön an alle unsere Besucher/-innen, Rutscher/-innen und natürlich an mein Team, denn ohne so ein tolles, engagiertes und fleißiges Team wäre so etwas gar nicht möglich. Danke auch an die Organisatoren für die tolle Organisation des Feuerseefestes.





DRECHSEL

STEUERBERATER



OFFIZIELLER
FÖRDERER

GRATULATION ZU 175 JAHRE MTV



*Damit alle Sportfreunde
sicher am Ball bleiben,
halte ich ihnen steuerlich
den Rücken frei!*

www.steuerberater-drechsel.de

T +49 (0)711 3514868-0
info@steuerberater-drechsel.de

Frank-Oskar Drechsel
Steuerberater
Rotebühlstraße 71
70178 Stuttgart



ab 69 €



Star Inn Hotel Stuttgart Airport-Messe, by Comfort
In den Entenäckern 6 | 70599 Stuttgart-Plieningen

Das **neue Star Inn Hotel** liegt im Stuttgarter Stadtteil Plieningen, in Sichtweite von **Flughafen** und **Messegelände** – mit dem Auto nur fünf Minuten entfernt. Damit sind Sie zu allen Messen und bei An- und Abreise am und vom Flughafen Stuttgart direkt am Ort des Geschehens.

www.starinnhotels.com





DIE SCHWERSTE ZEIT DES JAHRES

TEXT DOMINIC BERNER

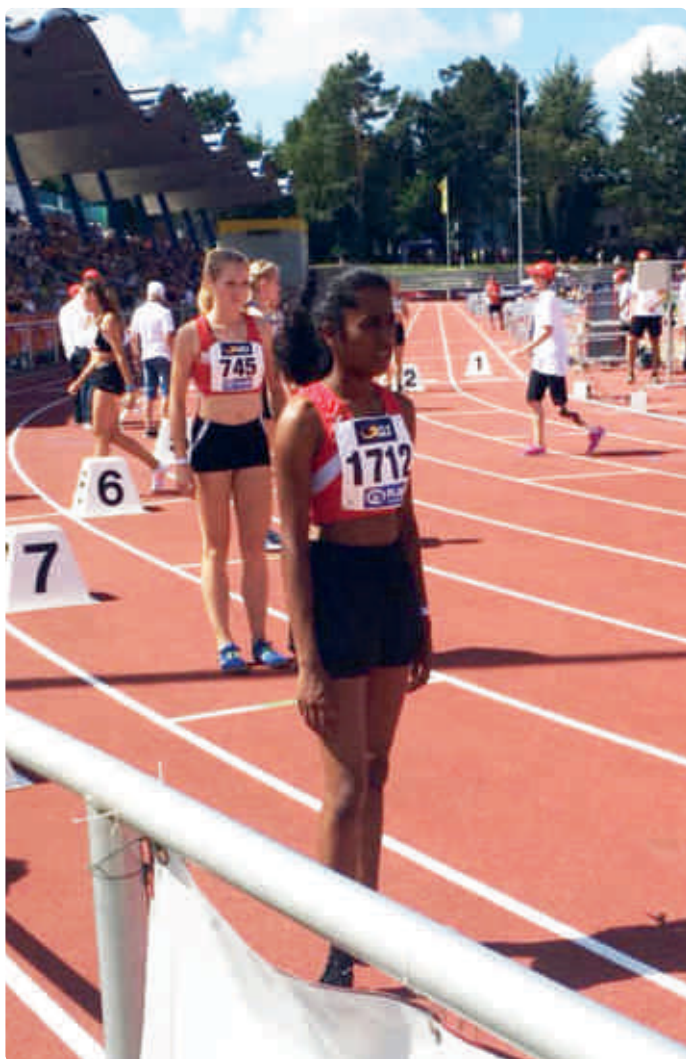
Die schwerste Zeit des Jahres steht den MTV-Leichtathleten bevor. Und das liegt nicht nur an den abnehmenden Temperaturen und dem trüben, grauen Wetter. Nein, besonders das Training an sich ist schuld daran, dass der Weg ins Stadion wieder mehr Überwindung kostet. Die Vorbereitungsphase für die Bahnsaison im Frühjahr beginnt und bei den Athleten gehen die Alarmglocken an: Auf dem Trainingsplan stehen wieder all die Übungen, die einfach nur wehtun. Das sommerliche Lotterleben ist vorbei. Schmerzhafte Waden vor dem Einschlafen, dieses koddrige Gefühl im Magen nach dem Tempo-Dauerlauf und Treppenstufen nur noch seitwärts hinuntergehen können – daran müssen sich die Sportler wieder gewöhnen.

Die Rede ist von Kraft- und Ausdauertraining übelster Sorte. Alles um den Körper nach der Sommerpause wieder an die Belastungen zu gewöhnen. Zwei Fragen stellen sich dem Athleten dabei erstaunlich oft: „Warum tue ich mir das an?“ und „gibt es einen Trick, dass

das Training erträglicher wird?“.

Die Antwort ist: Oh ja, den gibt es! Einfach mitmachen und durchhalten. Die Muskeln werden stärker und die Pumpe leistungsfähiger. Der Spruch „die Tour de France gewinnt man im Winter“ kommt schließlich nicht von ungefähr. Am Ende muss die Vernunft den inneren Schweinehund besiegen. Der Läufer will schließlich seine Bestzeit unterbieten, der Hochspringer die Latte höherlegen und der Speerwerfer den Speer so weit werfen, wie nie zuvor. Und das geht nur, wenn man sich in der Saisonvorbereitung die nötigen Grundlagen erarbeitet hat.

Am Ende muss noch einmal das Ergebnis von Tamara Edinborough bei den Deutschen Meisterschaften Ende Juli in Rostock erwähnt werden. Die 17-Jährige erreichte über die 800 Meter-Distanz die Finalrunde und landete am Schluss auf dem 10. Platz in einer starken Zeit von 2:18,95 Minuten.



Die anfängliche Nervosität von Läuferin Tamara Edinborough war kurz vor dem Start in Rostock wie weggeblasen



Bei den DM wurde Tamara von Trainerin Renata Krajewski und deren Tochter Julina betreut



LIGA-WETTKÄMPFE IN ERBACH UND SCHLUCHSEE

TEXT SEBASTIAN HOHLBAUM FOTO RAINER BIRKLE

In Erbach und Schluchsee erzielten die MTV-Athleten in der Liga und im Jedermann-WK tolle Ergebnisse.

Der Wettkampf in Erbach ist beliebt bei den Athleten des MTV. Der Badensee in Erbach überzeugt mit toller Wasserqualität, die Radstrecke garantiert schnelle Zeiten und auf der flachen Laufstrecke können die MTV'ler ihre Laufstärke ausspielen.

Die erste Mannschaft des MTV in der Landesliga Nord erreichte mit Julian Kumle, Mirko Ruppenstein, Sebastian Hohlbaum und Thomas Lewalski einen starken siebten Platz, das beste Ergebnis in dieser Saison! Auch die zweite Mannschaft konnte voll überzeugen. Mit Rang 16 erreichte auch das zweite Team mit Andreas Michaelis, Marius Staiger, Sven Schindelman und Stefan Schuster die beste Platzierung in der Saison 2018.

Unsere Jedermann-Athleten waren in Erbach ebenfalls wieder stark vertreten. Auf der olympischen Distanz (1,5 - 43 - 10 km) finishten folgende Athletinnen und Athleten: Roger Miersch, 2:38:56, Charlotte Schenk, 2:59:21, Maike Hohlbaum, 3:14:11.

Und auf der Volksdistanz (0,5 - 23 - 5 km) waren diese MTVler am Start: Regina Gärtner, 1:23:12, Caroline Bahlke, 1:23:44, Sabine Göbel, 1:31:51, Ulrike Wiesner, 1:33:11

Der Wettkampf am Schluchsee bildet den Abschluss der Liga-Saison. Seit einigen Jahren verbinden die MTV'ler den Wettkampf mit einem Wochenende am Schluchsee und einem gemeinsamen Saison-Abschluss-Grillen. Die beiden Liga Teams legten sich nochmals voll ins Zeug und landeten auf Rang 13 und 20.

Die Jedermann-Athleten absolvierten den Kurs aus 1,5 km Schwimmen, 36 km Radfahren und 10 km Laufen in folgenden Zeiten: Julian Rolker, 2:18:41, Martin Gerland, 2:32:39, Mark Garrod, 2:43:37, Katja Rolker, 2:48:04, Charlotte Schenk, 2:48:53, Sylvia Birkle, 3:01:03, Steffen Pleßmann, 3:03:02, Maha Shoukri, 3:09:47.



Der fröhliche Abschluss der Ligasaison

„MIT VIELEN SCHRITTEN GROSSES ERREICHEN“

TEXT SABINE GÖBEL

Begleitet von sommerlichen Temperaturen war der zweite MTV Spendenlauf wieder ein voller Erfolg.

Nach Monaten der Vorbereitung sollte der 09.09.2018 für uns vom Spendenlauf-Team der Abteilung Triathlon ein besonderer Tag werden. Denn der MTV Spendenlauf sollte nun zum zweiten Mal stattfinden.

Ein reges Treiben herrschte im Startbereich auf der MTV Laufbahn, als MTV-Vorstand Erich Stradinger um 10 Uhr morgens den Startschuss gab. Zur Auswahl standen die 400m Tartanbahn und eine 1,8 km lange Waldrunde durch den angrenzenden Kräherwald. Unter den Starterinnen waren auch junge Spielerinnen der MTV Volleyball Akademie. Gingen im letzten Jahr die eingenommen Spenden noch an die MTV Wheelers und die MTV Blindenfußball-Mannschaft, stand in diesem Jahr die MTV Volleyball Akademie im Fokus. Wir wollten mit den eingenommen Spenden die jungen Volleyball-Talente unterstützen - vor allem dann, wenn die familiäre Situation dies finanziell sonst nicht erlauben würde. Bojan Slegel, Stv. Leiter der MTV Volleyball Akademie, und Volleyball Trainer Johannes Koch waren bereits im Vorfeld mit in die Organisation des Laufes involviert.

Beim Spendenlauf handelt es sich nicht um einen Wettbewerb, bei dem auf Zeit gelaufen wird. Den Teilnehmern stand es offen, nach Belieben so viele Runden zu drehen wie sie mochten. Deshalb hat es uns begeistert, welche unterschiedlichen Menschen durch diese gemeinschaftliche sportliche Aktion zusammenkommen sind: So waren etwa Schülerinnen und Schüler von Teammitglied und Lehrerin Annabelle Kalb schon im letzten Jahr beim Spendenlauf mit Begeisterung dabei. Um erneut mitlaufen zu können, haben sie auch dieses Jahr extra Taschengeld zur Seite gelegt.

Weiterhin waren vier Läuferinnen und Läufer des 100 Marathon Clubs dabei, die eine Marathondistanz anpeilten. So sind Frank Weinhard, Michael Weber, Gunther Zeller und Vera Kountouridis zwischen 41,6 km und 44 km gelaufen.

Ebenfalls war auch wieder ein Parcour der MTV Wheeler Rolli Kids vor Ort. Viele Kinder probierten, mit den unterschiedlichen Rollstühlen und Handbikes ein paar Runden auf der Tartanbahn zu drehen.

Wie es sich anfühlt, wenn man sich gänzlich auf sein Gehör verlassen muss, hat das MTV Blindenfußball-Team um Alexander Fangmann und Mulgheta Russom erfahrbar gemacht. Mit verbundenen Augen konnte man sich von den Bundesliga-Spielern auf der Tartanbahn führen lassen.

Besuch aus dem Profisport gab es von den beiden Profi-Volleyballerinnen Deborah van Daelen und Madison Bugg, die in der 1. Bundesliga beim MTV Allianz MTV Stuttgart spielen.

Auch die kleinen Besucher hatten großen Spaß auf der Hüpfburg und beim Kinderschminken. Und wenn es dann noch etwas vom Küchenbuffet oder vom Würstchenstand zu naschen gab, gefiel es ihnen umso besser.

Wir möchten uns ganz herzlich bei allen Menschen bedanken, die den Spendenlauf mit großen und kleinen Gesten der Unterstützung möglich gemacht haben!



Groß und Klein am Start



Vater und Sohn auf der Strecke

DANK DER VEREINSLEITUNG

VON KARSTEN EWALD / GESCHÄFTSFÜHRER

Vorstand und Geschäftsleitung bedanken sich sehr herzlich für den außergewöhnlichen Einsatz der Triathlon-Abteilung. Uneigennützig spenden die Macher den Spenderertrag an eine zuvor vereinbarte MTV-Institution bzw. -Gruppe. Waren dies im

letzten Jahr die Blindenfußballer, die mit einer hohen vierstelligen Summe unterstützt wurden, so kommen heuer die Mädchen der Volleyball-Akademie in den Genuss dieser Spende. Dies ist ehrenamtliche Vereinsarbeit in höchster Vollendung.



VEREINSMEISTERSCHAFTEN

RÜCKKEHRERIN MARGIT SWETLIK HOLT SICH DEN POKAL BEI DEN FRAUEN UND BEI DEN HERREN SIEGT ARVID DONERT.

TEXT GERHARD FRANKENHAUSER FOTO TIM MEDHURST

Das Schwimmtalent Margit Swetlik wechselte Ende der achtziger Jahre zum SV Cannstatt, weil dort ein nahezu tägliches Training mit Traineranleitung möglich war. Das konnten wir nicht bieten. Sie wurde 1992 über 200 Meter Brust Deutsche Jugendmeisterin. Jetzt ist sie wieder zu ihren Schwimmwurzeln zum MTV zurückgekehrt und fühlt sich pudelwohl beim Montagstraining. Das ist genau unsere Stärke in der Schwimmabteilung: die Meisten kommen gerne in die MTV-Schwimmfamilie zurück, wie Abteilungsleiter

Roland Teufel mit Stolz bei den Hauptversammlungen immer wieder betonen kann. Margit gewann deshalb nicht unerwartet den Pokal bei den Vereinsmeisterschaften im Feuerbacher Tal vor Steffi Capek und Angela Krolo. In Abwesenheit von Vorjahressieger Christian Weins setzte sich bei den Herren wieder Arvid Donert durch. Er verwies Sven Ecker (überraschend Zweiter), Christian Lang und Lutz Fischer auf die Plätze. Im Nachwuchsbereich glänzten Franziska Wanner und Aleksandar Simic.



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

Es gibt Einzelspieler und Teamspieler -

**Zusammen sind
wir stärker.**

Bestattungshaus Ramsaier
Kattenbachstraße 58, 70563 Stuttgart

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



TÜV-zertifizierte Servicequalität und Kundenzufriedenheit



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



22 MAL GOLD IN EINEM JAHR

TEXT SABRINA ALLMENDINGER



Ein erfolgreiches Jahr 2018 für die Sportgymnastik

In dieser Saison gelang es unseren Gymnastinnen an sieben Wettkampftagen, Bestleistung zu zeigen. 12 Gymnastinnen qualifizierten sich über Gau und Bezirk für das Landesfinale in Ditzingen. In der Jugend D10 gelang es Viktorija Stanojlovic alle ihre Gegnerinnen mit deutlichem Abstand hinter sich zu lassen. Victoria Barth siegte mit dem Band. Liora Zabolotna holte Gold in der Jugend D11. Sofija Milic erreichte hier Platz 7. In der Jugend C dominierte der MTV Stuttgart klar und erreichte mit Elisabeth Rupp den ersten Platz, mit Sophie Barth Platz 2 und mit Sophie Gerber Platz 4. Emina Gusinjac holte Silber mit den Keulen

und wurde fünfte der Gesamtwertung, vor Medina Muric, die den Platz 7 belegte. Mit über 3 Punkten Vorsprung wurde Ivana Kelava Landessiegerin der Jugend A.

Landesfinale in Albstadt

Am 13. Oktober fand das Mannschaft-Landesfinale in Albstadt statt und unsere Frauen der Altersklasse 18+ wurden Landessiegerinnen. Die Gymnastinnen Julia Stojoska, Ivana Kelava, Katharina Meißner, Kristina Rupp und Monika Schnaube siegten in allen drei Handgeräten. Sie wurden somit auch in der Gesamtwertung mit riesigem Abstand Landessieger, ebenso wie die A-Jugend mit Emina Gusinjac, Rosa Mauerer, Medina Muric, Nita Rexhahmetaj und Daniela Rupp. In der Teamwertung der Jugend C landeten

Sophie Barth, Sophie Gerber und Elisabeth Rupp auf dem zweiten Platz 2. In der Teamwertung der D-Jugend D holten Victoria Katharina Barth, Sofija Milic, Eva Lena Radzinski, Viktorija Stanojlovic und Liora Zabolotna die Goldmedaille. Klara Kolak, Luna Pirs und Eriona Rexhahmetaj zeigten in der E9 die Übung ohne Handgeräte und die Übung mit den Keulen und holten Silber. In den K-Stufen starteten Julia Stojoska, Ivana Kelava, Kristina Rupp und Katharina Meißner in der Landesliga. Sie zeigten souverän ihre Kürübung mit den Keulen und siegten bereits in der Hinrunde. Diesen Platz verteidigten sie in der Rückrunde klar. Somit sicherten sie sich für nächstes Jahr ihren Startplatz in der Landesliga.

Finanziell unabhängig? Klingt gut!

Das kostenlose StartKonto¹ mit Young Visa Kreditkarte.²

**Kostenloses
Musikstreaming
inklusive³**

Das Commerzbank StartKonto ist der perfekte Start für junge Menschen bis 30 Jahre, die finanziell selbstständig handeln wollen. Denn mit der Young Visa Kreditkarte² können Sie an rund 30 Millionen Akzeptanzstellen weltweit bargeldlos bezahlen. Eröffnen Sie jetzt Ihr kostenloses StartKonto und starten Sie mit einem Jahr lang kostenlosem Musikstreaming³ in Ihre finanzielle Unabhängigkeit!



Jetzt unter www.startkonto.commerzbank.de
oder in Ihrer
Commerzbank Stuttgart
Königstraße 11-15, 70173 Stuttgart
Johannes Ehmann, Tel.: 0711/ 185-2010

1) Kostenlose Kontoführung. Beleghafte Inlands-/SEPA-Überweisung 1,50 Euro je Stück.

2) Volljährigkeit, Bonität und ein monatlicher Geldeingang von 300 Euro (z. B. Bafög) vorausgesetzt.

3) StartKonto Music App am besten sofort aktivieren und bis 31.12.2018 kostenlos Musik streamen. Der Datenverbrauch ist nicht inkludiert.
Angebot gilt nur für das erste StartKonto bei der Commerzbank AG.

COMMERZBANK
Die Bank an Ihrer Seite





DOPPELTES GOLD

TEXT MICHAEL KUHN

Deutsche Doppelmeisterschaft im Trampolinturnen. Was vor wenigen Jahren den Kunstturnerinnen und -turnern des MTV Stuttgart gelang, schafften nun erstmals auch die Trampolintteams: Sie holten am 21. Oktober 2018 in Worms beide Meistertitel nach Stuttgart!

In einem bis zum Schluss spannenden und engen Rennen bei den Frauen brauchte es mit der letzten Übung der Titelkämpfe eine überzeugende Klassekür von Olympiaturnerin Leonie Adam, um mit knappen 8 Zehntelpunkten wie schon im Vorjahr die Oberhand über das Team der Frankfurt Flyers zu behalten. Zuvor ebneten Petya Doncheva und Selina Staiber den Weg zur Titelverteidigung mit sehr sauberen und platzierten Kürübungen, bevor die Gastturnerin Silva Müller (Bad Kreuznach) nicht die erhofft hohe Punktzahl einbringen konnte. Die Frankfurterinnen steigerten sich im Vergleich zum Vorkampf nochmal und gestalteten das Rennen um den Mannschaftsmeistertitel höchst spannend. Am Ende standen für den MTV Stuttgart 149,880 Punkte zu Buche, die Frankfurt Flyers kamen auf 149,025.

Bei den Männern waren die Voraussetzungen ungünstiger, da aufgrund von Verletzung (Immanuel Kober) und Karriereende (Maksim Sherman) gleich zwei Mitglieder des letztjährigen Teams ausfielen. Allerdings landete der MTV mit der Verpflichtung des Deutschen Einzelmeisters Matthias Pfeleiderer (TV Immenstadt), der bereits seit 2 Jahren am Stützpunkt Ruit von Trainer Michael Kuhn betreut wird, einen regelrechten Coup. Trotzdem musste das Team mit Manuel Rösler und Tim-Oliver Geßwein zu dritt antreten und deshalb ohne die Möglichkeit einer Streichwertung auskommen. Im taktisch geprägten Vorkampf schoben sich die Stuttgarter hinter dem klaren Favoriten TGI Salzgitter auf den zweiten Rang. Das Finale, das wieder von Null gestartet wird, bot dann alles, was großer Trampolinsport zu bieten hat: international hochwertige Kürübungen, wechselnde Führungen und auch den einen oder anderen Patzer der Konkurrenz. Die 3 Männer des MTV Stuttgart setzten auf volles Risiko und zeigten ihre schwierigsten Kürübungen in perfekter Manier, setzten die anderen Teams unter großen Druck und behielten Nerven. Den tollen Schlusspunkt setzte der Deutsche Meister Matthias Pfeleiderer mit der besten Kür des Tages und der Tageshöchstpunktzahl. So stand am Ende sogar ein mehr als deutlicher Sieg des MTV-Trios mit 168,950 Punkten vor der TGI Salzgitter (161,940) und dem MTV Bad Kreuznach (156,160) zu Buche.



Manuel Rösler auf Höhenflug



die siegreichen Teams – v.l.n.r.: Selina Staiber, Manuel Rösler, Silva Müller, Matthias Pfeleiderer, Leonie Adam, Tim-Oliver Geßwein, Petya Doncheva



Glückwunsch dem gesamten Team mit Trainern und Betreuern





BUNDESLIGA AB 2019 OHNE MTV-MÄNNER

TEXT KARSTEN EWALD FOTOS CHEN QINGWEI

Nach einstimmigem Beschluss des MTV-Vorstandes hat der MTV Stuttgart die Bundesligamannschaft der Männer ab 2019 aus der 1. Bundesliga zurückgezogen. Es kam für viele überraschend, aber intern hat es sich seit längerer Zeit angedeutet. Danach gab es viele Fragen, Unverständnis und auch Kritik. Deshalb wollen wir die Gründe an dieser Stelle aufzeigen und auch um Verständnis bitten. Diese Bitte richtet sich vor allem an die vielen ehrenamtlichen Helfer, die sich viele Jahre mit großem Einsatz eingebracht haben. Deshalb zunächst ganz herzlichen Dank an alle, die das Team so lange Zeit so uneigennützig unterstützt haben.



Turner in der Luft (Alex Maier).

Zunächst ein kurzer historischer Abriss: Vor über vierzig Jahren brachten viele württembergische Vereine ihre Turner in verschiedenen Ligen an den Start, ohne jeweils ganz nach oben stoßen zu können. Deshalb wurde unter Mitwirkung des Schwäbischen Turnerbundes eine Wettkampfgemeinschaft gegründet, die sich bald einen legendären Ruf erwarb: die Württembergischen Kunstturnvereinigung. Diese WKTV stieß bald zur Spitze vor und wurde vor der Wiedervereinigung zur erfolgreichsten deutschen Turnriege. Nach dem Mauerfall dominierten zunächst die ostdeutschen Clubs, bevor die WKTV ab Mitte der Neunziger wieder ganz nach vorne kam. Zur Jahrtausendwende geriet die WKTV in eine schwere finanzielle Krise, ausgelöst durch den Rückzug des Hauptsponsors (Württembergische Versicherungen), der in dieser Größe nie wieder zu ersetzen war. Im Jahre 2002 übernahm MTV-Geschäftsführer Dr. Karsten Ewald als Privatperson und als neuer Präsident die Verantwortung für diesen Verein, der

damals 72 Mitglieder zählte.

Die WKTV wurde letztmalig Deutscher Meister. Dann folgten neun bittere Jahre, in denen Schulden im sechsstelligen Bereich abgebaut wurden. Im Jahre 2003 wurde in der Deutschen Turnliga das durch Ewald entwickelte Score-System eingeführt, um mehr Zuschauer und Sponsoren zu interessieren. Das Score System, wo an jedem Gerät Einzelduelle zwischen den Turnern ausgetragen wurden, bewährte sich und ist noch heute das Wettkampfsystem der Liga. Im Jahre 2005 kamen die Frauen als Bundesligateam hinzu. Die Suche nach Sponsoren war trotzdem äußerst schwierig, denn die geringe Mitgliederzahl erwies sich als wenig werbetauglich. Die Heimwettkämpfe wurden aus Kostengründen zunächst an umliegende Turnvereine vergeben. Ab 2006 turnte das Männerteam im SpOrt Stuttgart und ab 2008 in der Hegelhalle Vaihingen. Im Mittelfeld der Liga sparte sich die WKTV gesund.



Letzter Handstreich (Aufbauchef Bernhard Jakob).



Ohne Illusionen (GF Karsten Ewald und Team-Managerin Claudia Krimmer).

Im Jahre 2011 war es dann soweit: Der kleine Verein war schuldenfrei und eine WKTU-Mitgliederversammlung beschloss einstimmig die Vereinsauflösung und die Übergabe beider Teams an den MTV Stuttgart. Es war ein guter Zeitpunkt, denn es stand mit der „SCHARrena“ eine neu erbaute Heim-Wettkampfhalle mit einer Kapazität von über 2.000 Zuschauern zur Verfügung. Es ging zunächst aufwärts. 2013 wurde Marcel Nguyen, Mehrkampfspezialist bei Olympia, verpflichtet und 2014 gelang dem MTV Stuttgart ein sensationeller Doppelmeistertitel bei den Frauen und Männern. 2015 stieß Fabian Hambüchen zum Team, aber es reichte leider nur zum kleinen Finale um Platz 3. Dafür kamen harte Prüfungen durch die Landesversicherungsanstalt (LVA), die der Ansicht war, dass alle Turner als Angestellte zu behandeln sind. Dies war ein Novum in der Liga und schien nur den MTV zu betreffen. Die Nettoaufwendungen für die Turner verdoppelten sich quasi über Nacht. Um dieses Ungleichgewicht zu beenden, ging der MTV Stuttgart offensiv auf die Deutsche Turnliga (DTL) zu, um eine deutsche Einheitsregel zu erreichen. Dies geht nur über eine Statusfeststellung bei den deutschen Finanzbehörden bzw. dem Spitzenverband der Rentenversicherung. Diese Statusregelungen gibt es in jeder anderen Profi-Liga, verbunden mit klaren und einheitlichen Anforderungen an alle Vereine. Hierzu zählen beispielsweise auch Unbedenklichkeitsbescheinigungen von Finanzamt, Sozialversicherung und Berufsgenossenschaft. Leider entzog sich die DTL dieser ihrer Verantwortung, trotz mehrfacher Mahnungen des MTV. An die Verpflichtung von Spitzenturnern durch den MTV war nun nicht mehr zu denken. Das Männerteam fiel ins Mittelfeld zurück und die Zuschauerzahlen in der SCHARrena sanken ebenso wie die Sponsoreneinnahmen. Nach einer Anschlussprüfung der LVA im Jahre 2017 wurden nunmehr sogar die Fördergelder der Stuttgarter Sportförderung e.V.,

die an die Aktiven weitergereicht werden (müssen), als Honorarzuschläge bewertet (mit allen AG und AN-Beiträgen für Krankenversicherung, Rentenversicherung, Arbeitslosenversicherung, Pflegeversicherung und natürlich Lohnsteuer). Es gab beträchtliche Nachzahlungen und der MTV forderte Ende 2017 und Anfang 2018 mehrere Male die DTL auf, eine Statusfeststellung vornehmen zu lassen, um darauf aufbauend allgemein einheitliche Regeln für alle BL-Vereine aufzustellen, so wie es in allen anderen Profi-Ligen seit vielen Jahren der Fall ist. Der MTV kündigte im Februar 2018 schriftlich an, im Falle einer Problem-Ignoranz das MTV-Männerteam aus der Liga zurückziehen zu müssen. Leider kam hierzu keine konkrete Reaktion der DTL. Vielmehr hieß es lapidar, es gäbe gesetzliche Regelungen, die bei der Vergütung von Sportlern eine Rolle spielen. Die Einhaltung dieser obliege den Mitgliedsvereinen bilateral mit den Sportlern und es sei nicht Aufgabe der DTL, für die Vereine solche Rahmenvorgaben einzurichten. Diese Auffassung wurde auf der DTL-Mitgliederversammlung am 1. September bekräftigt, und zwar nicht durch einen offiziellen Tagesordnungspunkt mit inhaltlicher Auseinandersetzung, sondern ganz schlicht in zwei Sätzen innerhalb des Berichtes des DTL-Präsidenten. Der Vorstand des MTV Stuttgart beschloss auf Grund dieser unhaltbaren Lage den Rückzug der Männermannschaft. Dies wurde am 11. September 2018 der Presse bekannt gegeben. Einen Tag zuvor wurden die Turner und Verantwortlichen unterrichtet. Wir wollen uns an dieser Stelle nicht darüber auslassen, in welcher Form die Turner in anderen Vereinen vergütet werden. Wir wünschen vielmehr der DTL und Ihren Vereinen in Zukunft viel Glück. Sie werden es brauchen.



BUNDESLIGA FRAUEN AUF DEM WEG ZUM 7. MEISTERTITEL

Den Turbulenzen im Männerbereich zum Trotz haben die MTV-Frauen eine großartige Qualifikationsrunde geturnt und sich bereits vorfristig für den Einzug ins Ligafinale am 1.12.2018 um 14 Uhr in der MHP Arena Ludwigsburg qualifiziert. Der vierte und letzte Qualifikationswettkampf am 17.11. in Berlin ist für den MTV praktisch bedeutungslos, weil sich die ersten vier Teams qualifizieren und das Team für den derzeitigen Tabellenfünften uneinholbar ist. Hier kann also die zweite Reihe zeigen was sie kann, bevor es am 1. Dezember in Bestbesetzung um den 7. Titel in Folge geht.



MTV-TURNEN IN DER STB-LIGA

TEXT UND FOTO BERNHARD JAKOB, MECHTHILD SPRETER

Während die Spitzenturner/-innen in der 1. Bundesliga der Deutschen Turn Liga (DTL) turn(t)en, messen sich die Nachwuchsturner/-innen und die Turner/-innen der Tivoli-Halle in der Liga des Schwäbischen Turnerbundes (STB-Liga). Nachfolgend stellen wir euch die STB-Liga-Mannschaften des MTV Stuttgart kurz vor.

Landesliga Frauen



Die Bezirksligasaison fing für unsere Turnerinnen des MTV Stuttgart II am ersten Wettkampftag mit vielen Stürzen am Balken an. Das konnte aber dann in den darauffolgenden Wettkämpfen wieder korrigiert werden und die Übungen wurden stabiler. Am letzten Wettkampftag konnten sich unsere Turnmädels nach einem sensationellen Bezirksligawettkampf für die Landesliga-Relegation qualifizieren. Und dann kam jede Menge Glück dazu. Die Liga wurde neu strukturiert und im Rahmen dieser Maßnahme sind alle teilnehmenden Mannschaften des Relegationswettkampfes in die Landesliga aufgestiegen. Damit turnen unsere Turnerinnen des MTV Stuttgart II nächstes Jahr in der Landesliga.

Landesliga Männer



In der Vorrunde der Landesliga konnte der MTV Stuttgart II zwei von fünf Wettkämpfen gewinnen. In der Rückrunde wird nur ein

Wettkampf geturnt, an dem alle Landesliga-Mannschaften gemeinsam teilnehmen. Das ist das STB Ligafinale, das in diesem Jahr in Rottweil ausgetragen worden ist. Der MTV Stuttgart II kam in diesem Wettkampf auf den dritten Platz. Eine tolle Leistung und die Stuttgarter Turner freuten sich zu Recht. In der Endtabelle der Landesliga ist der MTV Stuttgart II nun auf Platz 4. Das war eine super Saison, die sehr viel Spaß gemacht hat. Weiter so!

Kreisliga Männer



Der MTV Stuttgart hat dieses Jahr eine dritte Mannschaft für die Kreisliga gemeldet, damit auch unsere jungen Nachwuchsturner der MTV Turnschule Wettkampferfahrungen in der Liga sammeln können. Leider hatten wir auch zum Schluss noch die rote Laterne in der Kreisliga Mitte. Aber die Turner sind jetzt noch mehr motiviert und werden im Training alles geben, damit wir nächstes Jahr wieder in der Kreisliga

angreifen können und unseren ersten Sieg feiern können.

MTV Turnschule bei den P-Stufen-Wettkämpfen



Unsere jüngeren Nachwuchsturner/-innen machen ihre ersten Wettkampferfahrungen bei den P-Stufen-Wettkämpfen, die ein wichtiges Ausbildungselement in der MTV Turnschule sind. Die P-Stufen-Wettkämpfe sind Rundenwettkämpfe in denen Pflichtübungen geturnt werden müssen. Es ist also genau vorgeschrieben, welche Turnelemente in welcher Reihenfolge geturnt werden müssen. Im ersten Halbjahr sind das Einzelwettkämpfe und im zweiten Halbjahr finden die Mannschaftswettkämpfe in der P-Stufe statt. Die P-Stufen-Wettkämpfe sind eine sehr gute Möglichkeit für die jungen Turner/-innen der MTV Turnschule, sich mit Gleichaltrigen aus dem ganzen Ländle zu messen. Die Turner/-innen beginnen mit der Bezirksmeisterschaft und können sich dann, Wettkampf für Wettkampf, bis zum Landesfinale qualifizieren. Die Turner/-innen der MTV Turnschule sind regelmäßige Wettkampfteilnehmer des Landesfinales und stehen nicht selten auf dem obersten Treppchen.

MTV Turnschule bei Meisterschaften

Unsere besten Nachwuchsturner/-innen treten auch bei nationalen Meisterschaften an. Hier stellen wir einige der erfolgreichsten MTV Turner/-innen vor.



Tom Huber
 (AK 12) – 3. Platz
 BaWü-Meisterschaften
 2018



Shahin Sultan
 (AK 11) – Württ.
 Vize Meister
 2018



Jonathan Wecker
 (AK 7) – Württ.
 Meister 2018



Marc Plieninger
 (AK 13/14) –
 BaWü-Meister 2018



Gabriel Eichhorn
 (AK 13/14) – BaWü-
 Meisterschaften,
 4. Platz



Evangelos Koussiantas
 (AK 10) – Württ.
 Meisterschaften,
 3. Platz

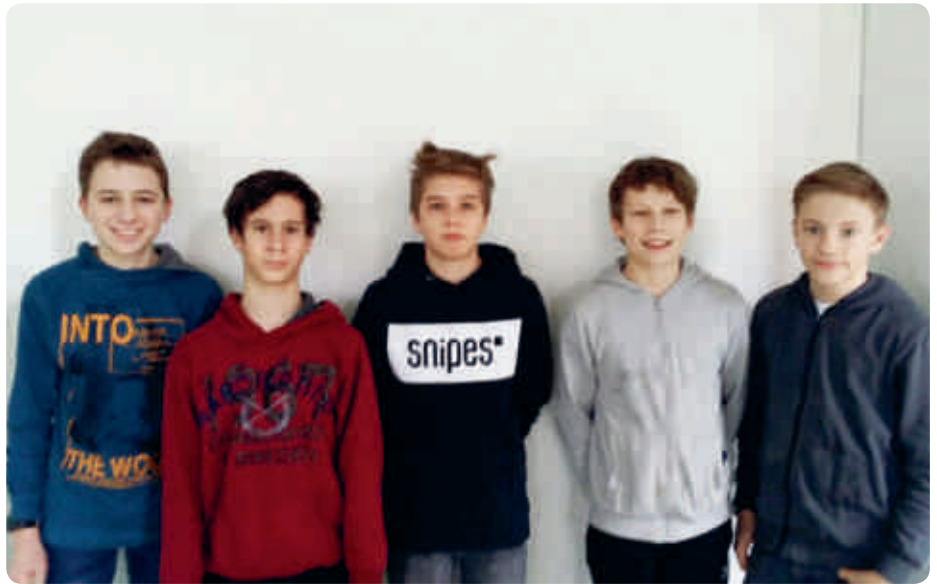


Sebastian Kary
 (AK 8) – Württ.
 Meisterschaften,
 5. Platz



Joy Ango
 (AK 8) – Württ.
 Nachwuchsmeister-
 schaften, 3. Platz

Kampfrichternachwuchs aus der MTV Turnschule



Für jeden Wettkampf an dem wir teilnehmen, müssen wir auch Kampfrichter melden. Das bedeutet: ohne Kampfrichter gibt es keine Wettkämpfe! Wir gratulieren unseren Nachwuchsturnern Malte Czinczel, Michel Fondrier, Tim Schumacher, Raphael

Schwarzbach und Franz Trautmann zu ihrer bestandenen Kampfrichterprüfung. Mit ihrer erworbenen D-Lizenz unterstützen sie jetzt schon das Kampfrichterteam des MTV Stuttgart.

Turnschule macht Spaß



In der Turnschule gibt es eine neue Sichtungsgruppe! Gesucht sind 4,5 - 6jährige Jungs mit großem Bewegungsdrang. Das Training findet am Montag, Mittwoch und Freitag, jeweils von 16:15 - 17:30 Uhr in der

Tivoli-Sportgerätehalle in der Forststr. 15 statt. Schaut einfach vorbei. Alles Weitere kann vor Ort mit dem Leiter der Turnschule, Martin Liener-Kling, geklärt werden.

mtv-turnschule@email.de

Ihre Sicherheit für morgen:
die Allianz Lebensversicherung.

Renditestark und sicher.

Von Windparks bis zum Londoner Abwassersystem – für Ihre Zukunft investieren unsere Experten weltweit in zukunftsorientierte Projekte.

allianz.de/zukunftsvorsorge

Allianz 



AB IN DIE KÖNIGSKLASSE

TEXT JOCHEN KLINGOVSKY, DOMINIK FLORIAN (STN) FOTO TOM BLOCH

Allianz MTV Stuttgart gehört zu den 20 besten Vereinen in Europa! Durch eine beeindruckende Vorstellung gegen Volei Alba Blaj schaffte das Team den Sprung auf die ganz große Bühne.



Auf dem Weg zum Quali-Sieg zur Championsleague

Viele der 1500 Fans hatten ihre Smartphones gezückt, sie wollten diesen Moment für die Ewigkeit festhalten. Nach dem verwandelten Matchball gegen CS Volei Alba-Blaj kannte der Jubel in der Scharrena keine Grenzen und die Spielerinnen fielen sich in die Arme, als fehlte ihnen selbst der Glaube daran, was sie soeben vollbracht hatten. Dank einer sensationellen Leistung, einem 3:0 Sieg (25:19, 25:17, 25:11) und einem 15:7 im Golden Set qualifizierte sich Allianz MTV Stuttgart für die Gruppenphase der Champions League. „Unglaublich, wie verrückt Volleyball sein kann“, jubelte Sportchefin Kim Renkema, die ihr Team nach dem 3:2 gegen den VC Wiesbaden noch heftig kritisiert hatte, „diesmal zeigten wir eine perfekte Leistung. Es ist kaum zu glauben, wie stark wir waren.“ Durch den furiosen Sieg gegen CS Volei Alba-Blaj hat Volley-

ball-Bundesligist Allianz MTV Stuttgart die Gruppenphase der Champions League erreicht. Hier warten illustre Gegner: Vakifbank Istanbul, der türkische Champions-League-Sieger 2018, sowie die Landesmeister Beziars VB (Frankreich) und Maritza Plovdiv (Bulgarien). „Das ist eine super interessante Gruppe“, sagt MTV-Sportchefin Kim Renkema, „Vakifbank Istanbul ist eine der besten Mannschaften der Welt, gegen diesen Gegner zu spielen, wird eine tolle Erfahrung für unser Team. Gegen die zwei anderen Kontrahenten sind wir sicher nicht chancenlos – vielleicht reicht es ja sogar zu Platz zwei in der Gruppe.“ Und womöglich zum Einzug ins Viertelfinale, das die drei besten Zweiten der fünf Vorrunden-Gruppen erreichen.

Pia Kästner

Meine persönlichen #highlights:

www.meinehighlights.de

ALLIANZ MTV STUTTGART IST STUTTGARTS SCHÖNSTER SPORT UND SEINE

#HIGHLIGHTS

Allianz 



SPANNUNG IN DVV-POKAL UND BUNDESLIGA

TEXT KARSTEN EWALD FOTO TOM BLOCH

Die Volleyball-Fans in der SCHARrena werden in diesen Wochen geradezu verwöhnt. Im ersten offiziellen Pflichtspiel der Saison, dem Achtelfinale des DVV-Pokals, wurde Pokalverteidiger Dresden mit einem 3:0 aus der Halle gefegt. Dem niederländischen Europapokalgegner Slidrecht erteilte das gleiche Schicksal. Gegen Wiesbaden wurden im ersten Ligaspiel zwar zwei Sätze abgegeben, aber

die Zuschauer feierten nach einem unglaublich spannenden Spiel einen 3:2 Sieg. Die nächsten Heimspiele folgen Schlag auf Schlag: in der Liga, im deutschen Pokal und in der Championsleague. Das Team sprüht vor Kampfgeist und Optimismus und zählt als amtierender Vizemeister auch technisch und taktisch zu den besten Mannschaften Deutschlands und zu den besten 20 in Europa.



Im Spiel gegen Slidrecht (3:0)



Pia Kästner schlägt auf

HEIMSPIELE IN DER SCHARRENA

08.12.2018	Bundesliga gegen Schwarz Weiß Erfurt
19.12.2018	Championsleague Gruppenspiel gegen Beziars VB (F)
22.12.2018	Bundesliga gegen Dresdner SC
12.01.2019	Bundesliga gegen VfB Suhl
20.01.2019	Bundesliga gegen Rote Raben Vilsbiburg
23.01.2019	Championsleague Gruppenspiel gegen Maritza Plovdiv (BG)
30.01.2019	Bundesliga gegen VCO Berlin
10.02.2019	Bundesliga gegen USC Münster
20.02.2019	Championsleague Gruppenspiel gegen Vakifbank Istanbul
02.03.2019	Bundesliga gegen Ladies in Black Aachen

Weitere Infos zu den Spielen unter: www.stuttgarts-schoenster-sport.de



KURIOSES AUS DER WASSERBALL-BEZIRKSLIGA

ALS VORLETZTER IN DER BEZIRKSLIGA STEIGEN WIR IN DIE VERBANDSLIGA AUF.

TEXT GERHARD FRANKENHAUSER FOTO TIM MEDHURST

Solche Geschichten schreibt nur der Sport. Unsere Wasserballer haben als Vorletzter in der Bezirksliga in der abgelaufenen Saison nur knapp den Abstieg verhindert. Jetzt spielen wir in der kommenden Saison eine Klasse höher in der VERBANDSLIGA.

Das geht so: Alle vor uns platzierten Mannschaften u.a. die Reserven der Bundesligisten Cannstatt, Esslingen oder Ludwigsburg wollten nicht aufsteigen. Weil die Spieler dieser II. oder sogar III. Mannschaften nicht mehr weit reisen wollen. Das hatten sie in ihrer aktiven Zeit in den ersten Mannschaften. Jetzt möchten sie auch nicht mehr so viel trainieren und gewinnen trotzdem in der Bezirksliga aufgrund ihrer Erfahrung und Technik gegen die meisten Mannschaften.

Deshalb wurden wir gefragt und die Mannen um Wasserballwart Philipp Trick haben ja gesagt zu mehr Training, deutlich weiteren Anreisen und auch Wochenendspielen. Baden-Württembergische Erdkunde ist angesagt. Geht es jetzt nach Weil am Rhein, Villingen-Schwenningen oder Heidenheim. Andere Gegner wie

Gemmingen oder Kirchheim/Teck sind dazu im Vergleich schon fast um die Ecke und gegen die II. Mannschaft vom PSV Stuttgart kommt es zum immer wieder interessanten Stadtduell.

Die Punkterunde beginnt im November und unsere Heimspiele finden überwiegend im Schul- und Vereinsbad Stuttgart-West statt. Zuschauerinteressierte bitte unter Wasserball Baden-Württemberg Verbandsliga die Spielansetzungen nachschauen.

In der II. Mannschaft werden die schon etwas älteren Jugendspieler an das Niveau der A-Klasse herangeführt. Inwieweit dann noch zusätzlich eine Jugendmannschaft (11 bis 14 Jahre) gemeldet werden kann, ist noch nicht entschieden.

Interessierte Jugendliche (gerne auch älter als 14), die schon ganz gut schwimmen können, sind zum Montagstraining im Heslacher Hallenbad von 18:45 bis 19:30h herzlich willkommen. Ein Mannschaftssport macht einfach Spaß.



Robert Teufel in Aktion



William Witecka in Aktion



Wir helfen Schritt für Schritt

ORTHOPÄDIE • BANDAGEN • REHA • SANITÄTSARTIKEL

SPORTVERLETZUNG ODER ABNUTZUNGERSCHWEINUNG?



 **BAUERFEIND**

Bildquelle: Bauerfeind AG

WIR HABEN EINE GROSSE AUSWAHL AN BANDAGEN FÜR
Knöchel • Knie • Handgelenk • Arm • Rücken • Schulter

Unser kompetentes Personal berät Sie gerne!

**Sanitäts- und Gesundheitshaus
WEBER & GREISSINGER**
Stuttgart GmbH

70176 STUTTGART • SCHLOSSSTRASSE 68
TEL 0711 - 61 70 36 • FAX 0711 - 6 15 95 49
www.weber-greissinger.de • info@weber-greissinger.de



ERSTER MTV WHEEL-SOCCER-CUP IN UNSEREM JUBILÄUMSJAHR. START EINER NEUEN SPORTART IM MTV STUTT GART?

TEXT UND FOTO RALF PROKOP



Am 3. November 2018 trafen sich auf Einladung der MTV-Wheelers rollstuhlfahrende Kinder und Jugendliche aus Baden-Württemberg in der Sporthalle Botnang, um den ersten MTV Wheel-Soccer-Pokal auszuspielen. Die VfB-Ikone Guido Buchwald hatte die Schirmherrschaft übernommen. Bei dieser Sportart für Rollstuhlfahrer/innen wird ein weicher großer Pezziball mit den Händen und auch mit Hilfe des Rollstuhls bewegt, ohne dass der Ball in die Höhe geschlagen werden darf. Es dürfen und sollen sogar nicht an den Rollstuhl gebundene Mädchen und Jungen teilnehmen. Eine tolle Sache. Die Eheleute Mandy und Marcel Pierer (AL der MTV-Wheelers) hatten das Turnier hervorragend vorbereitet und

für eine kostenfreie Verpflegung für die Aktiven und zu unserem Erstaunen auch für die Zuschauer über Sponsoren gesorgt.

In einer ansprechenden und lockeren Atmosphäre führte Mandy Pierer die Mannschaften und die Zuschauer durch das Turnier, das mit einem gemeinsamen Fangspiel aller Aktiven zum Aufwärmen begann; auch nicht alltäglich. Beeindruckend war der sportliche Ehrgeiz der jungen Akteure bei absoluter fairer Spielweise. Die Wheelers aus Pforzheim trugen letztendlich als Sieger den Pokal nach Hause, den die Heimmannschaft so gern gehabt hätte. Diese Sportart und dieses Turnier sollten eine Zukunft haben, denn auch die Stutt-

garter Nachrichten (Rubrik: Stuttgart und die Region) berichteten in ihrer Ausgabe am 5. November recht ausführlich drüber.

Auch der Abteilungsleiter Marcel Pierer zog ein positives Fazit:

„Ich bin mit der Veranstaltung, wie es gelaufen ist, voll zufrieden. Dafür, dass wir das erste Mal gemacht haben, war es richtig gut. Viele Eltern haben sich auch richtig mit reingehängt in der Vorbereitung, wie man an der Spielanzeige und der musikalischen Untermalung gesehen und gehört hat, das war echt großartig. Die Kinder waren voll dabei und haben auch viel Ehrgeiz gezeigt, was neben viel Freude auch zu der ein oder anderen Träne geführt hat. Emotionen pur.“

MTV-MITGLIED SUCHT WOHNUNG

Jedes Vereinsmitglied kann im MTV-Magazin eine (bezahlte) Anzeige schalten und erreicht damit rund 25.000 sportlich interessierte Menschen mit „MTV-Stallgeruch“ in Stuttgart Mitte, West, Nord und Botnang.

MTV-Familie mit zwei Kindern (12 und 15) aus dem Stuttgarter Westen sucht ein neues Zuhause.

Wir suchen eine große Wohnung oder ein Haus zum Kauf. Es sollten 5 Zimmer mit mindestens 120 Quadratmeter Wohnfläche sein, möglichst mit Terrasse und sehr gerne auch mit Garten. Der Stuttgarter Westen oder die nähere Umgebung wären uns sehr lieb. Wir freuen uns über Ihren Anruf unter 0711 / 5045 6050 oder über eine E-Mail an immo-stuttgart123@web.de

BAUVORHABEN BEIM MTV STUTTGART

TEXT KARSTEN EWALD / GESCHÄFTSFÜHRER

Der MTV Stuttgart hatte in den vergangenen drei Jahren zwei große Bauvorhaben geplant. Es ging zunächst um die Aufstockung und Erweiterung des MTV-Fitness-Studios „MOTIV“ und dann um den Abriss und Neubau des so genannten Betriebsmeistergebäudes am Kräherwald (also das schwarze Gebäude am Eingang der Kräherwaldanlage). Für beide Maßnahmen wurden umfangreiche Planungen vorgenommen und auch die Finanzierungsgrundlagen gesichert (Zuschüsse und Darlehen).



Vor dem Neubau: Peter Kolb (stv. MTV-GF), Jürghen Zeeb und Margit Klein (Zeeb-Architekten) und Dr. Karsten Ewald (MTV-GF)

Aufstockung MOTIV

Im Sommer 2017 wurde mit der Aufstockung des MTV-Fitness-Studios begonnen. Es galt zunächst, ein optisch und funktionell ansprechendes bzw. nutzbringendes bauliches Konzept zu entwickeln. Hier gelang es unserem Partner von Zeeb-Architekten in enger Zusammenarbeit mit dem MTV-Bau-Ausschuss unter der Leitung von Vizepräsident Gerd Kopf ein ansprechendes bauliches Modell zu entwickeln. Die geneigte Glasfront, die das Erd- mit dem Obergeschoss verbindet, wurde in gegensätzlicher Richtung rückgeneigt, so dass im 2.Obergeschoss keine Flächenminderung erzeugt wurde und sich zudem eine sehr interessante Innenperspektive ergab. Die Nutzer des neuen Kursraumes im 2.OG haben jetzt einen wirklichen Premiumblick über die grüne MTV-Anlage und das Freibad. Im ersten OG wurden die Kardiogeräte sowie der Freihandeltbereich installiert.

Dadurch entstand im Erdgeschoss viel Platz für den neuen und erweiterten Gerätepark, der auch völlig neue Fitnesskonzepte möglich macht (360 Grad Fitness unter Einsatz von modernen, computerüberwachten Trainingsgeräten sowie einem trendigen Flexx-Zirkel). So waren Architekt, Vorstand und Geschäftsleitung bei der Einweihung zu Recht stolz auf das Erschaffene. Vielen Dank auch an die Stadt und den Württembergischen Landessportbund, die diesen Neubau durch Zuschüsse ermöglichten. Wettbewerbsverzerrung im Vergleich zu privaten Anbietern? Fehlangezeigt, denn die Überschüsse des MOTIV dienen ausschließlich zur vereinsinternen Quersubventionierung für die Aufrechterhaltung der hochwertigen aber kostenintensiven Betreuung unserer 4.200 Kinder und Jugendliche in zahlreichen Wettkampfabteilungen.



Die Planungen sind in fortgeschrittener Phase

Neubau am Kräherwald

Unter dem Arbeitsnamen „Sportpunkt“ plant der MTV Stuttgart den Bau eines viergeschossigen Multifunktionsgebäudes zur wirksamen und qualitativ hochwertigen Erweiterung seines Angebotsspektrums. Im Untergeschoss sollen moderne Umkleidebereiche für die Fußballer entstehen, im Erdgeschoss zwei Sporthallen und ein Kommunikationszentrum, im Obergeschoss weitere 2 Kursräume und ganz oben, überdacht aber an der frischen Luft, ein Bereich für Freiluftprogramme im funktionellen Training auf Baumwipfelhöhe. Der Bau wird ein Volumen von ca. 4,5 Mio. Euro haben. Die Finanzierung ist gesichert. Der MTV erhält von der Volksbank Zuffenhausen ein Darlehen über 2,1 Mio. Euro.

Knapp 2 Mio. Euro sind als Zuschüsse von Stadt und Land zugesagt und der Verein verfügt über eine Baurücklage von 600 T€. Gemeinsam mit der Firma Nusser Systembau arbeitet der MTV-Bau-Ausschuss intensiv an den konkreten Planungsunterlagen zur Vorbereitung der Baugenehmigung (hier haben wir natürlich bereits im Vorfeld mit allen zuständigen kommunalen Behörden gesprochen). Da geht es um jede Kleinigkeit, denn wir wollen eine rundum optimale Lösung schaffen, um den Verein für die nächsten 20 Jahre programmatisch fit zu machen. Baubeginn soll im Frühsommer 2019 sein und die Inbetriebnahme im Spätherbst 2020.

MTV-TERMINE

Mi 05. Dezember

VORSTANDSSITZUNG

GF-Büro / 17:30 Uhr

HAUPTAUSSCHUSS

MTV-Treff / 19:30 Uhr

Sa 08. Dezember

BUNDESLIGA VOLLEYBALL

SCHARRena / Allianz MTV Stuttgart

vs. Schwarz-Weiß Erfurt / 19:30 Uhr

So 09. Dezember

KINDERWEIHNACHTSFEIER

Sporthalle West / MTV-Kids bis 14

Jahre / 14:00 - 16:30 Uhr

Sa 22. Dezember

BUNDESLIGA VOLLEYBALL

SCHARRena / Allianz MTV Stuttgart

vs. Dresdner SC / 18:00 Uhr

Di 01. - 06. Januar

KINDER- UND JUGENDAUSFAHRT

Unterwasser (CH) / Kinder von 8-13 Jahren

Di 01. - 06. Januar

FAMILIENAUSFAHRT

Unterwasser (CH) / Familien mit Kindern

Mi 02. - 06. Januar

JUGENDAUSFAHRT

Jerzens (Tirol) / Jugendliche von 14-17 Jahren

Sa 12. - 26. Januar

3 TAGESAUSFAHRTEN AN 3 SAMSTAGEN

Allgäu, Tannheimer Tal / geeignet für alle Könnensstufen

Sa 12. Januar

BUNDESLIGA VOLLEYBALL

SCHARRena / Allianz MTV Stuttgart

vs. VfB Suhl Lotto Thüringen / 19:30 Uhr

Do 17. Januar

WINTERWANDERUNG

Renninger Krippe

Sa 19. - 26. Januar

SKIWOCH SCHLADMING

Schladming (Österreich)

So 20. Januar

BUNDESLIGA VOLLEYBALL

SCHARRena / Allianz MTV Stuttgart

vs. Rote Raben Vilsbiburg / 19:15 Uhr

Mi 30. Januar

BUNDESLIGA VOLLEYBALL

SCHARRena / Allianz MTV Stuttgart

vs. VCO Berlin / 19:00 Uhr

Fr 08. - 10. Februar

HÜTTENFEST IM SCHNEE

Unterwasser (CH) / Wochenende zum Abschalten, Feiern und Sporteln

Fr 08. Februar

SPORTLEREHRUNG

Bürgerzentrum West / 19:00 Uhr

So 10. Februar

BUNDESLIGA VOLLEYBALL

SCHARRena / Allianz MTV Stuttgart

vs. USC Münster / 14:30 Uhr

Sa 16. Februar

WINTERSPASSTAG

Tannheimer Tal / Ein Tag im Schnee für alle in Jungholz

Mi 20. Februar

FRAUENPOWER

Balderschwang / Tagesausfahrt für MTV-Frauen

Sa 02. - 09. März

LET'S RIDE IT

Saalbach-Hinterglemm / Die Saalbach-Jugendfreizeit

Sa 02. März

BUNDESLIGA VOLLEYBALL

SCHARRena / Allianz MTV Stuttgart

vs. Ladies in Black Aachen / 19:30 Uhr

So 03. - 09. März

FASCHING IM SCHNEE

Lüsener Tal, Kühtai / Familienausfahrt

Mi 10. - 15. März

SKIFAHREN - EINFACH SO

Mellau, Bregenzer / für Freunde und Mitglieder der MTV-Skiabteilung

Do 14. März

BUNDESLIGA VOLLEYBALL

SCHARRena / Allianz MTV Stuttgart vs.

SCC Palmberg Schwerin / 19:00 Uhr

Do 23. März

BUNDESLIGA VOLLEYBALL

SCHARRena / Allianz MTV Stuttgart vs.

SC Potsdam / 18:30 Uhr

DIE PARTNER DES MTV STUTT GART

PREMIUM PARTNER

DR.BOLZIMMOBILIEN
Chartered Surveyors

el Pistolero
STUDIOS

KARSTADT
SPORTS

STAR INN
HOTEL
Comfort

BREITMEYER
CITYSOCCER

PGD
Selbstständiger Vertriebspartner der PSD GmbH
Marco Supan

Xavin



URBAN PROPAGANDA
COMMUNICATIONS GMBH

RESTAURANT
ALTE HOFKAMMER

YEANS
HALLE
Y_H

PROMOTION PARTNER

MEISTER-FAMILIENBETRIEB
GENSMANTEL
BAUGESCHÄFT

PHYSIO=THERM
Infrarotkabinen

Speedy
toX
www.speedytaa.de

UP ON
ONLINE MARKETING

RA 0711
RECHTSANWÄLTE STUTTGART

m. s. Alesi

TOP OPTIK
ANDRÉ ANDRÉ HOFMANN
mit Kompetenz und Leidenschaft

allservice

Steimle



DIAMANT
Klimasysteme

coworking

S/F/G
Fotografien & Videos

Johann JACOBI

Blumen Cech

BANKHAUS
AUGUST LENZ
Kommunikation & Marketing

dimac
Spezialdruckerei

Systemedia
HAB MEDIEN

Family Home
EINRICHTUNG & DEKORATION

FELBACHER
WEINGARTNER

BUCK

friess+merkle
Elektronik

PANINI

Gauggel
in der Nähe von Stuttgart

Göckelmaier
Die Schreinmeister

HEART & SOLE
die Laufspedition

CB
GRUND & BODEN WERT

BAYH & FINGERLE

WIMIS
METALL SERVICES

Siegfried König
Gitarren & E-Gitarren

KONZEPT
Raumausstattung
Die Kunst des Wohnens

KOPF
Immer dieser Schreiner!

KANZLEI
KNAUS

HUBERTUS-APOTHEKE
Ihre Gesundheit ist unser Ziel

DEINE VIRTUELLE
STADT 2

ENMAZE
LIVE GAMES

DRECHSEL
STEUERBERATER

Auracher

SELGROS
cash & carry

SCHNELLER
BAU

Handwerk
mit Stil

ib
Berufliche Schulen Stgt-Mitte

OBI
Westbahnhof

MAYER PARIS
Versicherungsmakler
GmbH & Co. KG

UPSTAIRGO

NOVAFON

NECKAR-KÄPT'N

handwerk
mit stil

PURE
HARTWOLLE & FIBERGLAS

Rafel Alesi
Racing Driver

Two Green Strategies

NESHATI
INDIVIDUELLE RAUMGESTALTUNG

Häcker
FLIESEN & NATURSTEINE
www.haacker-stm.de

Der Stuttgarter

JUGEND UNTERSTÜTZEN.
LEISTUNG FÖRDERN.



PRO MOTION
PARTNER & FÖRDERER

HAUPTSPONSOREN

COMMERZBANK 

Allianz 

SCHARR 
bringt Energie ins Leben

EXKLUSIVPARTNER

AOK
Die Gesundheitskasse.

BWPOST 
Regional. Deutschlandweit. Weltweit.



WURZEL Mediengruppe
Companies for Quality



MTV STUTTGART
1843 e.V.

IHR HABT DEM MTV GEKÜNDIGT? SCHADE, DOCH:

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

Was kostet eine Fördermitgliedschaft?

Als MTV-Fördermitglied zahlt Ihr 48 Euro im Jahr.

Was bekommt Ihr als Fördermitglied?

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

Was nützt Euch der Fördermitgliedsausweis?

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

WWW.VEREINSPROMOTION.DE



Ruft uns einfach an: 63 99 18

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

AURACHER MÖBELSPEDITION – UMZIEHEN MIT DEM FACHMANN

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

www.auracher-umzuege.de

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

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

