



# 1843 vereint

DAS MTV MAGAZIN

**THEMENSPECIAL**

**SPORT  
FÜR KINDER**



**LIFESTYLE**

Was Allergiker jetzt wissen sollten

**SPORTLEREHRUNG**

Unsere Besten des Jahres 2023

Die **Bauge-  
nehmigung**  
ist da.



Jetzt zum  
Marktführer  
wechseln!

# Unser Beitrag: Stabilität für Ihre Gesundheit.

Unser Zusatzbeitrag ist unter dem Durchschnitt –  
im Gegensatz zu unseren Leistungen! Auch deshalb  
vertrauen uns schon über 4,6 Millionen Menschen.  
Sie gehören noch nicht dazu?

## GESUNDNAH

AOK Baden-Württemberg  
Die Gesundheitskasse.



# 03 EDITORIAL

## VEREINT - TOGETHER - ZUSAMMEN

Das Jahr 2024 bringt für den MTV, seine Mitglieder und Mitarbeitenden nicht nur sportliche, sondern auch finanzielle und organisatorische neue Herausforderungen. Um diese Herausforderungen **VEREINT** zu meistern brauchen wir euch alle.

Die erste große Herausforderung betrifft die in den letzten Jahren stark gestiegenen Energiekosten. Der Verein und sein Energiepartner, die Stadtwerke Stuttgart zeichneten Ende 2023 einen neuen Energievertrag. Die nun höheren Kosten für Gas und Strom wird der MTV spüren. Doch hier können wir alle **ZUSAMMEN** einen Beitrag leisten, Energie und damit Kosten zu sparen. Wir alle sollten aufmerksam sein, dass keine Energie unnötig verschwendet wird. Nach dem Motto: die letzten machen das Licht aus und schließen die Fenster, freuen wir uns über euer Engagement genauso wie über euer Knowhow und eure Tipps, um die vereinseigenen Anlagen effizient zu betreiben.

Die weltweite Energiewende ist unausweichlich um den Klimawandel einzudämmen. Der bewusste Umgang mit Energie und die Förderung von nachhaltigen Praktiken sind dabei von größter Bedeutung.

Positiv ist die nächste Herausforderung – unser Neubau am Kräherwald 188. Die Baugenehmigung ist da! Jetzt gilt es, **TOGETHER** mit den uns beratenden Firmen Eidechsen und Fledermäuse auf und am Baugelände zu retten und dann können wir endlich loslegen. Mehr dazu auf den folgenden Seiten.

In diesem Sinne wünschen wir euch eine anregende Lektüre und hoffen auf eine Zukunft, die von Achtsamkeit, Verantwortung und solidarischem Handeln geprägt ist.

**Peter Kolb**  
Geschäftsführer Technische Betriebe

# 04

## INHALT

- 06 **MTV-Präsident**  
Unsere Zukunft heißt Next Gen
- 07 **Einladung zur Hauptversammlung**
- 08 **Sportlerehrung**
- 11 **Sportabzeichen**
- 12 **Inklusion**  
5. Wheelsoccer Cup in Stuttgart
- 14 **Themenspecial**  
Sportarten für Kinder
- 19 **Lifestyle**  
Sport und Heuschnupfen
- 20 **Fitnessstudio MOTIV**  
Sporttherapie auch im Fitnessstudio
- 22 **Bauprojekte**
- 23 **Digitale Transformation**
- 25 **Unsere Dualen Studentinnen**
- 26 **Unsere Sportkurse**



### 14 Themenspecial Sportarten für Kinder



### 12 Inklusion

Titelfoto: Adobe Stock

Hergestellt aus Recyclingpapier



**Social Media & digitales Magazin**

Entdecke und folge uns auf den Social Media Kanälen.





44



54



64

**MTV ABTEILUNGEN**

- 34 **Wir im MTV**  
Interview mit Mitgliedern
- 37 **Abteilungen von A-Z**  
Neues aus den Abteilungen
- 64 **Sparda BSP Stuttgart**

- 68 **MTV Business Club**
- 70 **Historische Splitter**
- 72 **Stellenanzeigen im MTV**

- 73 **Spenden**
- 74 **Sponsoren/Impressum**
- 75 **Promotion Partner**



**19 Lifestyle Sport und Heuschnupfen**



06



”

Ich bin besonders stolz darauf, dass wir ein solch abwechslungs- und umfangreiches Sportangebot für Kinder und Jugendliche bieten wie kaum ein anderer Verein und das deshalb weit mehr als die Hälfte unserer fast 9.500 Mitglieder jünger als 18 Jahre alt sind.

Nico Helwerth

Liebe Mitglieder, liebe Freund:innen des MTV Stuttgart, liebe Kinder,

ich wurde unlängst gefragt, auf was ich im MTV besonders stolz sei. Die Antwort darauf fiel mir keineswegs schwer: Ich bin besonders stolz darauf, dass wir ein solch abwechslungs- und umfangreiches Sportangebot für Kinder und Jugendliche bieten wie kaum ein anderer Verein und das deshalb weit mehr als die Hälfte unserer fast 9.500 Mitglieder jünger als 18 Jahre alt sind.

Und genau diese Vertreter der nächsten Generation, also der Next Gen, möchten wir gerne langfristig an den MTV binden, denn Sport und Bewegung sind die Grundlage für ein gesundes und erfülltes Leben. In Zeiten von Lehrkräftemangel und ausfallenden Sportstunden ist der MTV umso mehr gefordert, um dem Bewegungsmangel der Schulkinder entgegenzuwirken. Wir werden unseren Fokus folglich auch in den nächsten Jahren darauf richten, möglichst vielen Kids, Teens und Twens die passenden Angebote in unserem Sportprogramm zu machen und uns darüber hinaus bemühen, Trends für diese wichtige Zielgruppe schneller aufzugreifen.

An dieser Stelle habe ich bereits oft darauf hingewiesen, dass Sporthallen und -stätten unabdingbar sind, um weitere Mitglieder gewinnen zu können. Unser Sportpunkt, das Neubauprojekt am Kräherwald, würde dafür einen ganz wesentlichen Beitrag leisten können.

Nun ist es uns hier endlich vergönnt, eine gute Nachricht verkünden zu können: Pünktlich zu Weihnachten haben wir, nachdem drei (!) Jahre seit Antragsstellung vergangen sind, endlich die Baugenehmigung erhalten. Im Frühjahr werden wir mit den Vorarbeiten beginnen, in der Hoffnung, dass mit dem tatsächlichen Neubau vielleicht noch in diesem Jahr begonnen werden kann. Mein Dank gilt den beteiligten Vorständen und Geschäftsführern für ihre zeitintensive Arbeit an diesem Projekt sowie unseren Partnern der Stadt Stuttgart, vor allem im Amt für Sport und Bewegung. Wir freuen uns auf die nun folgenden, nicht minder arbeitsintensiv werdenden Schritte für unseren MTV.

Im Februar haben wir bei der Sportgala vor toller Kulisse im Bürgerzentrum West gerade erst die Sportlerinnen und Sportler des Jahres 2023 ausgezeichnet, dabei werden die ersten Erfolge für den MTV im Jahr 2024 bereits erzielt. Neben unseren Aushängeschildern wie Anja Wicker (Para-Biathlon und -langlauf), den Volleyballerinnen von Allianz MTV Stuttgart, den Basketballteams der Damen und Herren, unserem Blindenfußballteam, den Turnerinnen und -turnern sowie den Mädels vom Roller Derby biegen viele Sportarten auf die Zielgerade der Wettkampfsaison ein. Wir fiebern weiter mit und hoffen auf viele rot-weiße Erfolge. Und natürlich drücken wir kräftig die Daumen, dass die MTV-Farben auch bei den olympischen und paralympischen Spielen in Paris im Sommer vertreten sein werden.

Ich freue mich auf ein sportliches Frühjahr für alle MTV-Mitglieder, herzlichst,

Nico Helwerth  
Präsident des MTV Stuttgart 1843 e. V.



# Unsere Zukunft heißt Next Gen

# Einladung

## zur Mitgliederversammlung

Gemäß § 11 Absatz 1 und 2 der Vereinssatzung wird hierdurch die alljährliche Ordentliche Hauptversammlung einberufen.

### Tagesordnung

- > Begrüßung und Annahme der Tagesordnung
- > Entgegennahme der Jahres- und Rechenschaftsberichte des Vorstandes und des Berichts der Rechnungsprüfer (§ 11 Abs. 7.1).
- > Aussprache zu den Berichten
- > Entlastung des Hauptausschusses und des Vorstands (§ 11 Abs. 7.2)
- > Festsetzung des Haushaltsplans und der Mitgliedsbeiträge (§ 11 Abs. 7.3)
- > Wahl des Vorstandes, des Ehrenrates und der Rechnungsprüfer (§ 11 Abs. 7.4)

Freitag, den 28.06.2024  
um 19.30 Uhr

In der MTV-Halle, Am Kräherwald 190 A,  
70193 Stuttgart

- > Beschlussfassung über etwaige Anträge
- > Satzungsänderung:  
„Satzungsänderung zur Einführung einer zeitlich flexibleren Mitgliedschaft und einem angepassten Kündigungsrecht § 7 und 8“

Einsichtnahme der endgültigen Formulierung ab 6 Wochen vor der MV (§ 11 Ziff. 3).

Anträge zur Aufnahme in die Tagesordnung müssen mindestens 6 Wochen vor dem Hauptversammlungstermin bei der Geschäftsstelle des Vereins eingegangen sein.

### Amt

#### Wahlgruppe 1 (für zwei Jahre)

Präsident .....	Dr. Nico Helwerth
Vorstand Recht .....	Lenard Knaus
Vorstand Jugend / Leistungssport .....	
Vorstand Kommunikation / Digitales .....	Bojan Slegel

#### Wahl des Ehrenrats

Sprecher des Ehrenrats .....	Dr. Erika Hahn
Ehrenrat .....	Kurt Brüderle Monika Rahner Kuretschka Bernhard Jakob Dr. Sabine Gfrörer Ralf Prokop Dr. Kirsten Häusler

#### Wahl der Kassenprüfer

Sprecher der Kassenprüfer .....	Eckhard Kern
Kassenprüfer .....	Martin Cuezva Rettenmaier

Die Unterlagen zum Rechnungsabschluss und Haushaltsplan können ab 10.05.2024 in der Geschäftsstelle angefordert werden.

Der Vorstand des MTV Stuttgart

# 2023 Sportlerehrung

## Bunt, vielfältig und erfolgreich

Der MTV Stuttgart ist stolz auf sein vielfältiges Sportangebot, das sowohl Leistungs- als auch Breitensport umfasst. Die Sportlerehrung 2023 feiert die Erfolge und Leistungen der Athleten:innen und Teams des vergangenen Jahres aber auch die ehrenamtliche Leistungsträger:innen neben dem Feld, die dies ermöglichen.

Dieser Abend zeigt auf hervorragende Art und Weise wie bunt, vielfältig und erfolgreich unser MTV und seine Athleten:innen auch im vergangenen Jahr wieder waren.

„Der MTV betrachtet Sport als einen Wertevermittler, der zu einem gesunden Miteinander in der Gesellschaft beiträgt. Die Veranstaltung ehrt die Erfolge sowohl im Spitzensport als auch im Breitensport, wobei 16 Kategorien die Vielfalt des Vereins widerspiegeln. Ein besonderer Dank gilt den Trainern, Übungsleitern und Betreuern für ihr ehrenamtliches Engagement, das zu den Erfolgen beiträgt. Ihre Arbeit wird an diesem Abend besonders gewürdigt.“ so unser Präsident Nico Helwerth in seiner Begrüßung.

Text: MTV Stuttgart | Fotos: Ibrahim Tekin



**Anja Wicker**  
Kategorie Sportlerin des Jahres – Spitzensport



**Olaf Müller**  
Kategorie Manager des Jahres



**Ibrahim Tekin**  
Kategorie MTV-Ehrenamt



**Kiriakos Stoitsis**  
Kategorie Trainer des Jahres



➤ **Elisabeth Seitz**  
Kategorie Sportlerin des Jahres – Spitzensport  
Foto: Qingwei Chen



➤ **Henry Pierer**  
Kategorie Sportler des Jahres – Jugend



➤ **Helen Kevric**  
Kategorie Sportlerin des Jahres – Jugend  
Foto: Qingwei Chen



➤ **Regional Damen Basketball**  
Kategorie Mannschaft des Jahres – Spitzensport



➤ **Fußball**  
Kategorie Mannschaft des Jahres – Spitzensport Männer



➤ **Svenja Vöhringer**  
Kategorie Sportlerin des Jahres – Jugend



➤ **Wheelsoccer**  
Kategorie Mannschaft des Jahres – Spitzensport Männer



➤ **Triathlon**  
Kategorie Mannschaft des Jahres – Spitzensport Männer



➤ **Kai Orlov**  
Kategorie Schiedsrichter  
des Jahres – Basketball



➤ **Ilija Bilbija, Fußball**  
Kategorie Fairnesspreis  
des Jahres



➤ **Georgios Metaxarakis**  
Kategorie MTV Online  
Award



➤ **Henri Nelson Massing**  
Kategorie Sportler des Jahres  
– Allgemeiner Sport



➤ **Turn-Team Stuttgart**  
Kategorie Mannschaft des Jahres – Spitzensport  
Foto: Qingwei Chen



➤ **Susanne Hemmann,**  
Kategorie Sportlerin des  
Jahres – Allgemeiner Sport  
Foto: Volleyball Freizeit



➤ **Gabriel Eichhorn**  
Kategorie Sportler des  
Jahres – Spitzensport  
Foto: Turnabteilung



➤ **Volleyball 1 Bundesliga**  
Kategorie Mannschaft des Jahres – Spitzensport  
Foto: Justus Stegemann



➤ **Volleyballakademie U18**  
Kategorie Mannschaft des Jahres – Jugend  
Foto: Frank Voss

## Herzlichen Glückwunsch

an alle Athleten:innen zu ihrer Auszeichnung und ihren tollen Leistungen im vergangenen Jahr.

2023  
Fotos: Ibrahim Tekin

# Deutsches Sportabzeichen im MTV Stuttgart

Das Deutsche Sportabzeichen ist eine Auszeichnung, die in Deutschland und ebenso im MTV Stuttgart, verliehen wird. Wir haben im MTV Stuttgart verschiedene Gruppen und möchten Euch gerne einladen, bei uns im MTV das jährliche Sportabzeichen zu erwerben.

In den letzten Jahren haben wir hier leider einen Rückgang der Teilnehmer:innen erfahren müssen, die Gründe hierzu sind sehr verschieden und speziell, d.h. Altergründe, Wegzug, kein Interesse, o.ä.. Die Gruppen sind mit unseren bekannten Leiter:innen an

allen Tagen beim MTV Stuttgart vor Ort, und alle Teilnehmer:innen erreichen nach dem unterstützten Sommertraining im Herbst bei der Prüfungsabnahme die vorgegebenen Ziele. Es sind sehr offene Gruppen mit einem guten Teamspirit und sie freuen sich über Neuzugänge aller Art.

Es sind i.d.R. keine spezifischen Anforderungen erforderlich, es soll nur ein Grundverständnis für Sport im Freien und im Allgemeinen vorhanden sein. Die Leiter:innen freuen sich immer über Nachwuchs und geben ihr Wissen an diese weiter.

## Allgemeine Anforderungen:

Die folgenden 4 Punkte sind Basis für die Wertungen:

- |                    |                         |
|--------------------|-------------------------|
| <b>1. Ausdauer</b> | <b>3. Schnelligkeit</b> |
| <b>2. Kraft</b>    | <b>4. Koordination</b>  |

Hier kann sich jede:r Sportler:in im Rahmen der Altersklasse einbringen und die eigenen gewünschten Ziele erreichen. Es ist wichtig zu beachten, dass die genauen Anforderungen sich ändern können und von Faktoren wie Alter, Geschlecht und individuellen Voraussetzungen abhängen.

Ich empfehle, die aktuellen Richtlinien des Deutschen Olympischen Sportbundes (DOSB) zu lesen, um genaue Informationen zu den Anforderungen der jeweiligen Altersklasse erhalten.

Wir freuen uns auf die vielen kommenden Neuzugänge in der jetzt beginnenden Saison

Erich Stradinger



## Vorteile

- > **Gesundheitsförderung:**  
Die verschiedenen Disziplinen fördern eine vielseitige sportliche Betätigung, was sich positiv auf die Gesundheit auswirken kann
- > **Motivation zur Bewegung:**  
Das Sportabzeichen motiviert Menschen, regelmäßig Sport zu treiben und die körperliche Fitness zu verbessern
- > **Gemeinschaft und Teamgeist:**  
Das Sportabzeichen kann im Verein erworben werden, was erheblich den Teamgeist fördert
- > **Persönliche Leistungsförderung:**  
Durch gemeinsame sportliche Aktivitäten werden persönliche Ziele schneller erreicht
- > **Anerkennung:**  
Das Sportabzeichen ist eine offizielle Auszeichnung und wird vielfach anerkannt. Bei mehrfach abgelegten Prüfungen kann von der Stadt Stuttgart eine weitere Würdigung erfolgen

# Der 5. Wheelsoccer Cup in Stuttgart: Ein inklusives Sportfest für alle

Am Sonntag den 12. November 2023 strahlte die Ballspielhalle in Botnang im Glanz des 5. Wheelsoccer Cups des MTV Stuttgart 1843 e.V.

Das Event, das mithilfe unseres Partners der Inklusion, den Stadtwerken Stuttgart nachhaltig gestaltet werden konnte, hat sich als ein Inbegriff der Inklusion etabliert und bringt Menschen jeden Alters und jeder Fähigkeit zusammen, um die Faszination von Wheelsoccer zu erleben.

Youtube-  
Beitrag des  
SWR-Sport:



## Termine 2024

23.03. **Para-Leichtathletik Trainer:innenfortbildung**  
gemeinsam mit dem wlv e.V. und dem wbrs e.V.  
beim MTV Stuttgart 1843 e.V. am Kräherwald

06.04. **Netzwerktreffen**  
„Inklusion in der Leichtathletik“ am Kräherwald

27.04. **Para-Tischtennis-Workshop**

04.05. **Louis Braille Festival 2024**  
Blindenfußball

04.05. **Bürgerfest West**  
Wheelchair Skills Station, Rollstuhlsport,  
Rollstuhlbasketball

05.05. **Fußball-Inklusions-Tag**  
anlässlich der EURO 2024 auf dem Schloss-  
platz in Stuttgart

21.07. **Stuttgart Lauf**  
Teilnahme am Mini-Marathon für Kinder  
und Jugendliche sowie Handbikerennen  
über 7 und 21 Kilometer

11. –  
12.05. **Kinder und Familienfestival**  
Wheelchair Skills Station mit den Wheelers

12.06. **BOSS Open inklusive Tennisangebote**

20.07. **Landesfinale SOBW Feld Fußball**  
plus 1. Inklusionsfußball-Kinderturnier

Die Eröffnung dieses aufregenden Turniers erfolgte um 9:45 Uhr mit einer inspirierenden Ansprache von Herrn Dr. Clemens Maier, dem Bürgermeister für Sicherheit, Ordnung und Sport der Stadt Stuttgart. Der Schirmherr betonte die Bedeutung der Veranstaltung für die Förderung inklusiver Sportveranstaltungen und setzte damit den Auftakt für einen Tag voller Sportlichkeit und Begeisterung.

Mit acht Kinder- und erstmals sieben Erwachsenenmannschaften war die Vielfalt der Teilnehmer ein herausragendes Merkmal des diesjährigen Cups. Neben lokalen Sportvereinen wie dem FC Esslingen und dem ASV Botnang traten auch Rollstuhlsporthands aus verschiedenen deutschen Städten wie Bielefeld, Ulm und Laubenheim an, um ihr Können zu zeigen.

Besonders herausragend war die Leistung unseres Wheelers-Rollicracks-Teams, das in der Erwachsenenklasse den 2. Platz erreicht hat und sich im Finale nur Arminia Bielefeld geschlagen geben musste. Die beeindruckende Leistung und ihre konsequente Spielstrategie führten zum verdienten 2. Platz, der von ihren Fans und Gegnern gleichermaßen anerkannt wurde.

In der jüngeren Altersklasse spielte sich das Team der Wheelers bis ins Finale und wurde erst dort gestoppt und hat sensationell den 2. Platz belegt.

Das besondere Flair von Wheelsoccer offenbarte sich in jeder Partie, während die Spieler:innen mit ihren Sportrollstühlen über das Spielfeld flitzten und mit beeindruckenden Wendungen, Bremsmanövern und präzisen Spielzügen den Ball im Auge behielten.

Gerd Kopf, Vizepräsident des MTV Stuttgart 1843 e.V., war von der Veranstaltung begeistert und betonte die Bedeutung des Turniers als Höhepunkt der inklusiven Events des Vereins. „Der gemeinsame Wettkampf

von Sportler:innen mit und ohne Behinderung ist einmalig und macht auch als Zuschauer:in riesigen Spaß“, so Kopf. Die Emotionen kulminierten schließlich bei der Siegerehrung, als Vizepräsident Gerd Kopf die Medaillen an die strahlenden Sportler:innen überreichte. Freudentränen und Jubel begleiteten diesen bewegenden Moment, der die harte Arbeit und das Engagement jedes Teilnehmers und jeder Teilnehmerin würdigte.

Der 5. Wheelsoccer Cup in Stuttgart war nicht nur ein Wettkampf, sondern auch ein Fest der Gemeinschaft und des Zusammenhalts. Die Teilnehmer:innen, Zuschauer:innen und Organisator:innen haben erneut bewiesen, wie der Sport Grenzen überwinden und Menschen zusammenbringen kann. Die Veranstaltung endete mit einem Gefühl der Erfüllung und Vorfreude auf kommende inklusive Events, die zweifellos ebenso inspirierend und bewegend sein werden.

Ein herzliches Dankeschön an Ibrahim Tekin, Verbandsjugendspielleiter und stv. Verbandsjugendleiter des Württembergischen Fußballverbandes sowie Mitglied des MTV Stuttgart. Mit seinen herausragenden Bildern hat er die Wheelers den ganzen Tag über tatkräftig begleitet und dokumentiert. Ihre sportlichen Momente wurden durch seine fotografische Unterstützung eindrucksvoll festgehalten.

**Großer Dank für dieses wertvolle Engagement!** Ebenfalls danken möchten wir unseren Partnern, dem WBRS sowie dem DRS sowie all den Helfern, die diesen Tag mit ihrer Hilfe-Spenden-Kuchen-Zeit zu diesem tollen Event gemacht haben.

#### Euer MTV Stuttgart

DIE INKLUSION WIRD UNTERSTÜTZT VON:

Text: Mandy Pierer | Fotos: Ibrahim Tekin



Wheeler's Rollicracks – ein Team!



Wheeler's Rollikids vor dem ersten Spiel.

# Turnen, Fußball oder Schwimmen?

## Das sind die besten Sportarten für Kinder

**Bewegung tut gut – von klein auf, das ist sicher.** Doch nicht jede Sportart ist schon für Kindergarten-Kinder und Grundschüler:innen geeignet. Welche Sportart für welches Alter empfehlenswert ist, das fragen sich Eltern oft.

**Generell gilt:** Allgemeine Bewegung schult Muskulatur, Koordination und Motorik. Aber auch emotional profitieren Kinder vom Sport. Gerade im Kindesalter sollte die Bewegung vor allem Spaß machen und Erfolgserlebnisse vermitteln. Das stärkt von Anfang an das Selbstbewusstsein. Aber auch die sozialen Fähigkeiten sind wichtig. Beim Sport in der Gruppe lernen schon die Jüngsten, aufeinander Rücksicht zu nehmen und sich teamorientiert zu verhalten.

## Sporttaschen-Check:

### Schon Kita-Kinder können packen

Am besten helfen Kinder schon im Kita-Alter beim Packen der eigenen Sporttasche. Zum einen lernen sie so, Verantwortung für ihre Sachen zu übernehmen. Zum anderen sollen sie mitbestimmen dürfen: Welches Sport-T-Shirt nehme ich mit?

„Ich packe meine Sporttasche schon alleine“ – ein Satz, der stolz machen kann!

Sicherheitshalber können Eltern nachfragen, ob Sportschuhe und Sporthose wirklich eingepackt sind. Absoluter Motivationsfaktor: Die coolste Sporttasche. Gibt es als ultimatives Geburtstagsgeschenk auch personalisiert mit eigenem Namen bei vielen Herstellern.



## Welche Sportarten für kleinere Kinder geeignet sind

**Fußball** und **Turnen** gehören immer noch zu den beliebtesten Einstiegs-Sportarten bei Jungs und Mädchen. Da beide Sportarten motorische Grundfähigkeiten wie Koordination und Körperbeherrschung fördern, sind sie empfehlenswert. Genauso wie **Tanz**: Kleine Mädchen lieben es, oft zu tanzen. An die Bedürfnisse von kleineren Kindern angepasste Tanzgruppen machen kreativer, musikalischer und verbessern die allgemeine Koordination.

Einfache Laufübungen wie Sprinten, Springen und Werfen von weichen Gegenständen machen vielen Kindern Spaß. Spielerisch und kindgerecht lassen sich in der **Leichtathletik** motorische Fähigkeiten fördern.

Wassersicherheit ist wichtig. In Schwimmkursen gewöhnen sich schon Kleinkinder an das neue Element Wasser und lernen spielerisch **schwimmen**.

**Rollerfahren** schult schon früh den Gleichgewichtssinn: So fällt danach das Fahrradfahren leichter. Wenn die Stützräder zum ersten Mal abmontiert sind, ist das für viele Kinder ein sportlicher Meilenstein!



### Wie wir Kinder zum Sport motivieren können

Selbst auf die Lieblingssportart haben Erwachsene mal keine Lust. Da geht es Kindern nicht anders. Schlecht geschlafen, Ärger in der Schule oder Streit mit dem Freund – es gibt viele Gründe, eine Woche auszusetzen. Wenn die Unlust jedoch länger anhält, sollten Eltern mit ihren Kindern darüber sprechen.



### Fünf einfache Sport-Motivations-Tipps für Kinder:

- > Beim Abholen 10 Minuten früher da sein und zuschauen. Hinterher konkrete Aktionen loben.
- > Bei Spielen oder Vorführungen dabei sein und sich hinterher gemeinsam freuen.
- > „Trainingsplan“ für alle in den Familienkalender eintragen. Das macht den Sport verbindlicher.
- > Training lassen alle nur aus wichtigem Grund ausfallen. (zum Beispiel Krankheit)
- > Freund:in zum Schnuppern einladen: Gemeinsam macht Sport mehr Spaß.

# Bewegt aufwachsen – Sport zu Hause

Kinder stecken voller Energie und müssen sich tagtäglich „auspowern“ – sportliche Aktivitäten sollten deshalb nicht auf den Sportunterricht oder Sportangebote im Verein beschränkt sein. Vielfältige Bewegungsmöglichkeiten sind das A und O für die kindliche Entwicklung – auch zu Hause.

Genügend freie, unverplante Zeit ist dabei die erste Voraussetzung. Gymnastikreifen, Hütchen, Bälle und Matten laden ein zu variantenreichem Bauen und Bewegen im Kinderzimmer. Rutschfeste Turnmatten oder Liegepolster aus Schaumstoff eignen sich perfekt zum Hüpfen und Turnen. Außerdem lassen sie sich kinderleicht zu Höhlen, Mauern und Tunneln umfunktionieren.



Mit ein paar Stühlen, Tüchern und Decken entstehen so anregende Fantasie-Landschaften, die zum aktiven Spielen animieren.



## Motivierender Einstieg: Eltern-Kind-Turnen

Für kleine Sporteinsteiger:innen ist Bewegung zusammen mit Mama oder Papa das schönste Erlebnis.

Im Eltern-Kind-Turnen geht es nicht um eine spezielle Sportart, sondern um den Spaß an der **Bewegung**, Muskelaufbau, Gleichgewichtssinn und Koordination. Neben Laufen, Klettern und Balancieren kommen beim Spielen auch Bälle in unterschiedlichen Größen, Bänder oder Rollbretter zum Einsatz.

Ab dem **Alter von 2 Jahren** können die Kleinsten „Sport machen“ üben. Wenn die Eltern zu Beginn dabei sind, gibt das Sicherheit. In der Gruppe mit anderen Kindern lassen sich spielerisch soziale Kompetenzen lernen: Teamgeist, Fairness, Regeln einhalten sowie Teilen, Verlieren, Warten können.



Weitere Infos

[www.mtv-stuttgart.de/sportarten](http://www.mtv-stuttgart.de/sportarten)



## Eltern als große Sport-Vorbilder

**Papa geht sonntags joggen, Mama liebt Schwimmen?** Spitze, denn für die Kleinsten sind ihre Eltern die Helden. Wer seine Vorbildfunktion nutzt, kann seinen Kindern Lust auf Sport und Bewegung machen.

**Auch im Alltag gilt: Sport sollte vor allem Spaß machen!** Fahrrad statt Auto fahren, Kinder mit dem Laufrad in die Kita bringen oder zu Fuß in die Schule. Treppen-Rennen, über große Pfützen springen oder auf den Baum im nächsten Park klettern – jede Menge Bewegungsmöglichkeiten gibt es direkt vor der Haustür. Wichtig ist vor allem, die Freude daran zu wecken.



## MTV Interview:

### 3 Fragen an unsere Kindersport-Profis Jessica Massetti und Marc Salzer

**Die KISS vermittelt eine breite, sportartunabhängige motorische Grundausbildung. Warum ist das bei Kindern so wichtig?**

**Marc:** Durch vielfältige Bewegungen steigern die Kinder ihre koordinativen Fähigkeiten. Wenn Sport von Anfang an spielerisch ist und nicht zu einseitig, sind Kinder motivierter und später belastbarer. Wir schaffen sozusagen die Basis für lebenslanges Sporttreiben, sorgen für optimale körperliche und mentale Voraussetzungen.

**Kinder im Alter von 10 Monaten bis 12 Jahren entwickeln sich motorisch in bestimmten Phasen. Wie fördert die KISS die Kinder in diesen sensiblen Phasen?**

**Jessica:** Für jedes Alter und jeden Entwicklungsstand gibt es geeignete Übungen, die die koordinativen Fähigkeiten trainieren. Die Grundlagen lassen sich bereits in jungen Jahren „kinderleicht“ erlernen. Genauso wichtig für eine gesunde Entwicklung ist aber auch die sozialisierende Funktion des Sports. Kinder lernen wichtige Werte und Normen kennen, Vorurteile abzubauen und zu überwinden.

**Kindgerechte Sportangebote können motivieren, lebenslang Sport zu treiben. Auf welche Tricks setzt ihr bei der KISS?**

**Jessica:** Wir sind nicht nur Sportlehrer, sondern allgemein Vorbilder. Kinder wollen unterhalten werden, auch in der Sporthalle. Deshalb arbeiten wir manchmal wie Animatoren und bringen die Kinder zum Lachen. Dann sind sie voller Freude bei der Sache und das Wichtigste: Die Bewegung macht Spaß!

**Marc:** Die Motivationsansätze der Kinder sind sehr unterschiedlich, variieren je nach Alter und Leistungsstand. Da ist es wichtig, individuell auf die Kinder einzugehen. Beispiel Turnparcours: Wenn wir verschiedene Stationen aufbauen und die Kinder auffordern, hindurch zu turnen, machen sie es. Wenn wir den Turnparcours jedoch in eine lebhaftere Geschichte verwandeln, steigt die Motivation enorm und weckt gleichzeitig die Fantasie der Kinder.

**Weitere Infos:** [www.kindersportschule.de](http://www.kindersportschule.de)  
und E-Mail [Kiss@mtv-stuttgart.de](mailto:Kiss@mtv-stuttgart.de)





## Mehr als Sport: Soziale Fähigkeiten und Wir-Gefühl

Sport eignet sich bestens, um soziales Miteinander zu lernen und fördert die emotionale Entwicklung. Kinder lernen, ihre Kraft, Ausdauer und Geschicklichkeit einzusetzen und gleichzeitig die Grenzen anderer zu respektieren. Sie können Aggressionen abbauen, müssen dabei jedoch Rücksicht aufeinander nehmen. Kinder üben im Sport, Konflikte gewaltfrei zu lösen. Schon Kita-Kinder erfahren, wie eine Gruppe und Zusammenhalt stärken können und erleben Teamgeist.

Mit ausreichend Bewegung sind kleine und große Kinder viel ausgeglichener und leben unbeschwerter ihren Alltag.

# Entwicklungspsychologie: Sport, der schlau macht

Bewegung ist eine der einfachsten und wirkungsvollsten Methoden, um die kognitive Entwicklung der Kinder zu fördern. Klettern, Hüpfen, Rennen oder Balancieren bringt das Gehirn so richtig in Schwung. Nicht nur im Sport, auch beim freien Spielen in der Natur. Körperliche Aktivität erhöht unsere Konzentrationsfähigkeit. Wir können uns Inhalte besser merken – aber nur, wenn die Bewegung auch Spaß macht.

Gehirn und Geist entwickeln sich am besten, wenn sich Kinder möglichst vielfältig bewegen. Bewegungsspiele können Kindern

dabei helfen, Lerninhalte besser zu verstehen. Beim Gedicht auswendig lernen, im Zimmer umher gehen und die Arme symbolhaft mit bewegen. Sportlich rechnen 2 plus 5 gleich 7 – einen am Boden aufgemalten Zahlenstrahl entlang hüpfen.

Je früher Kinder vielfältige Körpererfahrungen machen und Bewegungsmöglichkeiten erleben, umso besser entwickeln sich die Vernetzungen in ihrem Gehirn. Motorische Grunderfahrungen sorgen dafür, dass sich die Nervenverbindungen optimal miteinander verknüpfen und die Gehirn-Strukturen reifen.

## Warum zu früher Leistungssport für kleine Kinder schwierig ist

Kinder-Gelenke und -Sehnen sind im Leistungsbereich oft zu früh zu stark belastet oder die Wirbelsäule leidet. Es drohen Verletzungen und Überlastungsschäden. Wichtig ist, dem kindlichen Körper genügend Zeit zu geben, sich in den entsprechenden Zeitfenstern zu entwickeln. Bis zum sechsten Lebensjahr bilden sich schwerpunktmäßig die Gehirnstrukturen. Anschließend geht es bis zum zehnten Lebensjahr darum, grundlegende Motorik zu erlernen. Ideal für die sportliche Entwicklung: Bis zum Alter von zehn Jahren möglichst viele Sportarten ausprobieren. Muskelaufbau, Motorik und Koordination sportartunabhängig fördern. Erst danach – wenn das Kind das wünscht – auf eine Leistungssportart festlegen.

**Wichtig:** Kinder im Leistungssport aufmerksam beobachten und prüfen, ob sie wirklich mit Spaß so viel trainieren. Außerdem auf gesunde Ernährung achten.

# Sport & Heuschnupfen: Was Allergiker:innen jetzt wissen sollten

Sportler:innen mit Heuschnupfen leiden im Frühjahr und Sommer – der Pollenflug kann für den Körper ganz schön anstrengend sein. Doch auf Outdoor-Sport verzichten muss niemand. Wichtig ist, ein paar Grundregeln zu beachten.

## Was bei einer allergischen Reaktion passiert

Bei Allergiker:innen reagiert das Immunsystem extrem auf Fremdstoffe. Es bekämpft diese mit einer Überreaktion – auch wenn sie (wie Pollen) für den Körper nicht gefährlich sind. Symptome sind dann starker Schnupfen, juckende und tränende Augen sowie in seltenen Fällen Reizhusten oder Atemnot.

## Sport stärkt die Atemmuskulatur

Joggen, Fußball oder Schwimmen: Wer seine Ausdauer trainiert, kräftigt nicht nur das Herz-Kreislauf-System, sondern auch die Lungen. So lässt sich die Atemmuskulatur stärken. Wichtig ist dabei, die Trainingsintensität anzupassen und den Körper nur moderat zu belasten. Wer bei sportlichen Aktivitäten Atemnot bekommt, sollte das Training abbrechen.

## Augen- oder Nasensprays mit Antihistaminika

Wenn die Augen tränen und die Nase tropft, können Augen- oder Nasensprays aus der Apotheke helfen. Diese sind rezeptfrei auch als Kombi-Packung erhältlich.

## Pollenflug-Hauptsaison – Tipps für Outdoor-Sport



01

### Pollenflug-Apps nutzen

Gibt es kostenlos für jeden Standort inklusive täglicher Vorhersage und Pollenflugkalender. An Tagen mit besonders hoher Pollenbelastung sportliche Aktivitäten eher nach drinnen verlagern.

02

### Wettervorhersage beachten

Als Allergiker:in am besten nach Regen draußen trainieren. 30 Minuten Regenwetter reichen bereits, um die Luft zu reinigen.

03

### Morgens trainieren

Früh am Morgen ist die Pollenbelastung am geringsten. Wenn möglich diese Zeit fürs Outdoor-Training nutzen.

04

### Und nach dem Sport: Kräftig abduschen

Direkt nach dem Sport geht es unter die Dusche – das erfrischt und wäscht die Pollen vom Körper und aus den Haaren. Auch abends vor dem Schlafengehen lohnt es sich, die Haare nochmals kräftig auszuspülen.

# Sport trotz Allergie? Na klar!

Ab dem Spätwinter erwacht die Natur aus ihrem Winterschlaf. Gerade für Personen mit Allergien beginnt nun zum Teil eine schwierige Zeit. Und das gilt ganz besonders für Sportler:innen. Als wäre Sport allein nicht schon anstrengend genug, kommen dann auch noch diverse Beschwerden hinzu. Von Schnupfen, gereizten Augen und Husten bis hin zu Atemproblemen. Die Liste möglicher Symptome ist lang, aber was bedeutet das für den Sport?

Wer den Pollen entkommen möchte, ohne seine Fitness zu vernachlässigen und sein Immunsystem auf Vordermann halten möchte, könnte das Training in einem geeigneten Studio in Erwägung ziehen. Das vereinseigene Fitnessstudio MOTIV in Botnang kennt dieses Problem und nutzt zur Reinigung der Luft eine Lüftungsanlage, welche Staub und Pollen aus der Luft filtert. Zusätzlich wird ab Februar die Klimaanlage in Betrieb genommen, welche selbige Filterfähigkeiten besitzt. Als Extra für Allergiker werden zu guter Letzt spezielle Luftreinigungsgeräte auf den Trainingsflächen eingesetzt, welche die Raumluft zusätzlich vor Viren, Bakterien und Pollen befreien.

Wer sich dennoch unsicher ist, welcher Sport in dieser Zeit geeignet ist erhält im MOTIV auch Unterstützung durch unsere ausgebildeten Sporttherapeut:innen und Trainer:innen vor Ort.



Komm ins  
**MOTIV**



Motiv



# Sporttherapie

## auch im Fitnessstudio

**Sport ist gesund.** Das weiß vermutlich jeder. Aber dass man Therapie auch in einem Fitnessstudio bekommen kann, das ist für die meisten vermutlich neu. Die Sportanlage MOTIV beschäftigt schon seit einiger Zeit Sporttherapeuten. Seit Oktober 2023 kam nun Herr Ruby als fest angestellter Sporttherapeut zum Team hinzu. In einem Interview haben wir diesen einmal kennengelernt.

**Warum haben Sie sich für die Ausbildung der Sporttherapie entschieden?** Zunächst war ich an der Sporttherapie nicht sonderlich interessiert und sah sie lediglich als eine Vertiefung meines bestehenden Fachwissens. Je mehr ich mich aber mit diesem Fachbereich auseinandergesetzt habe, desto deutlicher wurde mir das Potential dieses Bereichs bewusst. Die Sporttherapie schlägt nämlich die Brücke zwischen einer Verletzung und dem Wiedereinstieg in den Sport. Und mit der Zeit hat es mir sogar richtig Spaß gemacht. Zu sehen, wie Leute ihre alten Leistungen wieder erreichen und sogar darüber hinauswachsen können, ist etwas ganz Besonderes.

**Dann sind sich Sporttherapie und Reha doch sehr ähnlich. Oder gibt es Unterschiede?**

Die beiden Bereiche sind sich ähnlich, aber nicht identisch. Vielmehr ergänzen sie sich gegenseitig. Bei einer Reha geht es mehr darum, die allgemeine Bewegungsfähigkeit direkt nach einer Verletzung wieder herzustellen. Die

Sporttherapie hingegen konzentriert sich mehr darauf, jemanden nach einer Reha wieder fit zu machen. Oft wird der Sport dann nämlich vernachlässigt, was dazu führt, dass Probleme immer wieder auftreten. Deshalb ist es wichtig, nach der Reha dranzubleiben und die geschwächten Strukturen wieder aufzubauen.

**Dann handelt es sich aber bei der Sporttherapie einfach nur um Sport. Braucht man die Sporttherapie dann überhaupt?**

Gerade nach einer Verletzung wissen viele nicht, was sie überhaupt tun können, sobald alles verheilt ist. Infolgedessen machen viele gar nichts mehr, um die Schmerzen zu vermeiden. Das allein führt zu allerlei Problemen. Damit das nicht passiert, braucht es Sporttherapeut:innen, die mit passenden Bewegungsangeboten die Betroffenen in Bewegung bringen. Die meisten Trainer:innen verstehen zwar ihr Fach, aber nur wenige bringen die anatomischen und physiologischen Kenntnisse mit, um in solchen Fällen gezielt zu trainieren.

**Und wie sind Sie dann im MOTIV gelandet, anstatt in einem Reha-Bereich zu arbeiten?**

Das hatte ich in Erwägung gezogen, aber leider hat der Sport in diesem Bereich keinen hohen Stellenwert. Es wird viel zu wenig nachbetreut. Das MOTIV hingegen ist ein gesundheitsorientiertes Studio. Es gibt also allerlei Geräte, mit welchen die Mitglieder eine Bewe-

gung geführt, also mit reduziertem Bewegungsrisiko, ausführen können. Im Vergleich zu anderen Studios geht es hier auch nicht darum, ein möglichst großes Gewicht zu bewegen. Deswegen ist auch das Training mit niedrigen Gewichten oder leichten Widerständen möglich. Und gerade das braucht man in der Sporttherapie.

**Was war denn Ihr bisher schwierigster Fall?**

Da kann ich mich gar nicht auf einen einzigen festlegen. Es hängt immer von den Beschwerden und den Umständen ab. Schwieriger sind die Fälle, in denen keine Diagnose vorliegt. In solchen Fällen wünschen die Mitglieder von mir etwas zu behandeln, was bisher unentdeckt ist. Das ist etwas, das ich ohne bildgebende Maßnahmen kaum leisten kann. Deshalb ist es so wichtig, bei Verletzungen eine ärztliche Diagnose oder einen Arztbericht mitzubringen. Wenn man erst einmal weiß, was einen plagt, kann man meistens auch etwas dagegen tun.

**Das klingt doch sehr gut. Wie kommen Sie denn Ihrer Meinung nach bei den Leuten an?**

Ich bin selbst noch erstaunt, wie gut die Mitglieder mich angenommen haben. Die ersten Terminanfragen haben nicht lange auf sich warten lassen. Die Leute erscheinen mir einfach dankbar, wenn man sich um sie kümmert. Selbst wenn sie anfangs nicht davon überzeugt sind, sprechen die Ergebnisse dann doch für sich.

# Der Sportpunkt des MTV Stuttgart:



## Eine Vision wird Realität

Der MTV Stuttgart erreicht einen entscheidenden Meilenstein mit der Baugenehmigung für den visionären „Sportpunkt“, einem Großprojekt mit einem Volumen von 10,8 Millionen Euro. Der langwierige Genehmigungsprozess begann im Juli 2020 und wurde durch die unterstützende Rolle der Stadt Stuttgart, insbesondere des Sportamts und des Gemeinderats, erfolgreich vorangetrieben. Auch die Erhöhung der städtischen Beteiligung auf 7,196 Mio. sicherte das Projekt auf finanzieller Basis weiter ab. Unser Generalunternehmer, die Firma Nusser, und Architekt Hr. Aulehla haben den Prozess und unseren Bauausschuss geduldig begleitet.

Die Firma Nusser betont ihre Freude, gemeinsam mit dem MTV Stuttgart an diesem außergewöhnlichen Projekt zu arbeiten, das nicht nur sportliche Höchstleistungen ermöglicht, sondern auch höchsten Umweltstandards entsprechen soll. Die Expertise von Umweltschutz und nachhaltigem Bauen wird dazu beitragen.



## Partnerschaften für den Umwelt- und Artenschutz:

Der Verein setzt in Sachen Umwelt- und Artenschutz auf Profis, darunter die Gruppe für ökologische Gutachten (GÖG) und die Firma Baum-Kessler, die im Prozess viele notwendige Gutachten erstellt hat und den weiteren Bauprozess begleitet. Die Firma Buck Garten und Landschaftsbau wird uns unterstützen, um artenschutzrechtliche Vorgaben wie Habitatserstellungen mit Gabionen, Fangzäunen und Schutzzonen so umzusetzen, dass mit der Medienumlegung als Vorbereitung des Restabrisses begonnen werden kann.

## Die Volksbank: Ein verlässlicher Partner in Finanzangelegenheiten

Ein Projekt dieser Größenordnung erfordert aber nicht nur ideelle, sondern auch finanzielle Unterstützung. Die Volksbank Zuffenhausen hat hier das Darlehen für das Bauvorhaben bis heute aufrechtgehalten. Diese finanzielle Stabilität war mitentscheidend, um den langen Weg von der Planung bis zur Baugenehmigung erfolgreich zu bewältigen.

## Ausblick und Dankbarkeit für die kommenden Schritte

Mit der Baugenehmigung in der Hand und einem soliden Netzwerk von Unterstützern und Fachleuten steht der MTV Stuttgart vor einem aufregenden neuen Kapitel. Der Dank gilt allen, die dieses Projekt bis heute möglich gemacht haben und uns auch in Zukunft weiter begleiten. Wir freuen uns darauf, die Fortschritte in den kommenden Monaten zu verfolgen, denn der „Sportpunkt“ wird nicht nur ein Ort für sportliche Aktivitäten sein, sondern auch ein Symbol für Zusammenarbeit, Gemeinschaft und nachhaltige Entwicklung.



TRANSFORMATION

**CAMP AI,**  
die ideale  
Software für jede  
Organisation

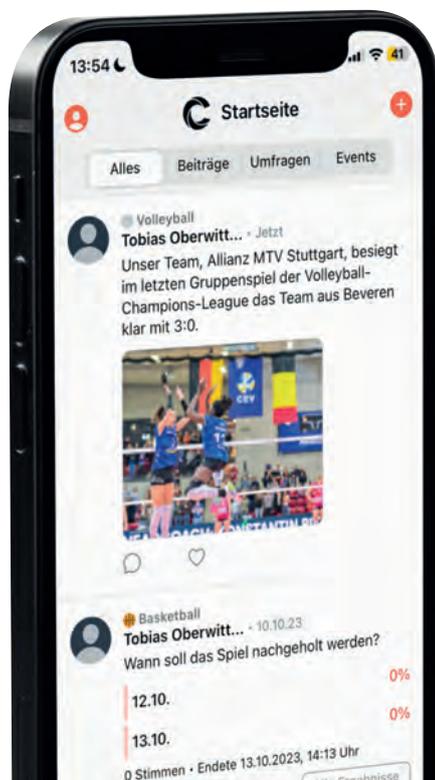
## Digitale Transformation beim MTV Stuttgart: Erfolgreicher Start des Digitalisierungsprojekts

Der MTV Stuttgart hat den Weg in die digitale Zukunft angetreten, um sich den Anforderungen der modernen Ära anzupassen. Am 1. März wurde die neue Software campai erfolgreich implementiert, begleitet von einer neu gestalteten Website.

Matthias Tausch, der CSO von campai, betont: „campai bietet Vereinen wie dem MTV Stuttgart die Chance, ihre Prozesse effizienter zu gestalten und die Kommunikation mit ihren Mitgliedern zu verbessern.“ Die cloudbasierte Software von campai verspricht zudem eine zeitgemäße Verwaltung und eine gesteigerte Interaktion mit den Mitgliedern. Durch ihre benutzerfreundliche Oberfläche erhöhe sie nicht nur die Effizienz in den Geschäftsprozessen des Mitgliedsmanagements und der Buchhaltung, sondern trage auch zur Zufriedenheit der Mitglieder bei, indem sie eine reibungslose Organisation und Kommunikation ermögliche, so Matthias Tausch weiter.

Im Laufe des Jahres dürfen sich alle Mitglieder zudem auf eine eigene App freuen. Diese wird einen einfachen Zugang zu Community-Räumen, Umfragen, News, Events sowie Einzel- und Gruppen-Chats bieten, um ein aktives Vereinsleben zu ermöglichen und die Organisation von gemeinsamen Aktivitäten zu erleichtern. Die App schafft somit eine moderne Plattform, die die Bindung der Mitglieder stärkt und den Verein zeitgemäß präsentiert. Neben der Mitgliederverwaltung liegt auch ein

besonderes Augenmerk auf der Online-Präsenz des MTV Stuttgart. Eine moderne und ansprechende Website ist heutzutage nicht nur eine Visitenkarte, sondern ein wichtiger Bestandteil der Vereinskommunikation. Bytebetrieb hat die Website des Vereins neugestaltet und dabei neben einem ansprechenden Design auch auf eine benutzerfreundliche Struktur mit intuitiver Navigation und mobile Optimierung gesetzt. Der MTV Stuttgart sieht optimistisch in eine digitale Zukunft und freut sich auf die spannende Reise der Modernisierung. Ein vielversprechender und zukunftsweisender Weg in die digitale Ära des Vereins liegt vor uns, um den Herausforderungen der modernen Vereinsführung erfolgreich zu begegnen.



# MTV Stuttgart und AOK Stuttgart-Böblingen: STARKE PARTNER VOR ORT

Wie der MTV Stuttgart hat auch die AOK in der Landeshauptstadt eine lange Tradition und ist hier fest verwurzelt. „Die AOK ist dort, wo die Menschen leben, wohnen und arbeiten. Das steckt in unserer DNA“, sagt Sven Busch, Geschäftsführer der AOK Stuttgart-Böblingen. Die Krankenkasse mit den meisten KundenCentern vor Ort überzeugt auch in 2024 mit einem stabilen und attraktiven Beitragssatz, sowie mit umfangreichen Leistungen und Services.

## Sportlich aktiv sein und Spaß an der Bewegung

Was den MTV Stuttgart mit der AOK Stuttgart Böblingen ebenfalls verbindet, ist eine langjährige Kooperation, die über die Jahre gewachsen ist und aktiv gelebt wird. „Zusammen mit dem MTV tolle Veranstaltungen in Präsenz und digital anbieten zu können, die vielfach von den MTV-Mitgliedern und unseren Versicherten genutzt werden, macht uns stolz“, so Sven Busch und ergänzt: „Ob für Singles, Paare, Familie und Kinder – wir verfolgen gemeinsam das Ziel, Menschen aller Altersgruppen für Bewegung zu begeistern. Dass uns das auch erfolgreich gelingt, macht diese Partnerschaft so besonders.“



➤ Sven Busch, Geschäftsführer der AOK Stuttgart-Böblingen

Für ihre rund 200.000 Stuttgarter Kund\*innen ist die AOK an insgesamt 10 KundenCentern, Gesundheitszentren und Rückenstudios im Stadtgebiet erreichbar und erste Ansprechpartnerin bei Themen rund um die Gesundheit.



**Persönlich und nah:**  
AOK-Expertin  
**Michelle Weinmann**  
beantwortet gerne  
Fragen zu Gesundheits- und  
Sozialversicherungsthemen.  
michelle.weinmann@bw.aok.de;  
Telefon 0711 6525-21020.



Immer die  
AOK, die du  
brauchst.

### Schon registriert?

Sie möchten Ihre neue Adresse mitteilen oder brauchen einen Versicherungsnachweis? Das AOK-OnlineKundenCenter ist 24 Stunden erreichbar an 365 Tagen im Jahr.

Nutzen Sie die Vorteile von „Meine AOK“ auf [aok.de/bw/meineaok](https://aok.de/bw/meineaok). „Meine AOK“ ist zusätzlich als App verfügbar.

# STECKBRIEFE

# UNSERE Dualen Studentinnen



## Amelie Fischer (24)

**Heimatort:** Mainz

**Bachelorstudium:** Sportmanagement am RheinAhrCampus

**Aufgabenbereiche MTV:** Digitale Transformation, Implementierung einer neuen Vereinssoftware und App, Unterstützung der Geschäftsleitung

**Was mir am MTV am meisten gefällt:** Ich schätze besonders die inspirierende Gemeinschaft, die Vielfalt, das umfangreiche Sportangebot, das Engagement für die Förderung des Sports, die positive Arbeitsatmosphäre sowie die Möglichkeit zur aktiven Mitgestaltung von Projekten.

**Lieblingssportarten:** Tennis, Fitness und Ski

**Ich in drei Worten:** Sportlich, ehrgeizig und abenteuerlustig

**Team Outdoor oder Team Indoor:** Am liebsten Outdoor

**Wunsch- oder Lieblingsreiseland:** Madeira, die Blumeninsel im Atlantik, auch bekannt als das europäische Hawaii. Dort habe ich mein Auslandssemester absolviert.

**Unvergesslicher Moment:** Die Organisation der Racketlon German Open der International World Tour.



## Alina Wurth (24)

**Heimatort:** Schwäbisch Gmünd

**Bachelorstudium:** Betriebswirtschaft und Kultur-, Freizeit- und Sportmanagement an der Reinhold-Würth-Hochschule in Künzelsau

**Aufgabenbereiche bei der Vereins Promit GmbH:** Kundenkommunikation, Kundenakquise, Betreuung des MTV Business Clubs, Eventplanung

**Was gefällt dir am MTV am meisten:** Regionalität, Breiten- und Spitzensport, vielseitige Aufgabenbereiche, Arbeitsatmosphäre, gegenseitige Hilfsbereitschaft

**Lieblingssportart:** Biathlon und Skispringen

**Ich in drei Worten:** ordentlich, zielstrebig, geduldig

**Team Outdoor oder Team Indoor:** Team Outdoor

**Wunsch- oder Lieblingsreiseland:** Norwegen

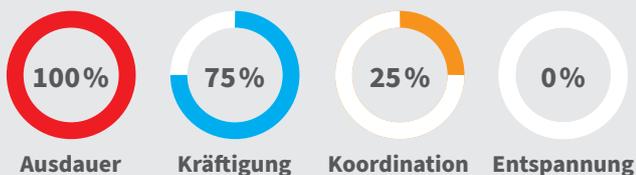
**Unvergesslicher Moment:** Teil des Volunteer-Teams bei den Nordischen Ski-Weltmeisterschaften 2021 in Oberstdorf

# 26 UNSERE SPORTKURSE



## Aquafitness

Aquafitness ist ein Ganzkörpertraining, das im Flachwasser oder im Tiefwasser mit und ohne Geräte stattfindet. Hierbei wird die Kraft, Beweglichkeit und Ausdauer gesteigert und die Entspannung gefördert. Vor allem der Wasserauftrieb und der Wasserwiderstand fördern die Gelenkentlastung, Muskelkraft und Ausdauer. Bei allen Kursen ist die Schwimmfähigkeit erforderlich!



- G 826** Dienstag, 17:15 – 18:00 Uhr | 23.04.24 – 23.07.24  
Anfänger
  - G 856** Dienstag, 18:00 – 18:30 Uhr | 23.04.24 – 23.07.24  
Aquajogging
  - G 827** Mittwoch, 18:30 – 19:00 Uhr | 24.04.24 – 17.07.24  
10-mal | Ausdauer Fortgeschrittene
  - G 823** Freitag, 17:00 – 17:45 Uhr | 26.04.24 – 19.07.24  
10-mal | Fortgeschrittene
  - G 824** Freitag, 17:45 – 18:30 Uhr | 26.04.24 – 19.07.24  
10-mal | Anfänger
  - G 825** Freitag, 18:30 – 19:00 Uhr | 26.04.24 – 19.07.24  
10-mal | Ausdauer Anfänger
- Schul- und Vereinsbad West, Forststr. 17

## Antara®-Training

Bei diesem Konzept liegt der Fokus auf der tiefenstabilisierenden Rumpfmuskulatur. Dadurch wird eine Verbesserung der Körperhaltung und der Beweglichkeit erzielt.

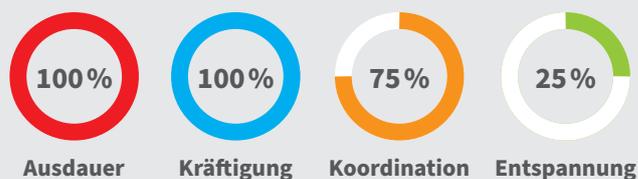


- E 521** Mittwoch, 18:00 – 19:00 Uhr | 24.04.24 – 17.07.24  
10-mal | Otto-Hajek-Saal, Bürgerzentrum West,  
mit Regina Trieb



## Athleticflow

In diesem Kurs stärkst du nicht nur deine Ausdauer und deine Muskulatur, sondern verbesserst auch deine Flexibilität, deine Mobilität und deine Balancefähigkeit.

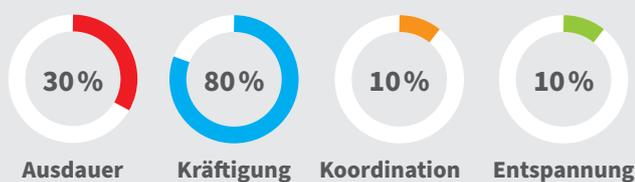


- B 724** Freitag, 17:00 – 18:00 Uhr | 26.04.24 – 19.07.24  
10-mal | Große Gymnastikhalle Kräherwald  
mit Iva Peranic



## Bauch-Beine-Po

Trainierte Beine und ein starker Rumpf verbessern die Körperspannung und sorgen für eine gute Körperhaltung.



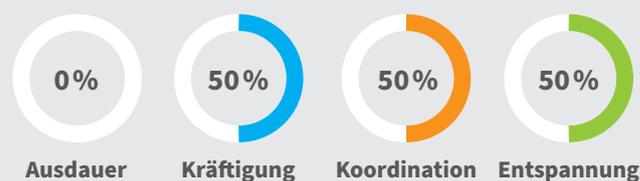
**B 622** Donnerstag, 19:00 – 20:00 Uhr | 25.04.24 – 18.07.24  
10-mal

**B 625** Freitag, 08:30 – 09:30 Uhr | 26.04.24 – 19.07.24  
10-mal | Motiv Spiegelsaal mit Bettina Bosch



## Faszien Fit

Faszien Fit ist ein funktionelles Ganzkörpertraining. Übungen für Kraft und Koordination werden mit federnden Bewegungen und langsamer, dynamischer Dehnung – gezielter Schulung der Körperwahrnehmung ergänzt.



**B 523** Montag, 10:30 – 11:30 Uhr | 22.04.24 – 22.07.24  
Motiv Spiegelsaal mit Silke Keim



## Extreme Fitness

Ein Kurs für Fitness Enthusiasten, die danach streben, ein höheres Fitness Level und Körperbewusstsein zu erreichen.



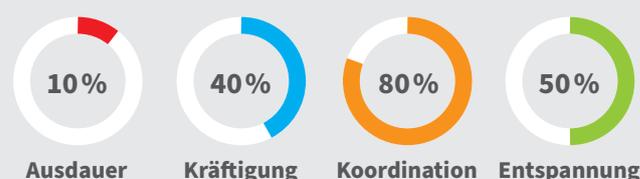
**B 421** Mittwoch, 20:30 – 21:30 Uhr | 24.04.24 – 17.07.24  
10-mal | Motiv Spiegelsaal | Einsteiger

**B 422** Freitag, 18:30 – 19:30 Uhr | 26.04.24 – 19.07.24  
Sportanlage Kräherwald | Fortgeschrittene mit Fitness Coach Des Thompson



## Hatha Yoga für Senioren

Durch sanfte Übungen mit Körper und Atem werden Körper und Geist beweglich gehalten, die Muskulatur gestärkt und die Gelenke flexibel gehalten.

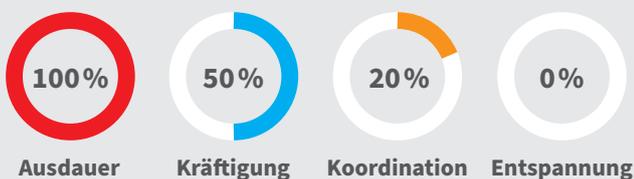


**E 151** Dienstag, 09:00 – 10:15 Uhr | 23.04.24 – 23.07.24  
Neue Gymnastikhalle, Kräherwald  
mit Lisa Semenova



## Indoor-Cycling

Indoor Cycling ist ein hocheffektives Ausdauertraining, bei dem überwiegend die großen Muskelgruppen trainiert werden.

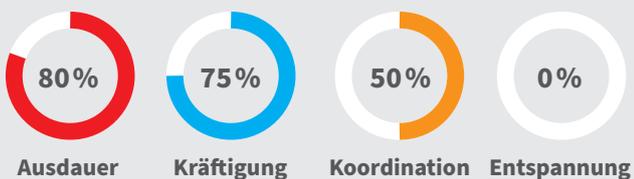


- C 725 Montag, 18:30 – 19:30 Uhr | 22.04.24 – 22.07.24
- C 728 Montag, 20:30 – 21:30 Uhr | 22.04.24 – 22.07.24
- C 727 Donnerstag, 07:00 – 08:00 Uhr | 25.04.24 – 18.07.24  
10-mal
- C 723 Freitag, 16:00 – 17:00 Uhr | 26.04.24 – 19.07.24  
10-mal
- C 726 Freitag, 18:00 – 19:00 Uhr | 26.04.24 – 19.07.24  
10-mal

mit Bea Benz  
Motiv Spiegelsaal

## Kraulschwimmkurse für Erwachsene

Sie lernen unter fachlicher Anleitung und Aufsicht das Kraulschwimmen. **Brustschwimmkenntnisse sind erforderlich!**



- G 123 Freitag, 16:35 – 17:20 Uhr | 26.04.24 – 19.07.24  
10-mal | Kraulschwimmen Basiskurs
- G 124 Freitag, 17:20 – 18:05 Uhr | 26.04.24 – 19.07.24  
10-mal | Kraulschwimmen Aufbaukurs
- G 125 Freitag, 18:05 – 18:50 Uhr | 26.04.24 – 19.07.24  
10-mal | Kraulschwimmen Fortgeschrittene

Schul- und Vereinsbad West, Forststraße 17, 70176 Stuttgart



## Muskelfitness Plus/Minus 60

Mit Basisübungen an Kraftgeräten werden die Muskeln im Kraftausdauerbereich trainiert.



- H 121 Donnerstag, 15:30 – 16:30 Uhr | 25.04.24 – 18.07.24  
10-mal | Mit Karin Kreuels  
Kraftpunkt; Kräherwald



## Pilates

Die Grundlage einer Pilates Stunde bildet die Kräftigung der Bauch-, Rücken- und Beckenbodenmuskulatur (Powerhouse).

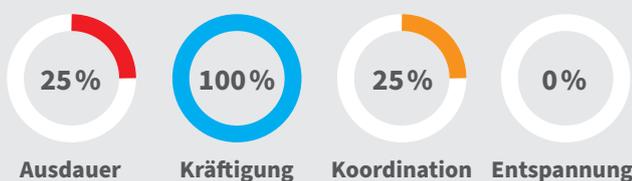


- E 722 Dienstag, 18:45 – 19:45 Uhr | 23.04.24 – 23.07.24  
Anfänger | Falkerschule, mit Silke Keim
- E 728 Mittwoch, 19:00 – 20:00 Uhr | 24.04.24 – 17.07.24  
Fortg. 1 | Bürgerzentrum West, Otto-Hajek-Saal,  
mit Regina Trieb
- E 721 Donnerstag, 18:00 – 19:00 Uhr | 25.04.24 – 18.07.24  
10-mal | Fortg. 1 | Motiv Spiegelsaal mit Yan Lu



## Powerclass Bauch & Rücken

Ein Kurs für erfahrene und trainierte Sportler:innen, die mit Hilfe von verschiedenen Kleingeräten den Rumpf intensiv trainieren möchten.

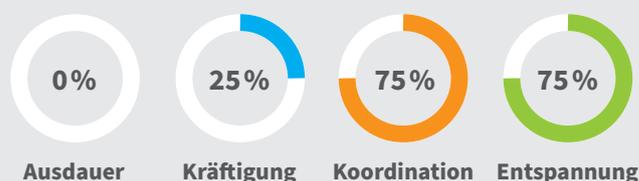


**D 724** Montag, 17:30 – 18:30 Uhr | 22.04.24 – 22.07.24  
Motiv Spiegelsaal,  
mit Bea Renz



## Qi Gong

Qi Gong ist eine chinesische Tradition von Bewegungsübungen und Meditation. Sie sollen sowohl die Gesundheit fördern als auch das seelische Gleichgewicht stärken.



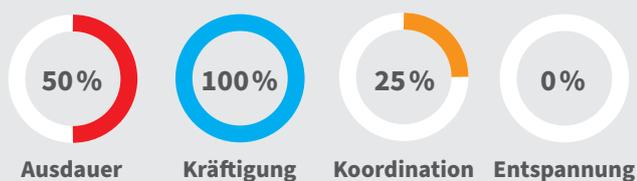
**E 223** Freitag, 09:00 – 10:00 Uhr | 26.04.24 – 19.07.24  
10-mal | Kleine Gymnastikhalle, Kräherwald,  
mit Annette Bauer

**E 224** Samstag, 11:30 – 12:30 Uhr | 27.04.24 – 20.07.24  
10-mal | Motiv Spiegelsaal, mit Regina Trieb



## Power Dumbbell Kurs

Power Dumbbell ist ein Ganzkörperlanghanteltraining, welches alle Hauptmuskelgruppen des Körpers optimal trainiert.

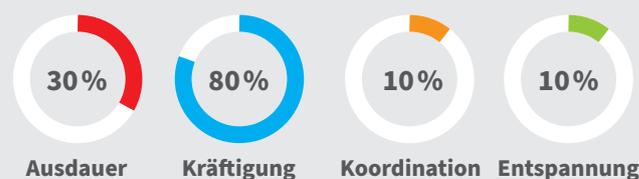


**C 621** Montag, 19:30 – 20:30 Uhr | 22.04.24 – 22.07.24  
**C 623** Donnerstag, 08:00 – 09:00 Uhr | 25.04.24 – 18.07.24  
10-mal | Power Dumbbell Easy  
**C 622** Freitag, 17:00 – 18:00 Uhr | 26.04.24 – 19.07.24  
10-mal | Im Motiv Spiegelsaal, mit Bea Renz



## Rückenfit

Das Kräftigungsprogramm für einen starken Rücken. Die Steigerung der klassischen Wirbelsäulengymnastik.



**D 723** Freitag, 09:30 – 10:30 Uhr | 26.04.24 – 19.07.24  
10-mal | Motiv Spiegelsaal, mit Bettina Bosch

## Tae Box

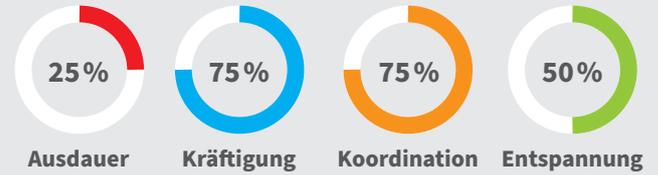
Tae Box ist eine Fitness Sportart, die aus Elementen verschiedener Kampfsportarten besteht. Das ultimative Ganzkörperworkout, das für Ausdauer, Kraft und Koordination sorgt.



**C 522** Freitag, 18:00 – 19:00 Uhr | 26.04.24 – 19.07.24  
10-mal | Kleine Gymnastikhalle, Kräherwald, mit Iva Peranic

## Yogilates

Wie der Name schon sagt, eine Kombination aus Yoga und Pilates. In dieser Stunde werden die Stärken beider Übungstechniken kombiniert.

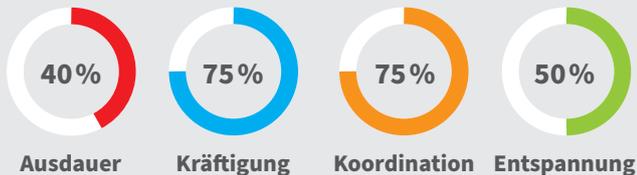


**E 821** Samstag, 10:30 – 11:30 Uhr | 27.04.24 – 20.07.24  
10-mal | Motiv Spiegelsaal mit Regina Trieb



## Vinyasa Power Yoga

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



**E 423** Montag, 18:30 – 19:30 Uhr | 22.04.24 – 22.07.24  
neue Gymnastikhalle Kräherwald, mit Miro Anastasiadou

**E 424** Dienstag, 19:45 – 20:45 Uhr | 23.04.24 – 23.07.24  
Falkertschule, mit Silke Keim

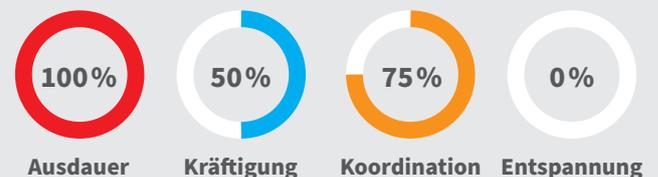
**E 422** Mittwoch, 20:00 – 21:00 Uhr | 24.04.24 – 17.07.24  
10-mal | BZ West, Otto-Hajek-Saal, mit Anne Schmidt

**E 425** Mittwoch, 19:00 – 20:00 Uhr | 08.05.24 – 24.07.24  
10-mal | Motiv Spiegelsaal, mit Carmen Stefanou



## Zumba

Hier werden, zur passender lateinamerikanischer Musik, Bewegungen mit niedriger und hoher Intensität zu einem kalorienverbrennenden Intervalltraining kombiniert.



**C 423** Mittwoch, 16:45 – 17:45 Uhr | 24.04.24 – 17.07.24  
10-mal | Große Gymnastikhalle Kräherwald, mit Lisa Semenova



**Alle 10/12-er Kurse:**

MTV-Mitglieder  
43 € | 51 €  
Gäste 105 € | 120 €

mit Ausnahme folgender Kurse:

**Kraulschwimmkurse:** 10-mal | MTV-Mitglieder 43 € || Gäste 113 €

**Aquafitnesskurse:** 12-mal 45 min | G 826 | MTV-Mitglieder 51 € || Gäste 135 €  
12-mal 30 min | G 856 | MTV-Mitglieder 30 € || Gäste 72 €

**Aquafitnesskurse:** 10-mal 45 min | G 823 G 824 MTV-Mitglieder 43 € || Gäste 113 €  
10-mal 30 min | G 827 G 825 MTV-Mitglieder 25 € || Gäste 62 €

# KURSE MIT FREIEN PLÄTZEN

## Mama bleibt Fit

**Mittwoch, 15:05 – 15:50 Uhr**  
neue Gymnastikhalle Kräherwald

**Freitag, 09:15 – 10:15 Uhr** | Sportanlage Kräherwald  
mit Sarah Kretschmann

---

## Schongymnastik für Frauen

**Dienstag, 9:00 – 10:00 Uhr**  
Sporthalle Kräherwald mit Lilli Büchle

**Mittwoch, 15:30 – 16:30 Uhr** | große Gymnastikhalle  
Kräherwald mit Lisa Semenova

---

## Mobil im Alter- Alltags- bewegungen schulen

**Dienstag, 10:00 – 11:00 Uhr**  
Sporthalle Kräherwald mit Lilli Büchle

---

## Fitnessgymnastik für Alle

**Donnerstag, 18:00 – 19:30 Uhr**  
Sporthalle motiv mit Silke Schnaitmann

---

## Laufgruppe für Einsteiger:innen und Wiedereinsteiger:innen

**Mittwoch, 17:30 – 18:30 Uhr** | Leichtathletikanlage  
Kräherwald mit Bettina Wissmeier

Dieser Kurs ist für Alle geeignet, die Spaß am Laufen haben, ca. 3-4 km laufen können und nebenbei noch ihre Schnelligkeit oder ihre Ausdauer steigern wollen. Das ganze Jahr wird ein Training angeboten, das neben Lauftechnik, Laufkraftübungen und Athletiktraining beinhaltet. Im Winter laufen wir auf der Bahn und im Sommer auch im Wald.

Treffpunkt: Eingang Hauptgebäude



# Kräuterhaus Sanct Bernhard

## Neuer Kooperationspartner des MTV Stuttgart 1843 e.V.

Seit 1903 steht der Name Kräuterhaus Sanct Bernhard für die Entwicklung und Herstellung von Naturheilmitteln und Kosmetik aus einer Hand. Zwischenzeitlich arbeiten über 500 qualifizierte Beschäftigte jeden Tag für das Wohl unserer Kunden. In enger Zusammenarbeit mit renommierten Sportinstitutionen entwickelten unsere Ernährungswissenschaftler 2006 nach neusten wissenschaftlichen Erkenntnissen eine umfangreiche Sporternährungs- und Pflegeserie, die sich durch Innovation, hoher Verträglichkeit und intelligenter Zusammensetzung vom Markt absetzte und heute den allerhöchsten Ansprüchen genügt. Die vielen Auszeichnungen in Produktvergleichen, bewertet von einschlägigen Fachzeitschriften, sind ein Beweis unserer hohen Kompetenz, wodurch wir bereits seit 2008 offizieller Lieferant des größten und erfolgreichsten deutschen Olympiastützpunktes Bayern wurden.



Einzigartig sind ebenso unsere praktisch leicht umsetzbaren Anwendungstipps unserer Produkthighlights für die unterschiedlichsten Sportarten, die in den Broschüren DIE BESTEN TIPPS zusammengefasst sind. Damit werden unsere Partner zielgerichtet zu Erfolgen, wie z.B. Olympiasieger, Weltmeister, Europa-

meister sowie zu vielen persönlichen Bestleistungen geführt. Die Produktserie Sanct Bernhard Sport ist zwischenzeitlich ein fester Bestandteil in den Taschen namhafter Sportgrößen auf nationaler wie auch internationaler Ebene geworden.

## Wir klären in einer Zusammenfassung auf:

Worauf kommt es bei der Versorgung im Sport an? Beobachtungen zeigen, dass die Bedeutung der Sporternährung vielfach unterschätzt wird. Pures Wasser oder klassisches Apfelsaftschorle sind nicht ausreichend, wenn der Körper bei intensivem Training / Spiel oder an heißen Tagen stark gefordert wird. Um das volle Leistungsvermögen abzurufen, ist die sinnvolle Menge an Flüssigkeit, Salz und abgestimmten Kohlenhydraten entscheidend. Dies ist die Grundlage für gut versorgte Muskeln, eine hohe Konzentrationsfähigkeit und dem daraus resultierenden Trainingserfolg oder einem erfolgreichen Spiel/Wettkampf.

## Wichtige Mineralstoffe gehen im Schweiß verloren!



■ Natrium (Salz)	ca. 74 %
■ Kalium	ca. 21 %
■ Calcium	ca. 3 %
■ Magnesium	ca. 2 %

Elektrolytzusammensetzung im Körperschweiß

## Regeneration - optimale Ernährung nach dem Sport

Dem Körper sollte nach dem Sport ausreichend Ruhe gegönnt werden - schließlich ist eine gute Regeneration die Basis für einen nachhaltigen Leistungszuwachs. Aber nur die Beine hochzulegen ist für eine schnelle Erholung der Muskeln und des Organismus definitiv nicht ausreichend. Mit gezielten Maßnahmen kann die Regenerationszeit deutlich verkürzt werden. Dafür

ist unter anderem die richtige Ernährung ganz entscheidend. Gewusst wie, kann schon mit einfachen Ansätzen viel erreicht werden. In unserem umfangreichen Sortiment bieten wir Ihnen Produkte an, um Ihre Flüssigkeits- und Nährstoffspeicher wieder aufzufüllen, die Muskelregeneration und den Muskelaufbau zu unterstützen und Ihr Immunsystem wieder zu stabilisieren.

**Ab sofort können auch der MTV Stuttgart 1843 e.V. und alle Mitglieder von dieser Kooperation profitieren! Dafür bieten wir 3 x im Jahr das umfangreiche Sanct-Bernhard-Sport-Produktsortiment zum Sonderpreis an. Das aktuelle Angebot finden Sie unter [www.sanct-bernhard-sport.de/MTV](http://www.sanct-bernhard-sport.de/MTV) (gültig bis 31.03.2024)**

Sanct Bernhard  
**Sport**

**„Meine Nr. 1 bei Schmerzen!“**



**Anne Bocka**  
Frisch Auf Göppingen



Die Sporternährungs- und Pflegeserie

Erhältlich in unseren Fachgeschäften: ➔ **Bad Ditzgenbach** Helfensteinstraße 47 ➔ **Göppingen** Lange Straße 18 ➔ **Kirchheim/Teck** Neueröffnung April 2024

Unser ganzes Produktsortiment bis 31.03.24 online zum Sonderpreis unter:  
[www.sanct-bernhard-sport.de/MTV](http://www.sanct-bernhard-sport.de/MTV)



## MITGLIEDER STELLEN SICH VOR

# WIR IM MTV

### Noam Kazav (7) Turner

**Hallo Noam, schön Dich zu sehen! Wie war denn Dein Tag?**

Wir waren mit Freunden im Wald, das war cool.

**Du bist auch immer in Bewegung, oder?**

Jaaa! (grinst)

**Du bist ja beim MTV jetzt in kurzer Zeit recht erfolgreich beim Kunstturnen durchgestartet, aber das war nicht Deine erste Sportart, die Du im Verein ausprobiert hast, stimmt das?**

Mama und Papa möchten, dass wir auf jeden Fall einen Sport machen. Und ich wollte Fußball spielen! Aber Fußball war nichts für mich, ich war immer der Kleinste, hab keine Freunde gefunden und beim Team bilden war es immer schwierig. Das war doof.

**Und dann hast Du Turnen ausprobiert?**

Ja, hab mit Papa überlegt und war dann in der KISS beim Turnen. Und da kam der Martin (Anm: Martin Liener-Kling, MTV-Trainer Leistungssport) und hat gefragt, ob ich beim Turnen weitermachen will, weil ich gut war. Dann war ich bei der Sichtung und jetzt trainier ich 4-mal die Woche. Und zuhause lauf ich immer im Handstand durch die Wohnung, das ist auch irgendwie Training.



**Klasse, dann hast Du mit dem Turnen jetzt Deine Sportart gefunden? Was gefällt Dir denn daran so?**

Ich mag alles am Turnen. Das macht sooooo Spaß! Reck, Hängeübung, Bodenturnen. Alles! Seil ist aber echt anstrengend...! Im Training machen wir alles und die schweren Übungen immer am Ende vom Training: Klimmzüge und Liegestütze und so. Ganz schön anstrengend.

**Wenn mal etwas nicht so gut klappt, wie kommst Du damit zurecht?**

Immer wieder üben. Weißt Du, mein Papa sagt immer: wenn man etwas will, dann schafft man das auch. Wenn man nicht an sich glaubt, dann geht's auch nicht. Man muss denken, dass man gut ist.

**Das ist ein ganz wichtiger Satz, den musst Du Dir immer wieder ins Gedächtnis rufen!**

**Ihr trainiert ja in der Tivoli-Halle und im Kunst-Turn-Forum!?**



Ja, einmal in der Woche bin ich im KTF bei Detlef (Anm: Landes-trainer Detlef Schaak). Das KTF ist sooooo groß und sooooo toll! Das macht so Spaß, da zu trainieren. Da ist auch nicht so viel los wie in der Tivoli-Halle. Aber in der Tivoli-Halle sind sie dafür nicht so streng wie im KTF.

**Dürft Ihr denn im Kunst-Turn-Forum auch mal in die Gruben mit den Schaumstoffmatten springen?**

Nee, wir dürfen doch keinen Quatsch machen. Aber wenn man bei einer Übung mal nicht gut landet, dann landet man da schon mal drin. Dann tut man sich nicht so weh.

**Gibt es denn sonst noch Sportarten, die Du gerne magst?**

Ich spiel immer noch viel Fußball. In der Schule. In jeder Pause. Einer hat immer einen Ball. Das ist voll klasse. Und Skifahren, da spring ich immer Rampen. Manche sind ganz schön hoch!

**Lieber Noam, danke für das tolle Gespräch und weiterhin so viel gute Laune beim Sport!**



**Bettina Engber (63) MOTIV-Mitglied**

(Das Interview wurde Anfang Januar geführt)

**Liebe Frau Engber, ein gutes Neues Jahr wünsche ich Ihnen noch. Sind Sie gut reingerutscht?**

Danke, das wünsche ich Ihnen auch. Ja, wir konnten eine gemütliche, leider ziemlich verregnete Woche im Allgäu verbringen. Aber es war trotzdem sehr erholsam. Nur das Skifahren kam zu kurz.

**Sie sind leidenschaftliche Skifahrer?**

Oh ja. Skifahren war unser Familiensport. Mein Mann und unsere Kinder sind früher Rennen gefahren. Da war man während der Saison jedes Wochenende woanders. Außerhalb der Wintersaison kam dann das Rennrad dazu. Ach, das war eine schöne Zeit. **Fahren Sie denn auch hier in der Region mit dem Rennrad?**

Nein, das machen wir nur noch im Urlaub. Hier vor Ort lieben wir unser Indoor Cycling im Fitnessstudio.

**In unserem MOTIV!**

Ja, seit 2014 besuchen wir dort regelmäßig vor allem die Indoor-Cycling Kurse und haben uns vom ersten Tag an wohl gefühlt. So ein freundliches, höfliches und zuvorkommendes Klima...das muss man erst einmal finden.

**Oh, das klingt gut, das freut mich.**

Ja, es war tatsächlich nach Corona wirklich schwer, sich wieder zu regelmäßigem Sport zu motivieren, das gebe ich offen zu. Aber Bea (Bea Renz, Übungsleiterin MTV) reißt einen mit ihrer positiven Art immer wieder mit, da springt sofort der Funke über! Und man ist hinterher einfach ein anderer Mensch.

**Das Lob gebe ich sehr gerne weiter! Jetzt bin ich neugierig: besitzen Sie denn privat E-Bikes oder fahren Sie ohne „Unterstützung“?**

Wir radeln selber (lacht...), da ist der Ehrgeiz schon noch groß. Aber wir haben schon auch über ein E-Rennrad nachgedacht. Wir verbringen viel Zeit im Allgäu, das ist Natur pur und einfach herrlich zum „Radeln“.

**Und zum Wandern, wenn ich Sie richtig verstanden habe?**

Oh ja, trotz meines verflixten Asthmas schaffe ich 10.000 – 15.000 Höhenmeter im Jahr. Ganz gemütlich, in meinem Tempo. Das ist wirklich ein Geschenk!

**Liebe Frau Engber, vielen Dank für Ihre Zeit! Ich drück Ihnen fest die Daumen für ein wundervolles Jahr 2024 mit vielen tollen sportlichen Momenten!**



# DREI THEMEN - DREI FRAGEN DREI ANTWORTEN

hatesuer-immobilien-gutachten.de



OLAF HATESUER

## HOHE ERBSCHAFTS- STEUER:

Warum ein Immobilien-  
gutachten Sinn macht.

## GRUNDSTEUER- REFORM:

Warum ein Boden-  
Wertgutachten sinnvoll  
ist.

## ERHÖHTE GEBÄUDE AFA:

Warum Vermieter viel  
Geld sparen können.

ANTWORTEN  
HIER:



THEMEN INFO

**HATESUER**  
Immobilien-Gutachten



Immobilien Gutachter  
Real Estate Valuer  
**HypZert F**

info@h-i-g.de  
0151-11593176

IHR NÄCHSTES MÖBELSTÜCK –



## REINE KOPFSACHE!

*Individuelle Fertigung nach  
Ihren Wünschen in der  
hauseigenen Schreinerei*

### MÖBEL UND INNENAUSBAUTEN

Einbauschränke • Maßmöbel • Badmöbel  
Garderoben • Türen und vieles mehr

### MONTAGEN

Einbau • Instandsetzung • Parkettverlegung  
Kundendienst • Einbruchschutz

## KOPF

Immer dieser Schreiner

ESPERANTOSTR. 20 | 70197 STUTTGART | TEL. 0711 65 89 00 | INFO@KOPF.DE | WWW.KOPF.DE  

# Eine für alles

Container und Mulden  
für Bauschutt, Grüngut,  
Schrott, Altholz, Sondermüll...

Telefon 0711 25 94 67-0  [www.karlerecycling.de](http://www.karlerecycling.de)

## Karle Recycling

WIR SCHLIESSEN DEN KREIS



## HOFFNUNG DURCH GUTE ERGEBNISSE UND NEUZUGÄNGE

# BADMINTON BEIM MTV

Mit guten Leistungen und Änderungen in der Besetzung geht der MTV motiviert in die Rückrunde.

Die 1. Mannschaft hat das neue Jahr an der Spitze der Landesliga Mittlerer Neckar/Ostalb gestartet. Dabei hat sich in der Aufstellung einiges geändert: Mit Tobi und Karla fehlen sowohl bei den Damen als auch bei den Herren die Nummer 1 der vorherigen Saison, dafür sind seit dieser Saison Luxin und Ilia Teil der Stammbesetzung. Dass das umgestellte Team sehr gute Leistungen aufs Feld bringen konnte zeigen die erfreulichen Ergebnisse der Hinrunde. „Manchmal braucht es auch ein bisschen Glück dabei“, zwinkert Mannschaftsführer Janis und grinst ein bisschen. Ob es nun Glück war oder Leistung oder eine Mischung, das wird sich in den nächsten Spielen zeigen.

Nach einem etwas holprigen Start mit drei Unentschieden und vielen Dreisatzspielen rangiert die 2. Mannschaft zu Jahresbeginn im soliden Mittelfeld in der Bezirksliga Mittlerer Neckar. Allerdings mit „Tendenz nach oben!“, wie Mannschaftsführerin Jutta betont. Nicht zuletzt dank der drei Neuzugänge Ksenia, Abin und Ken, die seit dieser Saison das Team ergänzen, findet die Zweite langsam ihren Rhythmus.

In der Kreisliga Esslingen hat die 3. Mannschaft unter Alexis die Hinrunde auf einem knappen fünften Platz ebenfalls im Mittelfeld abgeschlossen. Verbesserungspotenzial bleibt bestehen, doch die Mannschaft freut sich über Nachwuchs – zumindest abseits des Felds. Bei einigen knappen Spielen und hart umkämpften Ballwechsellern setzt das Team ebenfalls viel Hoffnung auf die Rückrunde.

Sehr Erfreuliches kann die Hobbyligamannschaft in Spielgemeinschaft mit dem TSV Birkach berichten: „Wir sind derzeit Tabellenführer, das ist neu für uns“, freut sich Mannschaftsführer Martin. Aber: Auch wenn der Erfolg guttue, stünden für die Mannschaft Spaß am Spiel und ein tolles Team ganz weit oben. „Deshalb“ schließt Martin, „wer Interesse hat, mitzumachen, darf sich gerne melden!“

Text: Tamara Blaich | Fotos: O. Manteuffel / M. H. Nguyen



➤ Luxin beim Angriff



➤ Alexis im Sprung

## DER WEG ZUM ZIEL

# VORBILDER ZUM ANFASSEN

### Aktuelle Tabellensituation in der 2. Bundesliga

13 Spieltage ist die Saison 2023/24 nun alt. Mit fünf Siegen und acht Niederlagen steht der MTV an der Schwelle zwischen den Playoffs und Playdowns (siehe Infobox Modus 2. DBBL). In den noch ausstehenden neun Spielen gilt es nun, gegen die direkten Konkurrenten zu punkten und sich einen Platz in den Playoffs zu sichern.

### Sich dem Ziel in Schritten nähern

Auf dem Weg zu dem Ziel, als Ausbildungsstandort regionale Talente zu entwickeln, ist der MTV erneut einen kleinen Schritt weiter gekommen: Chloé Emanga und die im Oktober zum Team gestoßene Lola Stamenković (beide 17 Jahre) sind für weitere Lehrgänge der U18-Nationalmannschaft eingeladen worden. Anastasia Schlipf wurde zur U20 Nationalmannschaft eingeladen. Beiden Teams stehen im Sommer Europameisterschaften bevor. Vielleicht folgt auf die „Anastasia Story“ eine weitere Erfolgsgeschichte.

## Informationen zum Spielmodus:

Die 2. DBBL Süd umfasst 12 Mannschaften. Platz 12 steigt direkt ab, die Plätze 9-11 spielen in Playdowns einen weiteren Absteiger aus, Plätze 1-8 spielen in den Playoffs mit der 2. DBBL Nord Aufsteiger und Meisterschaft aus.



Spielplan



**Name:**  
Chloé Emanga Noupoué  
**Alter:**  
17  
**Wohnort:**  
Marbach  
**Rücknummer:**  
8  
**Stammverein:**  
BSG Basket Ludwigsburg  
**Teams:**  
2. Bundesliga MTV Stuttgart und in Ludwigsburg WNBL (U18)  
**Traumort:**  
Kamerun (bei meiner Familie)  
**Bestes Schulfach:**  
Psychologie, Französisch, Geschichte

**Drei Adjektive zu dir?**  
Ehrlich, Teamplayer, Ambitioniert  
**Was darf in deinem Kühlschrank nie ausgehen:**  
Pesto  
**Springst du im Schwimmbad vom Fünf-Meter-Turm?**  
Nein!!  
**Bisheriges Highlight?**  
Europameisterschaft und European Youth Olympic Festival 2022  
**Wünsche für 2024?**  
Abitur, Playoffs und für die Nationalmannschaft EM spielen  
**3 Wörter, die dir zum MTV einfallen:**  
Professionell, Fördernd, Teamspirit





### Was läuft beim weiblichen Nachwuchs?

Nach drei Jahren gemeinsamen Anstrengungen hat sich die Akademie hervorragend entwickelt. Aktuell trainieren ca. 120 Mädchen in der Akademie. Damit rangiert der MTV unter den Top 15 Basketballvereinen in Deutschland. Auch wenn der Anteil der Mädchen mit 35% noch ausbaufähig ist, liegt dieser deutlich über der Benchmark.

Die Leidenschaft der TrainerInnen, das vielfältige Trainingsangebot und die Begeisterung der Mädchen zeigen Erfolge auch in den Tabellen.

### Ein steiniger Weg.

Nach drei Jahren haben sich die U14 und U16 Mädchen in der Jugendregionalliga BW (höchste Liga) etabliert. Waren die ersten beiden Jahre voller Herausforderungen, so sind jetzt erste Erfolge sichtbar. So hat sich Obose Odigie (Jahrgang 2009) für die Auswahl Südwest qualifiziert und wird im Herbst an der nationalen Sichtung teilnehmen.

### Die MTV DNA leben!

„Die Mädchen sollen mit Ambition, Verantwortungsbewusstsein und auch Spielfreude und Erfolgshunger vertraut werden. Dies führt dazu, dass die Mädchen ihre Grenzen austesten“ erläutert Cyril die Softskills auf, die Akademiespielerinnen erleben können. Neben dem Basketballtraining werden die Mädchen durch ein Athletiktraining gefördert. Unsere Talente können gemeinsam mit unseren Bundesligafrauen im «Breakfast Club Training» zweimal die Woche von 6:00 and 7:15 trainieren. Cyril DaSilva dazu „Es ist aufregend zu sehen, wenn die Mädchen mit den Bundesliga Spielerinnen trainieren und von diesen lernen können. Wir sind zudem bestrebt, eine enge Bindung zwischen der 1. Mannschaft und den Jugendmannschaften aufzubauen. Unsere Heimspiele sollen gemeinsame Erlebnisse schaffen. Alle sind eingeladen, daran teilzuhaben.“

Das Trainingskonzept ist, fasst Cyril zusammen „jedes Mädchen in einem Prozess zu begleiten. Weniger die Ergebnisse, sondern der Entwicklungsprozess an sich sind entscheidend. Resultate folgen dann automatisch“.

Text: Olaf Müller | Fotos: Justas Sirtautas

## Informationen zu den Mädchenteams:

Die U12 führt die Tabelle der Landesliga Nordwürttemberg an.

Die U14-1 spielt im März um den Titel des Baden-Württembergischen Meisters.

Die U14-2 hat das Final Four der Landesliga Nordwürttemberg im Visier.

Die U16-1 wird unter den vier besten Teams Baden-Württembergs abschließen.

Die U16-2 spielt als „Spaßmannschaft“ und ist Modell für den Freizeitbereich.

Die U18 spielt in der Landesliga und strebt ebenfalls das Final Four an.



AUCH DIESES JAHR UNTER DEN TOP 100

## MTV BASKETBALL „ON THE RISE“



Im gewohnten Ranking der TOP 100 Vereine in Deutschland nach Mitgliederzahl haben wir uns nach dem Einstieg in der letzten Saison auf Platz 35 auf Platz 22 mit 552 Spieler\*innen (+137 gegenüber der Vorsaison) vorgearbeitet.

Es erfüllt uns mit Stolz, einer der größten Vereine in Deutschland zu sein und die Bundesliga und die Pro A Vereine überholt zu haben. Wir können uns nur bei den Familien bedanken, die unser Projekt unterstützen und an unsere Arbeit glauben, denn ohne euch wäre das alles nicht möglich gewesen.

Diese für uns überraschenden Ergebnisse sind das Ergebnis des Aufbaus der Basketball Akademie in der vergangenen Saison und des Wachstums unserer Seniorenmannschaften bei den Herren (3 Teams) und den Damen (3 Teams), die es unseren Jugendlichen auch in Zukunft ermöglichen, als Erwachsene in der MTV-Familie zu bleiben.

Text: Davide Tortorelli | Fotos: Arturo Rivas Gonzales



Die komplette Rangliste



TOP 100



# TOP 100

## BASKETBALLREISE AUF GUTEM WEG

# LIGA VERSPRICHT ÜBERRASCHUNGEN

Mit dem 6. Platz in der aktuellen Tabelle befindet sich das 1. Herrenteam des MTV Stuttgart mitten in einer spannenden Regionalliga-Saison. Lediglich drei Siege trennen die Mannschaft vom Tabellenführer Karlsruhe, und die Liga verspricht weiterhin Überraschungen.

In diesem Jahr könnten aufgrund einer zusätzlichen Mannschaft vier Teams absteigen, was die Dynamik der Liga zusätzlich herausfordert. Unser Ziel für die verbleibende Saison ist klar definiert: Wir möchten uns so hoch wie möglich platzieren und arbeiten langfristig an einem sportlichen und infrastrukturellen Ausbau, um den Aufstieg in die Pro B anzustreben. Die Sponsoren sind natürlich ein entscheidender Part dieses Projekts, und an dieser Stelle möchten wir unseren treuen Sponsoren Bo's Burger, Physio West und Mókuska Caffè herzlich danken. Besonders freut uns, dass wir zwei neue TOP-Sponsoren gewinnen konnten: Seit letzter Saison ist Rumpelschwab an Bord, und diese Saison ist Lou's Event Catering ganz neu im Boot. **\*\*Aufruf an die Community: Unterstützt uns auf unserer Reise nach oben!\*\*** Auf dieser spannenden Reise sind wir ständig auf der Suche nach weiteren

Sponsoren und Unterstützung in der Organisation. Wenn auch Sie Teil dieses Basketballabenteuers werden möchten, wenden Sie sich gerne an uns: [sponsoring@stuttgart-basketball.de](mailto:sponsoring@stuttgart-basketball.de). Die Zusammenarbeit mit diesen Partnern stärkt unsere Vision, und wir hoffen auf noch mehr Support für unseren Weg nach oben. Im Fokus unserer Arbeit liegt auch die MTV Academy mit bald 500 Kindern, die das Herz und die Zukunft unserer Basketballvisionen darstellen. Die laufende Saison zeigt bereits, dass der Nachwuchs nicht nur Spielerfahrung sammelt, sondern auch durch starke Leistungen auf dem Feld überzeugt. Wir danken allen Sponsoren und Unterstützern, die uns auf dieser Reise begleiten. Merkt euch die nächsten Heimspiele vor: Am 23. März 2024 treffen wir um 16:15 Uhr auf BBU 01 Ulm, gefolgt von den Mädels, die um 19:00 Uhr gegen TSV 1880 Wasserburg spielen. Das letzte Heimspiel der Regionalliga-Herren gegen Sunkings Saarlouis findet am 13. April um 19:15 Uhr statt. Wir freuen uns auf zahlreiche Unterstützung in der Halle!

Text: Torsten Böhringer | Fotos: Justas Sirtautas



HEIMSPIELE 2024	
2. DAMEN BASKETBALL BUNDESLIGA	HERREN REGIONALLIGA SÜDWEST
SAMSTAG 23.03.2024	
VS 19:00 UHR SPORTHALLE WEST   BEBELSTR. 24   70193 STUTTGART	VS 16:15 UHR SPORTHALLE WEST   BEBELSTR. 24   70193 STUTTGART
SAMSTAG 13.04.2024	
VS 19:15 UHR SPORTHALLE FEG   JOHANNESSTR. 48   70176 STUTTGART	

### DIE BASKETBALL

HERREN WERDEN UNTERSTÜTZT VON:



## GUT BESUCHTES TURNIER IN KORB GRUPPE U15

Valerie Vierheilig, die noch nicht so lange ficht, konnte in der Vorrunde nur 1 von 3 Gefechten gewinnen. Damit war ihr Quotient entsprechend niedrig, was bedeutet: Der Gegner in der folgenden K.O. Runde wird entsprechend stark...so war es dann auch, Valerie tat sich schwer, verlor und erreichte eine Endplatzierung mit Platz 13 bei 14 Teilnehmern. Nicht verzagen Valerie, dranbleiben!

Ihr erstes Turnier bestritt Lousine Hamparia. In ihrer Vorrunde verlor sie alle Gefechte und landete auf Platz 14 von 14. Hinzu kam, dass sie im K.O. gegen unsere beste Fechterin kämpfen musste - Rebekka Flad. Lousine, bitte nicht entmutigen lassen, aller Anfang ist schwer...

Bei Rebekka Flad lief es dementsprechend schon besser. Sie konnte 2 von 3 Gefechten in der Vorrunde gewinnen und hatte damit eine Vorrundenplatzierung mit Platz 3. Dies war eine gute Ausgangsposition. Sie gewann ihr erstes Gefecht mit 15:0! Im 2. K.O. verlor sie knapp und erreichte somit Platz 5.

Laurin Keller startete bei den Florettherren in der U15. Er konnte sich erfolgreich Platz 2 unter 14 Fechtern erkämpfen. Silber! Gratuliere Laurin! Weiter so....

### Erfurt 11.11.2023 Veteranen

#### Senioren

Die Startgemeinschaft MTV Stuttgart / Esslinger SV, mit Fred Arnold, Jan Falck-Ytter, Robert Mitschang erreichte bei den Deutschen Mannschaftsmeisterschaften einen 3. Platz unter 16 Mannschaften. Die Mannschaft gewann alle 14 Kämpfe, bis auf das Gefecht gegen die Startgemeinschaft Heidelberg. Am Ende entschied der Trefferquotient. Mit Bronze konnte das Team MTV/Esslingen aber durchaus zufrieden sein, zumal die Gegner Hamburg und Berlin in den Vorrunden keine leichte Kost waren....

### Weihnachtsturnier 09.12.2023

Das diesjährige Weihnachtsturnier war gut besucht. Nach den Gefechten, die auf den neuen Bahnen stattfanden, die wir schon am Freitagabend zuvor aufgebaut hatten, ging es hoch zum MTV am Kräherwald. Dort ließen wir den Abend mit einer Siegerehrung gemütlich ausklingen.

Text: Fred Arnold Bild Adobe Stock

# DIAMANT®

Heiz- und Klimasysteme GmbH



100% EIGENSTROM, EINSTECKEN FERTIG

MTV MITGLIEDER BEKOMMEN SONDERPREISE

449 €\*  
MTV Sonderpreis  
~~699,00 €~~

### DAS IST SOLMATE®

- Einfache Selbstmontage
- Photovoltaik mit Stromspeicher
- Deckt den Strombedarf bis zu 25% (2 Fam Haushalt)
- Keine Registrierungs-pflicht

\* 2x Balkon Panelle mit Wechselrichter 699-€ 499€ MTV Preis Inkl. MwSt & Abholung

\*\* 1x Panelle für Boden Aufstellung mit Wechselrichter 549 €.

549,00 €\*\*  
Inkl. MwSt & Abholung

Besuchen Sie unsere Ausstellung Im Fuchshau 24 · 73635 Rudersberg  
WWW.DIAMANT-KLIMASYSTEME.COM T. +49 7183 9288-0

## FRAUENTREFF

# TERMINE 2024

**April: Mittwoch 10.04.24**  
MTV-Gaststätte ab 18:30 Uhr

**Mai: Donnerstag 02.05.24**  
Schwarzwald die Erste (Triberg, Schramberg)

**Juni: Mittwoch 12.06.24**  
MTV-Gaststätte ab 18:30 Uhr

**Juli: Donnerstag 04.07.24**  
Schwarzwald die Zweite (Sauschwänzlebahn)

**August: Samstag 10.08.24**  
Weinbergwanderung

**September: Mittwoch 11.09.24**  
MTV-Gaststätte ab 18:30 Uhr

**Oktober: Donnerstag 10.10.24**  
Esslingen - Sehen und Schmecken

**November: Mittwoch 13.11.24**  
MTV-Gaststätte ab 18:30 Uhr

**Dezember: Donnerstag 05.12.24**  
Weihnachtmarkt (Ort noch nicht bekannt)



# Gauggel Sanitär & Heizung

Ihr vielseitiger Fachbetrieb aus Stuttgart



## Gauggel ist ein Fachbetrieb mit 90-jähriger Geschichte.

Wenn Sie einen echten Partner für Sanitär- und Wärmekomfort gesucht haben, dann sind Sie hier richtig.

Bei uns stehen Sie im Mittelpunkt.

Das ist unsere Maxime seit es das Unternehmen gibt.

Und die hat sich seit drei Generationen bewährt, darum halten wir auch daran fest und sagen:

**Herzlich willkommen bei Gauggel. Was können wir für Sie tun?**

**Gauggel GmbH**

Augustenstr. 119

70197 Stuttgart

Tel. 0711/ 62 63 18

Fax 0711/ 61 89 88

info@guggel-sanitaer.de



## Wir helfen Schritt für Schritt

Orthopädie | Reha | Bandagen | Sanitätsartikel



## SPORTVERLETZUNG oder ABNUTZUNGSERSCHEINUNGEN?

DU SPIELST, UM ZU GEWINNEN.  
WIR BERATEN UM ZU HELFEN.



Das gesamte Service-Team freut sich auf dich.

Dein Sanitätshaus mit Herz ❤️

Sanitäts- und Gesundheitshaus  
**Weber & Greissinger Stuttgart GmbH**

Stuttgart · Esslingen · Ditzingen · Murrhardt  
www.weber-greissinger.de · info@weber-greissinger.de



**friess+merkle**

**Elektrotechnik**

Stuttgart: 0711 / 63 81 61

Plochingen: 07153 / 27 7 06

kontakt@friessmerkle.de

**www.friessmerkle.de**

## DIE MTV FUSSBALLER IN DER LANDESLIGA ETABLIERT

Mit Spannung starteten die MTV-Fußballer nach dem Aufstieg aus der Bezirksliga in die erste überregionale Landesligasaison. Nach 14 gespielten Partien der Vorrunde kann man feststellen, dass der MTV mit den gegebenen, relativ bescheidenen finanziellen Möglichkeiten sehr gut mit den diesbezüglich wesentlich besser gestellten Gegnern mithalten kann.

Mit 5 Siegen und 2 Remis steht das Team von Chefcoach Björn Lorer auf einem Nichtabstiegsplatz. „Eigentlich konnten wir fast alle Spiele mindestens ausgeglichen gestalten. In einigen Partien hat uns einfach nur die Erfahrung und Kaltschnäuzigkeit gefehlt, um noch mehr Punkte einzufahren und uns für unsere guten Leistungen zu belohnen“ zieht Lorer ein Fazit der Vorrunde. Besondere Highlights waren der 2 : 1 – Heimsieg im Lokald Derby gegen den TSV Weilimdorf sowie das Auswärtsspiel gegen den früheren Regionalligisten SC Geislingen in deren Stadion vor über 400 Zuschauer:innen mit Fan-Block und VIP-Lounge! In der Vorbereitung auf die Rückrunde wird die Mannschaft ein 3-tägiges Trainingslager in Überlingen am Bodensee durchführen, bevor das erste Pflichtspiel am 02.03.2024 auswärts beim Mitaufsteiger VfL Kirchheim ansteht mit dem großen Ziel, in der ersten Landesligasaison den Klassenerhalt zu schaffen!

Sehr erfreulich sind die Leistungen unserer zweiten Mannschaft, die als souveräner Spitzenreiter mit einem Vorsprung von 10 Punkten in die Rückrunde startet und der eigentlich der Aufstieg in die Kreisliga A nicht mehr zu nehmen ist. Besonders erwähnenswert ist das Torverhältnis von 95 : 12 Toren in 13 Spielen

ohne Niederlage und insgesamt nur 8 gelben Karten ohne Platzverweise. „Unsere Philosophie, auf unsere jungen Nachwuchstalente aus der eigenen Jugend zu setzen, ist überaus erfolgreich, die Jungs ziehen voll mit und sind heiß auf die Meisterschaft und den Aufstieg. Wir werden aber natürlich die Vorbereitung voll durchziehen und auch in der Rückrunde nicht nachlassen“ berichtet Trainer Philipp Hug von unserem Talentteam.



Das erste Heimspiel unserer Landesliga-Mannschaft in der Rückrunde findet am 10.03.2024 um 15 Uhr auf unserem Sportgelände Am Kräherwald gegen den Tabellennachbarn SV Neresheim statt.

Text: Jochen Hug | Fotos: Günter e. Bergmann



UNSERE FUSSBALLER WERDEN UNTERSTÜTZT VON:



VON BRÜHL

AUKTION ANKAUF AUFLÖSUNG

info@vonbruehl.com

0711/953 387 04



## MIT ENERGIE UND REALISTISCHEN ZIELEN IN DAS NEUE JAHR GUTE VORSÄTZE FÜR 2024



➤ A Jugend Hallenbezirksmeister 2023



➤ A Jugend Hallenbezirksmeister 2023

Zu Beginn eines neuen Jahres wollen wir mit guten Vorsätzen vorangehen. Wir haben im Jahr 2023 viele sportliche und soziale Ziele erreichen können und unser jetziges Ziel wird sein, diese Erfolge zu stabilisieren.

Im Januar 2024 sind wir mit einem schönen Fußballcamp für unsere jungen Kicker gestartet und auch ein Wochenende mit Hallenturnier haben wir sehr erfolgreich organisiert und durchgeführt. Unsere C1 und die A1 sind letztes Jahr Bezirksmeister geworden und sind in diesem Jahr auf Verbandsebene qualifiziert. Die Vorbereitung läuft nun auf Hochtouren und ab März beginnt dann die Rückrunde für unsere gesamten Mannschaften in der Fußballakademie.

Die C2 und B2 stehen im Viertelfinale zum Bezirkspokal und wir hoffen es geht genauso gut weiter wie bisher.

Im Jahr 2024 haben wir wieder viele traditionelle Turniere und Veranstaltungen geplant, deren Termine kann man dann auf unserer Homepage unter dem Reiter Turniere ansehen.

Im Mittelpunkt stehen in diesem Jahr auch das Ehrenamt und die Herkules-Trainer-Akademie, als zukunftsweisendes Modell.

Das Jahr 2024 hält auch wieder einige Herausforderungen für uns bereit.

*Wir bedanken uns bei allen Unterstützern, unseren engagierten Trainern und vor allem auch bei unseren unermüdlichen Ehrenamtlern.*

Text: Georgios Metaxarakis | Fotos: Ibrahim Tekin



➤ D1 Bezirksmeister 2023 Aufstieg in die Talentrunde



## HANDBALL IST PURE EMOTION BOCK AUF HANDBALL

„Wenn es nicht kracht, ist es nicht Handball“ – so formuliert es Stefan Kretzschmar. Da möchte ich als durchschnittlich talentfreier Bezirksliga-Handballer natürlich nicht widersprechen.

Aber ergänzen. Denn neben dem zweimal 30-minütigen Action-Thriller, neben der Sportart gewordenen Adrenalin-Spritze, neben dem reinen Vollgas-Spektakel auf der Platte ist Handball noch so viel mehr. Handball ist nämlich auch all das, was vor und nach dem Spiel passiert, all das, was sich in der Kabine und außerhalb der Halle abspielt, all das, was uns bitter leiden und leidenschaftlich jubeln lässt. Handball ist pure Emotion. Handball ist griffig. Handball ist alles – außer gewöhnlich.<sup>1</sup> So schreibt es Daniel Duhr in seinem Buch „Bock auf Handball“, welches wir an dieser Stelle gerne empfehlen möchten. Denn da spricht er uns aus der Seele.



Es braucht jedoch nicht nur Manpower, sondern auch Money. Hier bedanken wir uns von Herzen beim Freundeskreis der Handballer sowie bei allen Partnern, die die Handball Abteilung unterstützen.

Habt ihr eine eigene Firma oder kann euer Arbeitgeber die Handballerinnen und Handballer unterstützen? Dann würden wir uns sehr freuen, wenn ihr Peter Kolb per E-Mail an [pk@mtv-stuttgart.de](mailto:pk@mtv-stuttgart.de) oder telefonisch unter 0711-639918 kontaktiert.

<sup>1</sup>Literaturverzeichnis: Duhr, Daniel (2023): Bock auf Handball. Hamburg: Edel Sports Verlag.



### Die Planungen für die nächste Saison sind am Laufen

Zum Redaktionsschluss im Februar befinden sich unsere 2 Frauen- und 4 Männerteams sowie die 10 Jugendmannschaften in der Rückrunde. Doch die, die nicht direkt auf dem Feld stehen sind eifrig am Planen der kommenden Saison. Wir freuen uns sehr, dass alle Trainerinnen und Trainer im aktiven Bereich auch in der nächsten Saison beim MTV bleiben. Trainerinnen und Trainer sowie Trainingsstätten gibt es nie genug. Die vergangene Handball EM hat die Lust auf Handball bei den Kindern und Jugendlichen noch einmal verstärkt. Wir sind an den Kapazitätsgrenzen angekommen und suchen deshalb immer Verstärkung. Wenn du dir vorstellen kannst, bei einer Jugendmannschaft als Betreuer:in oder Trainer:in zu helfen, dann melde dich bitte bei unserer Jugendleitung unter: [jugendleitung@handball.mtv-stuttgart.de](mailto:jugendleitung@handball.mtv-stuttgart.de).

Wir lassen dich nicht allein. Du bekommst unsere volle Unterstützung und du hilfst, dass wir keine Kinder ablehnen oder zu anderen Vereinen schicken müssen.

Text: Peter Kolb | Fotos: Simon Balluff



# SELBSTVERTEIDIGUNG LERNEN – SELBSBEWUSST WERDEN! TÄTER SUCHEN OPFER

**Täter suchen Opfer - keine Gegner! Unter diesem Motto trainierten wir wieder Anfang Januar 2024 bei dem Selbstverteidigungsexperten Jürgen Kestner (7.Dan) in Hardthausen.**

Jürgen war lange bei einem Sondereinsatzkommando (SEK) als Trainer und Ausbilder tätig. Er weiß, dass durch selbstbewusstes Auftreten - so durch jahre- bzw. jahrzehntelanges Training - von vornherein vermieden wird, typische Opfersignale zu senden. Das erhöht etwas die Chance, gar nicht erst Opfer von Angreifern zu werden.

Kann man sich aber weder durch Deeskalation noch durch Flucht einem Angriff entziehen, ist das oberste Ziel der Eigenschutz, gefolgt von schnellen und heftigen Gegenmaßnahmen.

Dieses Mal wurden insbesondere Rotations- und Wellenbewegungen für die Verteidigung vorgestellt, bei denen - wie so oft im Karate - die Technikausführung im Vordergrund stand und nicht so sehr die Kraft. Das Üben der Techniken unter Stress d.h. in der Halle lief laute Rockmusik, erhöhte eindrucksvoll das Realitätsempfinden. Technikabfolgen wurden somit nicht nur stumpf heruntergespult.

Wir 8 Karatekas vom MTV-Stuttgart haben wieder sehr viel dazu gelernt. Wir fühlten uns nicht als „Opfer“, sondern eher als „Mittäter“ – bezogen auf diesen hochinteressanten Lehrgang.

Text und Fotos: Andreas Eger





FILM AB!  
DIE SCHARR-GRUPPE  
STELLT SICH VOR.



**IHR ENERGIEPARTNER IN DER REGION**

ÖKOSTROM • SOLAR • PHOTOVOLTAIK • PELLETS • BIOGAS • WÄRMEPUMPE

Weitere Infos finden Sie unter:  
[www.scharr.de](http://www.scharr.de)



*bringt Energie ins Leben*

## FUNDAMENTALE GRUNDAUSBILDUNG FÜR IHR KIND STELLENWERT DES KINDERSPORTS

In dieser Ausgabe des MTV Magazins dreht sich viel um das Thema Sport für Kinder. Die Abteilungsleitung der Kindersportschule hat hierzu bereits ein paar wichtige Fragen in einem Interview beantwortet.

Unabhängig davon, welchen Sport Ihr Kind später ausüben wird, bietet die Kindersportschule, durch einen gezielten Rahmenlehrplan, eine fundamentale Grundausbildung. Dabei sind die ersten Lebensjahre durchaus entscheidend für die motorische Entwicklung des Kindes. Was in jungen Jahren nicht erlernt wird, kann später nur sehr schwer nachgeholt werden.



### Marie Fleeer – neue hauptamtliche Mitarbeiterin

Ich bin Marie, 22 Jahre jung und habe im September 2023 meine Ausbildung zur Sport- und Gymnastiklehrerin absolviert. In den Jahren meiner Ausbildung habe ich Erfahrungen im Kindersport und in der Fitness gesammelt und bin seit ca. 4,5 Jahren Trainerin im Leistungssport. In meiner Freizeit halte ich mich fit mit Turnen, Tanzen und Kraftsport. Tätig bin ich im Kindersport, Turnen, Fitness und bei der Rückenreha. Ich freue mich sehr, Teil des MTV Teams zu sein und teile meine Sportbegeisterung mit Jung und Alt.

### MTV Kids – Cleaning Day

Nachdem der MTV Kids – Cleaning Day viel Zuspruch bei Groß und Klein erfahren hat, werden wir uns dieses Jahr wieder auf die Suche nach Müll am Kräherwald und Umgebung machen. Stattfinden wird dieser am 26.04.2024. Alle weiteren Informationen erhalten die Kinder in ihrem Abteilungssport per Flyer. Wir werden diesen auch auf unserer Homepage [www.kindersportschule.de](http://www.kindersportschule.de) teilen.

### Wenige freie Plätze

In unserem noch sehr neuen Angebot, dem KiSS Yoga, gibt es freie Plätze. Es findet donnerstags von 17:15 – 18:00 Uhr in der Schlossrealschule für Mädchen statt

Text und Fotos: Marc Salzer

### Die Kindersportschule im Landesmuseum

Am 01.05.2024 findet im Landesmuseum der Walpurgis-tag statt, bei der es einige Hexenprüfungen zu absolvieren gibt. Die Kindersportschule des MTV Stuttgart wird im Innenhof mit einem kleinen Parcours dazu beitragen. Wir freuen uns auf zahlreiche Teilnehmer:innen.

**JUNGES SCHLOSS**  
DAS KINDERMUSEUM IN STUTTGART

**DIE KLEINE HEXE** GROSSE MITMACH-AUSSTELLUNG

100 JAHRE OTFRIED PREUBLER

1.5.24 Walpurgisnacht mit dem MTV Stuttgart

14.10.2023 – 2.6.2024  
ALTES SCHLOSS | STUTTGART  
JUNGES-SCHLOSS.DE

FÜR GROSS UND KLEIN

Komm vorbei und tauche in die Geschichte der Kinderbuchheldin, die wir bei uns im Museum lebendig werden lassen, ein. Übe mit der kleinen Hexe Gutes zu tun. Wehre Dich gegen Ungerechtigkeiten und stelle Dich bei der Walpurgisnacht auf dem Blocksberg der Hexenprüfung.

MTV STUTTGART 1843 e.V.

## KEIN JOJO-EFFEKT MIT DER RADSPORTABTEILUNG **SCHLANK DURCH DEN WINTER**



Trotz Wind und Wetter durch unsere Stuttgarter Wälder

Gemeinsam oder auch alleine, wie hier unser Abteilungsleiter, sind unsere Wälder rund um Stuttgart das ideale Gelände um die Natur zu genießen und dabei einige Weihnachtsgutsle zu verarbeiten.



Ganz hip: zuhause, mit moderner Technik

Wer die richtige Software hat, kann die tollsten Alpenpässe hochstrampeln oder in die spannendsten Tour de France-Etappen eintauchen. Echtes Rennerlebnis, fehlt nur der Fahrtwind. Aber die ganz Wilden unter uns benutzen einen Ventilator.



Winter- Indoor Cycling

Wenn es draußen nass-kalt und trübe ist, ist der Spiegelsaal im MOTIV die Zufluchtsstätte für alle, die trotzdem gerne ihre Form behalten wollen oder auch nur Lust haben, mit Werner als Trainer bei guter Musik auf der Stelle zu treten.

Text: Werner Wölflé  
Fotos: Werner Wölflé & Olaf Hatesuer

### Ab Ostern startet wieder unser gemeinsames Training

So: 10.00 Uhr Treffpunkt: Eingang Leuze  
Strecken zwischen 60-100 km anschließend kleiner Umtrunk

Mi: 18.00 Uhr Treffpunkt: MOTIV Feuerbacher Tal

**Herzliche Einladung an alle, die Freude haben in der Gruppe Rad zu fahren.**

**Wer es nicht kennt, einfach ausprobieren.**

Die Fernreisen 2024 von Stuttgart nach Rijeka sind ausgebucht.

# NEUE SAISON, NEUE LIGA, NEUE HERAUSFORDERUNGEN

## STUTTGART VALLEY ROLLER DERBY

Die Bundesligaspielzeit 2023 hat sich für das Team von Stuttgart Valley Roller Derby als schwierig erwiesen: Nachdem auch das letzte Spiel der 2023er Saison verloren ging, war der Abstieg aus der ersten Bundesliga nicht mehr abzuwenden.

Und doch endete das Jahr mit einer positiven Tendenz. Beim Dust City Cup, einem Tournament in Graz, erspielten sich die Stuttgarter\*innen mit viel Verve und Spielfreude den zweiten Platz. Diesen Schwung gilt es nun beim Neustart in die zweite Bundesliga mitzunehmen und weitere neue Spieler\*innen in die Mannschaft zu integrieren, um als Team weiter wachsen zu können.

Die zweite Liga gliedert sich in zwei Stränge. In der Liga Süd heißen die gegnerischen Teams in diesem Jahr Bembel Town Rollergirls aus Frankfurt, Rolling Rat Pack aus Regensburg, The Gemstones aus Erfurt und Heartrivels, das ist eine Spielvereinigung mit Spieler\*innen aus Mannheim und Kaiserslautern. Wir freuen uns auf neue, spannende Begegnungen!

Text: Valerie Pogodda | Fotos: Michael Fasching



Bring  
Momente  
zum Leuchten.

Mit einer  
Ausbildung  
bei uns.

Du willst was Sinnvolles machen? Komm in unser Team & begleite blinde, sehbehinderte und mehrfachbehinderte Menschen.

- Ausbildung Heilerziehungspfleger (m/w/d)
- Ausbildung Jugend- und Heimerzieher (m/w/d)
- FSJ/BFD (m/w/d)

[anike.weisenhorn@nikolauspflge.de](mailto:anike.weisenhorn@nikolauspflge.de)

Tel. (0711) 65 64-913

[www.karriere.nikolauspflge.de](http://www.karriere.nikolauspflge.de)



 Nikolauspflge



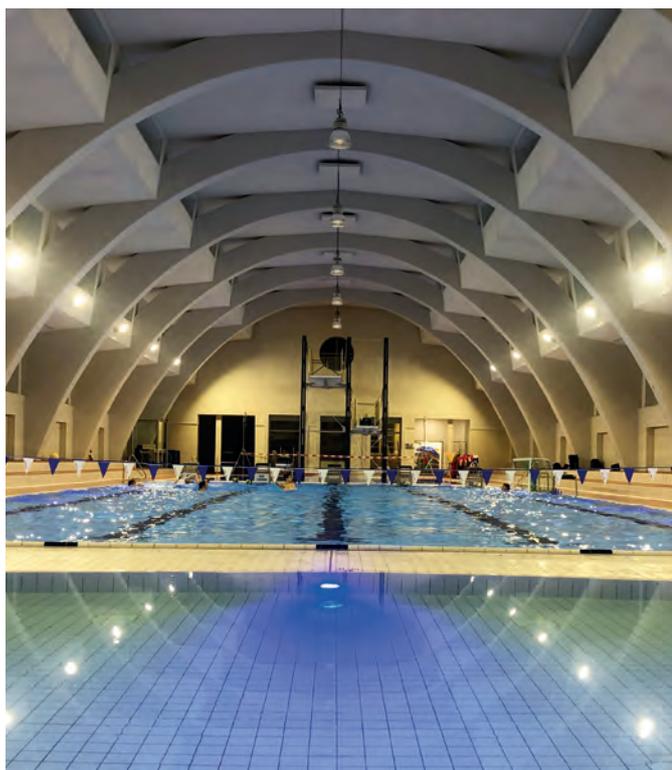
## 2 FAST HUNDERTJÄHRIGE IMMER NOCH FIT

**Unser Oldie Richard Kieferle immer noch fit und das Stadtbad Heslach in neuem Glanz**

Wir schreiben das Jahr 1930, das Geburtsjahr unseres Oldie Richard, der über das Skifahren und Faustball schon sehr lange bei uns Schwimmern daheim ist. Richard kommt jetzt wieder regelmäßig montags ins Heslacher und schwimmt ein paar Bahnen. So bleibt er fit. Wichtig ist ihm natürlich auch das anschließende Beisammensein bei Bier - auch mal ein Glas Rotwein - und Pizza mit uns „Jüngeren“ mit nie ausgehenden Gesprächsthemen. Nur

1 Jahr früher feierte das Stadtbad Heslach Einweihung. Damals noch als erstes Hallenbad in Deutschland mit einer 50m-Bahn. Inzwischen ist daraus ein 25m-Sportbecken, mit zusätzlichem Sprungbecken (3m-Brett + 5m-Turm) und einem Becken für die ganz Kleinen zum Planschen und Schwimmen lernen, entstanden. Das Bad war jetzt aufgrund Corona und Sanierung rund dreieinhalb Jahre geschlossen und es macht große Freude sich im neuen Ambiente (u.a. Duschen, Umkleiden, Fliesen, Beleuchtung) zu bewegen. Unter Einhaltung des Denkmalschutzes gratulieren wir der Stadt Stuttgart zu diesem Juwel.

Text: Gerhard Frankenhauser | Fotos: Tim Medhurst



# 52

## SPRUNG ÜBER DIE CHURFIRSTEN GEGLÜCKT NEUES AUS DER SKIABTEILUNG

Der Geruch des Skikellers, die gemütliche Atmosphäre in den Schlafräumen, der Blick auf den Säntis: Für die Stammgäste unter den Kindern und ganz besonders für das Betreuersteam fühlt sich „unser“ Haus in Unterwasser längst wie ein zweites Zuhause an.

Kein Wunder, immerhin war der MTV seit Anfang der Sechzigerjahre fast jedes Jahr in der Woche nach Neujahr mit seiner Kinderausfahrt hier zu Gast. Doch sowohl die immer schlechter werdende Schneelage als auch die Trennung der beiden Skigebiete Wildhaus und Chäserrugg, haben uns schon seit Jahren zweifeln lassen, ob die Ausfahrt in Unterwasser noch eine Zukunft hat. Nach dem besonders schneearmen Jahr 2023 war es dann endgültig an der Zeit, sich nach einer Alternative umzusehen. Diese haben wir auf der anderen Seite der Churfirsten nur wenige Kilometer Luftlinie von Unterwasser entfernt gefunden: In Flumserberg gibt es nicht nur ein deutlich größeres und schneesicheres Skigebiet, sondern mit der „Alten Sektion“ auch ein Gruppenhaus, das unseren Anforderungen voll entspricht: Direkt an der Talabfahrt gelegen (hier sogar mit Schnee), tolle Lagerzimmer für Kinder und Betreuer:innen, große und gemütliche Aufenthaltsräume und nicht zuletzt eine professionelle Gastro-Küche mit allem Drum und Dran, die vor allem unserem langjährigen Koch Jochen ein breites Grinsen ins Gesicht zauberte.



„Haus und Skigebiet sind ideal, wir sind total froh, dass wir den Schritt zu etwas Neuem gewagt haben“ meint Tillmann Renz, der die Ausfahrt schon seit 24 Jahren leitet. Einziger Wermutstropfen, so „Tilli“ weiter, sei der etwas höhere Preis der Ausfahrt. „Wir würden uns sehr freuen, wenn trotzdem im nächsten Jahr wieder ein paar mehr Kinder dabei wären“. Da die Ausfahrt nächstes Jahr aufgrund der Feriensituation einen Tag kürzer ist, wird der Preis aller Voraussicht nach auch geringer ausfallen. Daher sollten sich alle MTV-Kinder zwischen 8 und 13 Jahren schon mal fett im Kalender eintragen: Die Kinderausfahrt „Rasselbande“ findet vom 01.-06.01.2025 statt, dann zum zweiten Mal auf der anderen Seite der Churfirsten in Flumserberg.

Text: Gregor Schwarz | Foto: Leonie Gabor



 **RAMSAIER**  
BESTATTUNGSHAUS

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

Es gibt Einzelspieler und Teamspieler -

Zusammen sind wir stärker.

Bestattungshaus Ramsaier  
Katzenbachstraße 58, 70563 Stuttgart

Tel. 74 20 01 - [www.ramsaier-bestattungen.de](http://www.ramsaier-bestattungen.de)



TÜV-zertifizierte Servicequalität und Kundenzufriedenheit

## 2023 GEGRÜNDETE 3. HERRENMANNSCHAFT STARTET DURCH „MTV UNPLUGGED“

Begonnen hat das Ganze bereits vor vielen Jahren. Immer mittwochs fand (und findet noch) das MTV-Tischtennis-Training statt. Nach und nach kamen immer mehr Spieler\*innen, die nach Feierabend nochmal «richtig Gas geben» wollten und sich beim Ping Pong auspowerten.

In der Herbstsaison 2023 war es dann soweit. Olly Krimmel wurde zum Teamkapitän ernannt und gründete mit dem fachlichen Rat von Ralf Pawlik und Thomas Stöckle eine echte Wettkampf-Mannschaft: MTV Stuttgart III. Flugs wurden schicke Trikots mit dem Aufdruck «MTV Unplugged» entworfen und als Sponsor konnte das «Schlesinger Int.» gewonnen werden. (Nach jedem Mittwochstraining nimmt hier die ganze Truppe ihre isotonischen Durstlöscher zu sich). Dieser gelebte Teamzusammenhalt und die hohe Motivation der einzelnen Spieler\*innen führte bereits zu ersten beachtlichen Erfolgen in der TT-Kreisklasse: 1. Platz in der Vorrunde, Bezirksmeister im Herren-Doppel, Vizemeister im Herren-Einzel und Einzug ins Achtelfinale beim Pokal Herren D. Soviel Erfolg sorgt für

weiteren Antrieb: Die zwei Teammitglieder Krimmel und Rapp haben sich bereits für die Tischtennis-Senioren-WM 2024 in Rom angemeldet. Viel Glück!



➤ Die Herren der dritten Mannschaft

### Weihnachtsfeier und Jahresabschluss

Zu einer fröhlichen Weihnachtsfeier haben sich die Jugendspieler, z.T. auch ihre Eltern in der Trainingshalle versammelt. Am Rundlaufspiel unter Beteiligung der Eltern hatten alle großen Spaß. Unserer Trainerin Maria wurde gedankt für ihren unermüdbaren Einsatz und die großen Erfolge, ebenso den Jugendbetreuern Dominik und Anja für ihre zuverlässige Unterstützung.

Die Vorrunde wurde erfolgreich abgeschlossen. In der jeweils höchsten Spielklasse des Bezirks Stuttgart wurden folgende Plätze in der Tabelle erreicht:

Jungen 19: 4. Platz mit 4:6 Punkten  
Jungen 15: 3. Platz mit 10:4 Punkten

Text und Fotos: Ralf Pawlik



➤ Weihnachtsfeier der Tischtennis Jugend

# EIN INTERVIEW VON SEBASTIAN HOHLBAUM

## AB AUF DIE MITTELDISTANZ

Im Sommer 2023 absolvierten Carolin Brenner und Judith Richter ihre erste Mitteldistanz. (1,9 km Schwimmen, 90 km Rad, 21 km Laufen).

**Warum wolltet ihr eine Mitteldistanz machen?**

**Carolin:** Als ich vor ein paar Jahren mit Triathlon anfang, konnte ich kaum kraulen und war nie mehr als 10km laufen. Durch den Spaß am gemeinsamen Training wurde ich besser und dachte, das kann ich schaffen.

**Judith:** 2021 hat mich mit Ligastart und zwei ODs das Triathlon Fieber total gepackt. Und dann war die Mitteldistanz irgendwie "naheliegend".

**Welcher Moment war besonders für euch?**

**Carolin:** Definitiv der Zieleinlauf. Anfang 2023 begann meine gezielte Vorbereitung. Unmittelbar vor dem Wettkampf verletzte ich mich leider, sodass unklar war, ob ich überhaupt starten kann. Je näher ich im Wettkampf der Ziellinie kam, desto mehr stieg die Freude.

**Judith:** Zwei Tage vor dem Wettkampf kamen mir plötzlich Zweifel. In der ersten Radrunde war ich dann so schnell unterwegs und total euphorisch. Dann hatte ich plötzlich einen Platten.

Der Schlauchwechsel klappte doch recht fix, ab da wusste ich: ich komme ins Ziel!

**Was war die größte Herausforderung im Wettkampf?**

**Carolin:** Bei meinen vorherigen Triathlons hatte ich großen Respekt vor dem Laufen. Die vorbereitende Unterstützung meines Trainers gab mir Selbstvertrauen ins Ziel zu kommen.

**Judith:** Meine größte Herausforderung ist nach wie vor das Freiwasserschwimmen. Das Schwimmen betrachte ich in dem Moment mehr als mentale Entspannungsübung. Das macht nicht schnell, ließ mich aber entspannt aus dem Wasser kommen.

**Welche Ziele habt ihr als nächstes?**

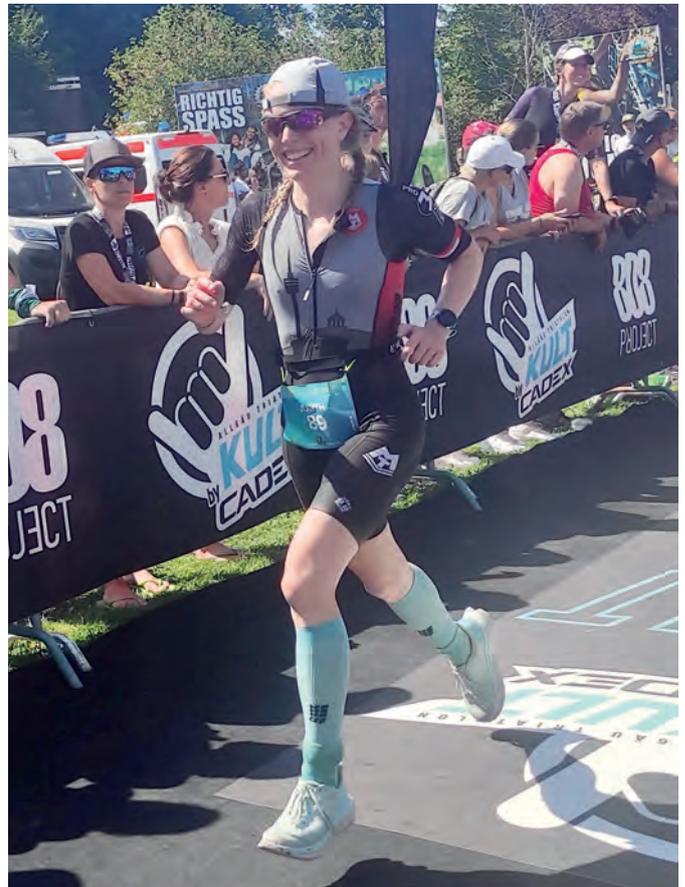
**Caro:** Es geht auf jeden Fall weiter mit einer „längeren“ Distanz. Aber das bleibt noch mein Geheimnis.

**Judith:** Vorerst bleibe ich bei der Mitteldistanz. Für mich ist es die goldene Mitte zwischen Auskotzen auf den kurzen und Quälerei auf noch längeren Distanzen. Wer weiß, eine Langdistanz ist nicht ausgeschlossen - aber erst mit Ü40.

Text und Fotos: Andreas Michaelis

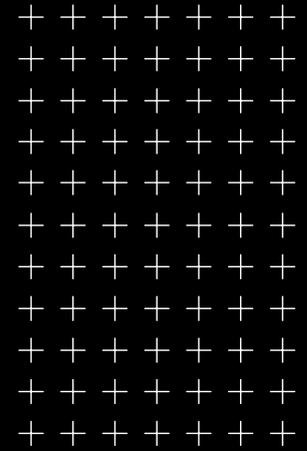


➤ Carolin Brenner



➤ Judith Richter

Wir sind immer auf der Suche nach motivierten Auszubildenden und Minijobbern. Bei Interesse sende eine Mail an [bewerbung@bb-et.de](mailto:bewerbung@bb-et.de)



Medien- & Veranstaltungstechnik  
Messe- & Kulissenbau  
Mietmobiliar  
Überdachungen  
Digitale & hybride Produktionen  
Event- & Streaming Plattform



»» BB-ET.DE

# 56

## DEUTSCHE MEISTERSCHAFT OHNE SEITZ UND KEVRIC **SELTEN SO SCHWER**

Verletzungspech und daraus resultierender Personalmangel zogen sich durch die gesamte Saison in der ersten Bundesliga der Turnerinnen. Dementsprechend groß war die Anspannung des Stuttgarter Turn-Teams im Finale am 02.12.2023 in Neu-Ulm.

Zu dem Ausfall von Elisabeth Seitz aufgrund eines Risses der Achillessehne kurz vor der WM, musste die Mannschaft auch auf Helen Kevric verzichten. Sie unterzog sich einer Operation am Fuß, um für das nächste Jahr wieder topfit an den Start gehen zu können. Die Verantwortung den Pokal wieder nach Stuttgart zu holen lag einmal mehr auf den Schultern unserer Jungstars. Verstärkt wurde der junge Kader mit Sofia Meier Rojas(13), Marlene Gotthardt (15), Meolie Jauch (16), Lara-Marie Hinsberger (19) und Michelle Timm (26) von den britischen Turnerinnen Ruby Grace Evans (16) und Poppy-Grace Stickler (17).



➤ Meolie bei ihrer Topübung am Stufenbarren

Der Start in den Wettkampf am Sprungtisch verlief solide und ohne große Fehler. Mit 4 zu 1 Scorepoints konnten die Stuttgarterinnen das Gerät für sich entscheiden.

Als letzte Starterin ging Meolie Jauch an ihr Lieblingsgerät, den Stufenbarren, ins Duell. Viel nahm sie sich vor und es sollte ihr gelingen. Sie zeigte eine Übung gespickt mit Höchstschwierigkeiten und einer sehr sauberen Ausführung. Die Belohnung dafür, die Tageshöchswertung von 14,10 Punkten und weitere wichtige 5 Scorepoints für Stuttgart Mädels. Auch Marlene und Lara konnten jeweils 4 Punkte auf das Konto des Titelverteidigers verbuchen.

Sollte das schon ein Vorentscheid für den Titel der Deutschen Mannschaftsmeisterschaft sein?

Zur Halbzeitpause stand es 17 zu 1 für den MTV Stuttgart. Mit diesem respektablen Polster durften die Turnerinnen am Zittergerät, dem Schwebebalken, ihr Können unter Beweis stellen. Durchwachsene Übungen und einige Absteiger der beiden konkurrierenden Teams führten zu einem Unentschieden an diesem Gerät.

Vor der letzten Disziplin, dem Boden, führte die Stuttgarter Riege mit 16 Scorepoints das Feld an. Das Team des TSV Tittmoning-Chemnitz hätte theoretisch noch in Führung gehen können und den seit 11 Jahren ungeschlagenen Meister in seine Schranken verweisen. Es wurde um jeden Punkt hart gekämpft, keiner schenkte dem anderen etwas. Die ersten beiden Duelle gingen klar mit jeweils 4 Scorepoints an den TSV. Das Polster der Stuttgarterinnen schmolz und nur noch zwei Duelle standen aus. 8 Punkte galt es zu verteidigen. Lara-Marie Hinsberger legte vor und kam ohne große Probleme durch ihre Übung. Ihre Gegnerin Samira Raffin zeigte ebenfalls eine gute Übung mit dem Resultat unentschieden. Rein rechnerisch war dieses Ergebnis der Sieg für die Stuttgarter Turnerinnen, außer das letzte Duell würde der TSV mit über 6 Punkten Differenz im Endwert gewinnen, was 10 Scorepoints für das Team bedeuten würde. Stuttgart hatte allerdings noch den „Jocker“ namens Ruby im Ärmel. Mit einer eleganten und sicheren Choreografie erturnte sie 3 Scorepoints und sicherte dadurch den erneuten Meistertitel für das Turn-Team Stuttgart.

*Der MTV Stuttgart bedankt sich bei den Turnerinnen, dem gesamten Trainerteam, den Betreuern, der Physiotherapeutin, den Kampfrichtern sowie all unseren Gastturnerinnen herzlich.*



➤ Helen beim Abgang, alles im Blick



➤ Marlene in eleganter Pose am Schwebebalken

Nach dem Finale ist vor der neuen Saison. Diese beginnt im Olympischen Jahr schon am 13.04.24 und verspricht wieder jede Menge Emotionen, starke Leistungen und frische Gesichter.

Mit den Neuzugängen Madita Mayr (14), Maha Feniuk (12) und Mia Frick (12) konnte der MTV Stuttgart drei noch sehr junge und talentierte Turnerinnen unter Vertrag nehmen. Das Ziel ist es, sich mit einem wettbewerbsfähigen Kader langfristig abzusichern. Besonders wenn Olympische Spiele, Weltmeisterschaften oder Europameisterschaft stattfinden, ist es wichtig, starke Turnerinnen im Team zu haben, die noch nicht im Aktiven Bereich turnen. Es ist Fluch und Segen zugleich einige der besten deutschen Turnerinnen in der Mannschaft zu haben, denn nicht selten müssen die Stuttgarterinnen aufgrund von internationalen Wettkämpfen oder Vorbereitungslehrgängen auf die ein oder andere Startturnerin bei einem Ligawettkampf verzichten.

Text: Alexander Otto | Fotos: Qingwei Chen / Lars Neumann

#### Termine 2024

- 15.-17.03.24  
EnBW DTB-Pokal
- 13.04.24  
erster WK 1. Bundesliga
- 02.-05.05.24  
EM in Rimini (ITA)
- 25.05.24  
zweiter WK 1. Bundesliga
- 26.07.-11.08.24  
Olympische Spiele in Paris
- 12.10.24  
dritter WK 1. Bundesliga
- 09.11.24  
vierter WK 1. Bundesliga
- 07.12.24  
Bundesligafinale in Neu-Ulm

DIE BUNDESLIGATURNERINNEN  
WERDEN UNTERSTÜTZT VON



# EIN WINZIGES ZEHNTTEL FEHLTE ZUM LANDESSIEG

## MTV WIRD VIZELANDESMEISTER

Es war sooo knapp! Das Team der AK 12/13 Jahre erturnte sich den hervorragenden 2. Platz von mehr als 220 Mannschaften. Sie sind somit die Vizelandesmeisterinnen des Württembergischen Landesfinals 2023-2024.

Boden und Sprung lief überragend gut und mit deutlichem Vorsprung konnten sie beide Geräte gewinnen und überzeugten als Landessiegerinnen am Sprung und Boden. Zum Gesamtsieg im



➤ Glückliche Landessiegerinnen

### Weitere MTV-Mannschaften erfolgreich während der Saison

Die Wettkämpferinnen der AK 10/11 Jahre belegten einen tollen Platz 6 von gleichfalls über 220 Mannschaften. Wegen eines einzigen Missgeschicks am Balken (-2.0P) verfehlte die Mannschaft Platz 2 und mit nur einem weiteren Zehntel Abstand sogar Platz 1. Dennoch hervorzuheben ist der Erfolg von Lisa DSouza, Linda Krockenberger, Jana Mauk als Vizelandessiegerinnen von Württemberg am Boden und Reck. Als Bezirks- und Gaumannschaftsmeisterinnen und mit Platz 3 beim Bezirksfinale konnten sie zudem überzeugen.

Das Team der Offenen Klasse erreichte einen bemerkenswerten Platz 6 unter den besten 9 Mannschaften des Landesfinals der 15 Turngaue im Schwäbischen Turnerbund mit Laura Haslwimmer, Helena Kempf, Fanny Novak, Chiara Rosenauer, Maria Ruiz Schlumberger, Theresa Schüßler, Lena Marie Soltow und Diana van der Vlist Papaqui. Beim Bezirksfinale erturnten sie sich den 3. Platz und Platz 2 bei den Bezirks- und Gaumeisterschaften.

Text und Fotos: Elke Leitenberger

Vierkampf fehlte der Mannschaft tatsächlich nur ein klitzekleines, bitteres Zehntel.

Die Turnerinnen Mia Franck, Helena Groß, Victoria Klotz, Sina Krockenberger, Laura Rogowski können sehr stolz sein und blicken auf eine überaus erfolgreiche Saison zurück, mit jeweils dem 1. Platz bei allen bisherigen Team-Wettkämpfen. Echt spitze!



➤ Beeindruckende Leistungen bei allen Wettkämpfen



➤ Turnschule auf Erfolgskurs

## FÜNF NEUE AUS DER ZWEITEN MANNSCHAFT

# DER KAMPF UM KAMPFRICHTER

Sechs Jahre ist es nun her, dass eine Reihe von MTV Turnern die Kampfrichterlizenz erworben haben. Seither gab es wenig Nachwuchs für diese wichtige Aufgabe. Bis jetzt!

Im Januar absolvierten fünf Turner der zweiten Mannschaft den erforderlichen Lehrgang und sind nun frischgebackene Kampfrichter mit D-Lizenz. Damit dürfen sie bei sämtlichen P-Stufen

Wettkämpfen eingesetzt werden – und sind eine wertvolle Unterstützung für die etablierten Kampfrichter.

Einer, der definitiv in diese Kategorie zählt, ist Gunter Gruber. Ein Jahrzehnt und unzählige Einsätze ist es nun her, seit er das erste mal als MTV Kampfrichter aktiv war. Zum zehnjährigen Jubiläum beantwortet er auf unserer Homepage sämtliche Fragen zu seiner Tätigkeit. Und berichtet über die eine oder andere Kuriosität.



### Es geht wieder los

Nach den sehr guten Leistungen im letzten Jahr ist die Vorfreude auf die neue Saison umso größer. Wie in den Jahren zuvor gehen die MTV Turner mit zwei Mannschaften an den Start und wollen sowohl in der Bezirks- wie auch in der Landesliga Bestleistungen zeigen. In erster Linie ist aber der Klassenerhalt das Ziel. Dafür bereiten sich die Turner akribisch vor – und veranstalten sogar einen Testwettkampf. Los geht die Saison dann Mitte Februar.

Text: Tim Schumacher  
Fotos: Lars Neumann



## ERFOLGREICH BIS JETZT - **ABER HUNGRIG AUF MEHR**

**Quasi Halbzeit in der Saison der Volleyballerinnen von Allianz MTV Stuttgart und das Team von Konstantin Bitter ist weiterhin in allen drei Wettbewerben vertreten.**

Als amtierender Meister startet man natürlich immer mit einer gewissen Erwartungshaltung in eine Saison. Teilweise kommt diese von außen, aber teilweise sind die eigenen Ansprüche auch entsprechend hoch. Aber – mit einem neuen Cheftrainer an der Seitenlinie, einer verjüngten Mannschaft und einer Vorbereitung, bei der der Kader erst knapp eine Woche vor Ligaauftakt komplett war, müsste doch mit Abstrichen zu rechnen sein – oder? Eine Zwischenbilanz der bisherigen Saison von Allianz MTV Stuttgart.

Als Tabellenführer in die Zwischenrunde?

In der Liga läuft's auf jeden Fall rund für „Stuttgarts schönsten Sport“. Bisher steht nur eine Niederlage zu Buche – die gab es Mitte November zuhause gegen Dresden. Zwar verlief der Auftakt mit

einem 3:2 gegen den VC Wiesbaden holprig, doch danach holten sich die Stuttgarter Volleyballerinnen ihr Selbstvertrauen. Zwei 3:0-Siegen gegen Münster und Vilsbiburg folgte ein 3:2-Krimsieg beim unangenehmen Auswärtsspiel in Suhl. Stuttgart war in dieser Saison früh in der Spur. Vor allem die Siege in den Topspielen gegen Potsdam (3:0) und Schwerin (3:2) begeisterten und beeindruckten gleichermaßen. Umso mehr, weil diese Partien unter dem Einfluss eines sehr tragischen Ereignisses standen, dem Tod des Erfolgstrainers Tore Aleksandersen. Wochenlang spielte die Mannschaft auch für ihn, mussten Staff und Spielerinnen eine emotionale Achterbahnfahrt bestehen. Ergebnistechnisch gelang das auch, vor allem seit Neujahr ist das Team in bestechender Form, hat in beiden Partien gegen Suhl und Neuwied noch keinen Satz abgegeben. Mit einem Punkt Vorsprung auf den SSC Palmberg Schwerin stand Stuttgart jetzt an der Tabellenspitze. Anfang Februar startet die Zwischenrunde.





### Der erste Titel ist der Supercup

Früh in der Saison stand das erste Highlight auf dem Programm – der Supercup in Rostock. Erstmals konnte Allianz MTV diesen doch prestigeträchtigen Pokal 2016 gewinnen, die zweite Chance bot sich dann nach dem ersten Bundesligaspiel, Gegner war der Pokalsieger des letzten Jahres, Schwerin. Und trotz schwieriger Vorbereitung mit vielen abwesenden Nationalspielerinnen und einer langen Abfahrt bestand die neuformierte Stuttgarter Mannschaft die Feuertaufe mit Bravour. Mit 3:1 und einer überragenden Krystal Rivers wies man Schwerin in die Schranken. Und Konstantin Bitter gab als neuer Cheftrainer mit dem ersten Titel direkt mal seine Visitenkarte ab.

### CL: Im Herzschlagfinale die Gruppenphase überstanden

Als letztjähriger Viertelfinalist an Novara gescheitert erwischten Stuttgarts Volleyballerinnen in der diesjährigen CL-Saison eine überaus schwierige Gruppe. Mit einem der momentan besten Teams der Welt, Imoco Conegliano, der polnischen Top-Mannschaft aus Rzeszów und den CL-Novizen von Asterix AVO Beveren war das Ziel dennoch, die Gruppenphase zu überstehen. Und dieses erhielt in der ersten Partie direkt einen Dämpfer, als Stuttgart unglücklich mit 2:3 in Polen verlor. Zwar konnte man Conegliano zuhause einen Satz abnehmen, doch in Summe gingen beide Vergleiche mit den Weltstars nach Italien. Der Sieg in Beveren brachte eine bessere Ausgangsposition, im neuen Jahr stand dann das „Do-Or-Die-Spiel“ in der SCHARrena gegen Rzeszów an. Nach 0:2-Satzrückstand kämpften sich die Bitter-Schützlinge mit einer Energieleistung zum 3:2-Erfolg, gewannen in der darauffolgenden Woche auch gegen Beveren und zogen somit in das Playoff-Duell für ein mögliches Viertelfinale gegen Fenerbahce Istanbul ein. Dazu muss Stuttgart Anfang Februar aber Ligakonkurrent Potsdam bezwingen.

Stuttgarts Volleyballerinnen sind zur Halbzeit also voll auf Kurs. Die Truppe von Konstantin Bitter hat sich gefunden und den Spielstil ihres Cheftrainers verinnerlicht. Und ist hungrig auf mehr. Neben dem Supercup sind weitere Titel möglich – die erste Chance gibt es am 3. März in Mannheim. Im Pokalfinale trifft Stuttgart wie in der Champions-League auf Potsdam.

Text: Robert Raff | Fotos: Jens Körner



Allianz 

  
ALLIANZ MTV  
STUTTGART



Bereit für  
Spiele, die in  
Erinnerung bleiben.

Wachendorfer & Heringhaus OHG  
Möhringer Landstr. 87 | 70563 Stuttgart  
Tel. 0711.99 33 88-0  
[www.allianz-wh-de](http://www.allianz-wh-de)

Gemeinsam. Stark.

## DAS ENDE DER VORRUNDE

# FRÖHLICH, FRISCH, FRECH!

Die Vorrunde der 2. Bundesliga Süd ist vorbei. Das Team vom Bundesstützpunkt Stuttgart, welches für den MTV Stuttgart startet, ist in seiner Premiersaison fröhlich, frisch und frech unterwegs.

Zwei Siege aus elf absolvierten Partien mit insgesamt elf gewonnenen Sätzen und 28 verlorenen – das ist die nüchterne Bilanz in Zahlen für das Team von Trainer Sebastian Schmitz und Co-Trainer Leon Zimmermann zum Redaktionsschluss dieser Ausgabe. Doch um Sieg oder Niederlage geht es in diesem Projekt überhaupt nicht. Es geht um die individuelle Entwicklung der einzelnen Spielerinnen, es geht um die Heranführung von Talenten an das höhere Bundesliga-Niveau, es geht um die Entwicklung von Persönlichkeiten.

Und wenn man mit diesem Wissen betrachtet, wer alles für den derzeitigen Tabellenvorletzten antritt, und vor allem, wie alt die einzelnen Akteure überhaupt sind, wird deutlich, wie erfolgreich diese junge Truppe unterwegs ist.

Klar ist der Jubel groß gewesen, als das Team am 3. Dezember gegen den TV Holz mit 3:0 den ersten Saisonsieg einfahren durfte und eine Woche später auch der MTV Ludwigsburg im Lokalderby mit 3:1 geschlagen wurde. Strahlende Gesichter bei den Spielerinnen und den Fans, denn beide Erfolge wurden zuhause gefeiert, in der Sporthalle MoTiV, die sich zu Heimspielen des Team immer mehr füllt. Doch auch nach Niederlagen gehen die jungen Spielerinnen zumeist mit hoch erhobenen Köpfen vom Feld. Zu Recht!

Nach der Winterpause ist die Ausbildungsmannschaft noch auf der Suche nach dem Rhythmus. Zu oft wurde mit zu wenig Spielerinnen trainiert. Und das hat seinen durchaus erfreulichen Grund. Und zwar einen schwarz-rot-goldenen.

Denn fast die halbe Mannschaft war international unterwegs: Lea Feistritzer mit der U20-Nationalmannschaft, Marlene Schoof, Marie Steinhilber, Leilani Slacanin und Anna-Lena Richter mit der U18-Nationalmannschaft, jeweils auf Qualifikationsturnieren für die anstehenden Europameisterschaften.

Beide Teams haben die ersten Pflichteinsätze auf internationalem Parkett unterm Strich erfolgreich absolviert. Beide Teams sind noch im Rennen für die jeweiligen Europameisterschaften in diesem Jahr.

Bei allem Schielen auf die Erfolge ist es notwendig die Philosophie des Trainers nicht aus den Augen zu verlieren. „Als erstes möchte ich, dass es den Menschen, die ich betreue, gut geht“, sagt Sebastian Schmitz, der seit Jahren in der Nachwuchsentwicklung und -pflege unterwegs ist. „Erst dann kommt der sportliche Bereich. Die Entwicklung zu sehr guten und zu sehr sehr guten Volleyballerinnen. Aber über allem steht die Entwicklung als Mensch. Für das ganze Leben. Denn Volleyball spielt man ja nicht ewig.“

Wenn alle Vorzeichen stimmen, braucht es im Grunde eben nur ein wenig Geduld. „Wenn es so weiter geht wie bisher, sind wir sicher, dass im Laufe der Saison der Erfolg kommt“, fasst Zuspielderin Hanna Weinmann zusammen. „Und es ist schön, die Rückenbedeckung des Trainers dabei zu spüren.“

Text und Foto: Tom Bloch



64

## STÄRKUNG DES VOLLEYBALLSTANDORTS STUTTGART

# SPARDA BSP STUTTGART

Der MTV Stuttgart übernimmt zur kommenden Saison 2024/2025 den Bundesstützpunkt für Hallenvolleyball vom Volleyball Landesverband Württemberg. Diese Entscheidung ist das Ergebnis aus vielen guten und konstruktiven Gesprächen mit dem Volleyball Landesverband Württemberg, den Verantwortlichen von Allianz MTV Stuttgart, sowie dem Hauptverein MTV Stuttgart 1843 e.V..

„Die Übernahme des Bundesstützpunkts durch den MTV Stuttgart markiert einen historischen Moment in der Förderung des weiblichen Volleyballnachwuchses in Stuttgart. Unser Ziel ist es, talentierte Spielerinnen zu entwickeln und den Weg in die Bundesliga zu ebnen. Mit Stolz verkünden wir die Partnerschaft mit der Sparda-Bank als Hauptpartner. Ihr Engagement und ihre Werte ermöglichen es uns, noch zielstrebig zu agieren und das Projekt nachhaltig aufzustellen. Gemeinsam mit der Allianz MTV Stuttgart und dem Volleyballverband Württemberg gestalten wir eine vielversprechende Zukunft für den Jugendvolleyball in Stuttgart“, so unser Präsident Nico Helwerth.

**Leiter Marketing-PR bei Sparda-Bank Baden-Württemberg Andreas Kühle über das Projekt**

„Wir sind seit 2015 fester Partner des Bundesliga-Teams. Diese Partnerschaft ist für uns eine Herzensangelegenheit. Dass wir nun auch den Nachwuchs als Hauptpartner unterstützen können, ist für uns etwas ganz Besonderes“, betont Andreas Kühle: „Sportlich gesehen ist eine erfolgreiche Jugendarbeit natürlich unerlässlich für den nachhaltigen Erfolg des Profi-Teams. Aber wir sehen auch den positiven Einfluss und die Strahlkraft, die eine gute und professionelle Jugendarbeit auf den Nachwuchs in Stuttgart und die Region hat. Wir sind überzeugt, so noch mehr Kinder für diesen schönen Sport begeistern zu können.“



„Mit der Übernahme des BSP Projekts geht für uns ein jahrelanger Wunsch in Erfüllung. Ich glaube, dass das genau der richtige Weg ist, um den Nachwuchs weiterzuentwickeln und die Zusammenarbeit zwischen dem Bundesligateam und dem BSP weiter zu forcieren. Das große Ziel ist es aus diesem Konstrukt mehr deutsche Talente zu entwickeln, die den Sprung in die (Jugend-)Nationalmannschaft und Volleyball Bundesliga schaffen können. Mit der Sparda-Bank Baden-Württemberg konnten wir einen wirklich tollen Partner für dieses hochspannende Projekt für uns gewinnen. Vom ersten Moment an habe ich gespürt, dass die Verantwortlichen der Sparda-Bank für dieses Thema brennen und mit dem MTV Stuttgart, sowie mit Allianz MTV Stuttgart gemeinsam etwas tolles auf die Beine stellen wollen und gewillt sind das Konstrukt weiter zu professionalisieren. Dies ist für uns natürlich ein enorm wichtiges Zeichen und ein Vertrauensvorschuss, dem wir alle natürlich in Zukunft sehr gerne gerecht werden möchten“, so die Sportdirektorin der Allianz MTV Stuttgart Kim Renkema.

Text: MTV Stuttgart

# Sparda-Bank

## BADEN-WÜRTTEMBERG

## TEAM BASIC-UP UND SECHS IM NETZ **FREIZEITVOLLEYBALL**

Zum Jahreswechsel richteten die Freizeitvolleyballer:innen wieder ein Wichtelturnier aus.

Es fanden sich ca. 40 Begeisterte aus den Abteilungen ein und freuten sich über Spiel und kostenlose Verpflegung. Die Weihnachtsfeiern der einzelnen Gruppen fachte die gute Laune zum Jahresende noch zusätzlich an. Die Teams SECHS-IM-NETZ und BASICS-UP werden stark nachgefragt und freuen sich über die

hohe Trainingsbeteiligung. Dadurch wird zwar das technische Training zur Herausforderung (für den Trainer), der jeweilige Spiel-Anteil gewinnt aber (zur Freude der Teilnehmenden) enorm. Um die Spielfreude zu erhalten, wurden auch einige Gerätschaften neu angeschafft (Netze, Antennen, Spanngerät, LED-Spielstandsanzeige). Auf dass es wieder heißt „Aufstellung bitte“!

Text und Fotos: Reinhold Karbach



**Systemedia**

**WERBUNG,  
DIE BEWEGT.**

PERFORMANCE-  
MARKETING  
WEB-SOLUTION  
KREATION  
PRE-PRESS  
PRINT

**Systemedia GmbH**  
Dachsteinstraße 3 | 75449 Wurmberg  
[www.systemedia.de](http://www.systemedia.de)

# DEUTLICHE NIEDERLAGE UND ÜBERRASCHENDER AUSWÄRTSSIEG

Es ist kurz vor Weihnachten. Die neue Spielrunde in der Bezirksliga startet für uns im neuen Sportbad gegen die zweite Mannschaft des SSV Zuffenhausen.

Es ist unsere Premiere im neuen Bad. Wir kommen gut ins Spiel und führen nach dem ersten Viertel 2:4. Es ist bis Ende des dritten Spielabschnitts eine ausgeglichene Partie mit Führungswechsel für Zuffenhausen zum zwischenzeitlichen 8:7. Im letzten Viertel können wir unsere schwimmerischen Vorteile auf „großem Feld (30 x 20m)“ nutzen und auf 9:13 davonziehen. Gut gemacht. Großes Lob.

Im nächsten Spiel gegen die Reserve des Bundesligisten SV Ludwigsburg enttäuschen wir auf der ganzen Linie und kassieren eine zu deutliche Niederlage. Man kann gegen Ludwigsburg verlieren, die auch mit ehemaligen Bundesligaspielern angetreten sind, aber bitte nicht so deutlich. Schlecht gemacht. Kein Lob.

Text: Gerhard Frankenhauser | Fotos: Tim Medhurst



Sebastian Kuhl „Den mache ich rein!“



David Koch „Kann ich den noch fangen?“



Jakob Leo Berkner „Gelungene Abwehr“



Lutz Fischer „Wo bleibt der Pass“



Shahin Aziz „Flott unterwegs“



Chris Lang „Geht auch mit geschlossenen Augen“

## RESTART SERIES: ROLLSTUHLBASKETBALL FÜR ALLE

# ERSTER SIEG FÜR DIE WHEELERS

Am 17. Dezember 2023 erlebten wir atemberaubende Spiele und packende Momente bei unserem Rollstuhlbasketball Turnier, das im Rahmen der RESTART Series stattfand. Rollstuhlbasketballteams aus dem Süden Deutschlands traten gegeneinander an um ihre Fähigkeiten und Leidenschaft für den Sport zu zeigen.

Die RESTART Series ist ein bedeutender Schritt für neue Teams und Anfänger:innen im Rollstuhlbasketball, da sie eine tolle Plattform bietet, um Erfahrung zu sammeln. Gerade für den Nachwuchs oder allgemein Anfänger:innen ohne die Möglichkeit in einer Ligamannschaft zu spielen, ist dieser Wettbewerb eine tolle Möglichkeit sich weiterzuentwickeln. Langfristig ist das Ziel, dass so wieder mehr Begeisterung für den Sport erzeugt wird und damit auch wieder mehr Mannschaften entstehen.

Im ersten Spiel trafen die MTV Wheelers auf die zweite Mannschaft der Rolling Chocolate. Trotz eines starken Auftritts der Wheelers sicherte sich die Rolling Chocolate einen Sieg mit 38 zu 26. Bis zum dritten Viertel waren die Wheelers dran und die Möglichkeit eines Sieges schien möglich. Im letzten Viertel legten die Rolling Chocolate aber noch eine Schippe drauf, dem die Wheelers dann nichts mehr entgegenzusetzen vermochten.

Das zweite Spiel war ein intensives Duell zwischen den Breisgau Baskets+Friends und den Rolling Chocolate. Die beiden Teams waren gleich stark und lange war nicht abzusehen wer als Sie-

ger hervorgeht. Am Ende gelang es den Rolling Chocolate mit einem knappen 32 zu 27 den Sieg zu erringen. Man muss dabei erwähnen, dass die Breisgau Baskets+Friends eine Spielgemeinschaft aus Freiburg und einigen Einzelspieler:innen bestand, die so sonst nicht zusammenspielen. Dafür haben sie es aber richtig gut gemacht.

Das dritte Spiel war ein wahrer Höhepunkt, als die MTV Wheelers auf die Breisgau Baskets+Friends trafen. In einem packenden Match behielten die Wheelers ganz knapp am Ende in der Overtime die Oberhand und siegten mit einem tollen Ergebnis von 42 zu 36.

Die Spieler der MTV Wheelers - Nare, Naser, Henry, Fabian, Tobias, Georgios, Henning und Marcel zeigten ihre ganze Spielfreude als Team. Gegenüber den letzten Turnieren war wieder ein Fortschritt im Spiel zu erkennen, was letztlich auch in einem Sieg gemündet hat. Diese Belohnung haben sie auf jeden Fall verdient.

Wir danken allen Teilnehmer:innen, den Schiedsrichter:innen und dem Kampfgericht als auch allen Helfer:innen, die dazu beigetragen haben, dass dieses Turnier stattfinden konnte. Der Rollstuhlbasketball ist mehr als ein Sport - er ist eine Botschaft von Teamwork, Inklusion und Leidenschaft. Wir freuen uns schon auf weitere RESTART Turniere im kommenden Jahr, sei es als Gäste oder wieder als Gastgeber.

Text und Fotos: Mandy und Marcel Pierer



**DIE WHEELERS WERDEN UNTERSTÜTZT VON**

 **STADTWERKE STUTTGART**

Inklusionspartner des  **MTV STUTTGART 1843 e.V.**

 **KINDERPHYSIOTHERAPIE Bambulu**

*Wir bedanken uns bei der Firma PRO ACTIV, einer der zahlreichen Unterstützer auf unserem Weg zu den Paralympischen Spielen nach Paris.*

**PROACTIV**





# DIE NEUEN VORSITZENDEN DES MTV BUSINESS CLUB



## Systemedia

Felix Fellgiebel

ffellgiebel@systemedia.de  
www.systemedia.de  
07044 917 7114



## DIGITAL STRATEGEN

Adriano Scarano

adriano@digital-strategen.de  
www.digital-strategen.de  
0152 0879 8551

## MTV Business Club Vermarktung

Der MTV Business Club wird im Umfeld des MTV Stuttgart in Printmedien, auf den MTV-Vereinsanlagen und in Social Media vermarktet. Alle Business Club Mitglieder werden dabei auch persönlich beworben.

# KNOW-HOW, AUSTAUSCH, TEAM SPIRIT ... THAT'S IT!

„Die Mehrwerte, die der MTV Business Club bietet, sind einfach großartig! Der Austausch mit anderen interessanten Unternehmer/innen im Rahmen eines entspannten Netzwerkfrühstücks oder bei sportlichen Top-Events macht den MTV Business Club so einzigartig.“

René Czaker, Mitglied im MTV Business Club



# MTV Business Club Themenabend

Der MTV Business Club Themenabend ist der Ort für fachliche Vorträge von Experten und Deine Präsentation im Business Club. Dreimal im Jahr gibt es einen Themenabend bei uns oder im Unternehmen eines Mitglieds. Gäste sind alle bestehenden MTV Business Club Mitglieder, sowie Empfehlungen und Interessent:innen.



## MTV Business Club Networking Events

Der MTV Stuttgart und der MTV Business Club bieten eine herausragende Plattform zur Vernetzung der Mitglieder untereinander. Alle MTV Business Club Mitglieder werden zu MTV-Events, wie z. B. der MTV Sportlerehrung oder dem MTV-Wasen eingeladen. Ebenso kann jedes MTV Business Club Mitglied zu firmeneigenen Events einladen und Gastgeber für den MTV Business Club sein. Gäste sind alle bestehenden MTV Business Club Mitglieder.



## Bring den Ball ins Rollen:

## Wir freuen uns auf Dich

### MTV Business Club Frühstück

Das MTV Business Club Frühstück ist der Ort für unser regelmäßiges Networking. Wir treffen uns monatlich um neue Kontakte zu knüpfen, Empfehlungen auszutauschen und miteinander Business zu treiben. Gäste sind alle bestehenden MTV Business Club Mitglieder, sowie Empfehlungen und Interessent:innen.



### MTV Business Club VIP Sportevents

Die MTV Business Club VIP Sportevents sind der Ort an dem du den Spitzensport des MTV hautnah miterleben kannst. Drei- bis viermal im Jahr gibt es ein Sportevent, unter anderem 1. Bundesliga Volleyball Damen, in der SCHARrena. Gäste sind alle MTV Business Club Mitglieder mit Begleitung und Familien, sowie Empfehlungen und Interessent:innen mit deren Begleitung und Familien.





# HISTORISCHE SPLITTER DIE MTV-ZÖGLINGE

## DIE JUNGEN ZÖGLINGE

Bereits in den siebziger Jahren des 19. Jahrhunderts durften männliche Jugendliche ab 14 Jahren als „MTV-Zöglinge“ am Turnbetrieb teilnehmen. Für die Altvorderen des Vereins war der Jugend hiermit Genüge getan. Für Kinder und auch für Frauen war damals kein Platz im Männerturnverein. Man berief sich auf die Vereins-Statuten und lehnte jede Änderung ab.



Julius Bazlen

Erst **Julius Bazlen** (1. Vorstand von 1893 bis 1898) setzte gegen erhebliche Widerstände einige progressive Neuerungen durch. So senkte der Vorstand 1896 das Mindestalter für Zöglinge auf 10 Jahre und 1897 öffnete sich der MTV auch für Turnerinnen.

Beide Gruppen zählten zunächst allerdings noch nicht als „vollwertige“ Vereinsmitglieder. Das kam erst später. Turnlehrer Glück arbeitete als 1. Zöglingwart für die 10-13-jährigen Kinder.



1896: August Feuerstein, Vorstand und Zeugwart, mit zwei neuen Zöglingen

Diese Verjüngung kam nachweislich sehr gut an, denn die Teilnehmerstatistiken der Turnabende dokumentierten die Vorturner mit größter Genauigkeit. Breits 1901 besuchten durchschnittlich 53,4 Zöglinge ihre Turnabende in den beiden Turnhallen (Jakobstraße und Forststraße). Bei den Aktiven nahmen im Schnitt 82,7 und in der Altersriege 11,2 Turner:innen am Abend teil.

Die Zöglinge turnten im Sommer in 7 und im Winter in 3 Riegen. „An jedem Turnabend wurde ein gemeinschaftliches Lied gesungen; das Turnspiel wurde eifrig gepflegt“.

(Quelle: Festschrift zum 50- und 75-jährigen Bestehen)

## ÜBER DIE JUGEND

In den zwanziger Jahren nannte man die Zöglinge dann Schüler. Doch die Heranwachsenden waren nicht immer ganz einfach. So schrieb der Jugendwart Mathias Abold im Jahr 1928:

”

„Man spricht heute so viel über die zunehmende Verrohung unserer Jugend, die ich aber bestreite. Aus alten amtlichen Erlassen ist oft zu ersehen, dass unsere Urgroßväter genau dieselben Vorwürfe, die auch heute noch alltäglich sind, gegen ihre Söhne, unsere Großväter, erhoben. Bei den Erwachsenen hinterlässt die Pubertätszeit (...) sehr schwache Erinnerungen; dies fördert das Nichtverstehen der Jugend und führt zu den sattsam bekannten Klagen.“

Abold erkannte: „Es ist verhältnismäßig leicht, die Jugend für eine schöne Sache (...) zu begeistern. Sehr oft ist dies aber nur ein schnell entfachtes Strohfeuer, das beim ersten Windstoß in sich zusammenbricht und erlischt. Große Geschicklichkeit und ein feines Gefühl gehören dazu, junge Leute fest und dauernd an eine Sache zu binden.“ (Quelle: Chronik zum 85-jährigen Bestehen)

”



1925: Schüler-Riegen des MTV Stuttgart



1925: Schülerinnen-Abteilung mit männlichen Vorturnern

## ZUR ZÖGLINGSKLEIDUNG

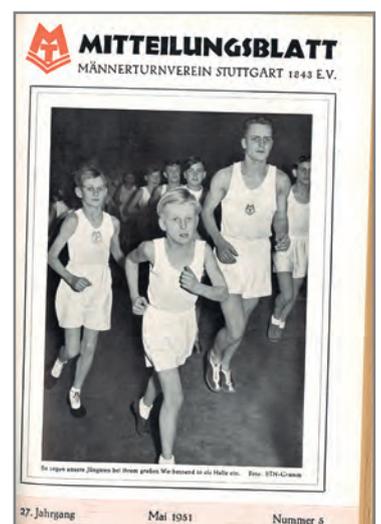
Noch bis 1920 gab es genaue Vorstellungen davon, wie ein Zögling gekleidet sein soll. Die Vereinschronik von 1953 griff dieses Thema auf und berichtete: „Der Eigenart halber darf aus jener Zeit nicht unerwähnt bleiben, dass es in der „Turn- und Spielplatzordnung“ als Vorschrift für die männlichen Zöglinge hieß: **Kurze Hosen ohne Strümpfe und Leibchen ohne Ärmel sind nicht gestattet.**“ In den zwanziger Jahren lockerten sich diese Vorschriften, weil „der Verein sich nicht nicht allzu willkürlich über die Auffassungen jener Zeit hinwegsetzen wollte.“

## MÄDELS EXTRA

Natürlich trennten die Vereinsfunktionäre zunächst die Geschlechter im Übungsbetrieb fein säuberlich und sehr konsequent. Deshalb gründete der Vorstand für die jungen Turnerinnen eigens eine „Schülerinnen-Abteilung“, die sich großer und ständig steigender Beliebtheit erfreute. Selbst im Schwimmen gab es eine Schwimmer- und eine Schwimmerinnen-Abteilung. Diese allseits strikte Trennung ging erst in mit Beginn der fünfziger Jahre allmählich zu Ende.

## ZEITENWENDE IN DEN FÜNFZIGERN

Mit dem Neubeginn nach dem 2. Weltkrieg schritt die Entwicklung vor allem im Kinder- und Jugendbereich rasant voran. Neue Sportarten kamen ins Angebot und zogen zahlreiche Abteilungsgründungen nach sich - stets auch mit Blick auf den Nachwuchs. Das Kinderturnen begann immer früher mit sportartübergreifenden Inhalten. Die Bedeutung des Nachwuchssportes wuchs. Im Jahre 1951 rückten erstmalig auch Kinder auf dem Umschlag des „MTV-Mitteilungsblattes“ ins Blickfeld.



Text: Karsten Ewald | Fotos: MTV-Archiv

# STELLENAUSSCHREIBUNGEN IM



**MTV STUTTGART**  
1843 e.V.

## **Badekassenmitarbeiter (m/w/d)** **Minijob oder Teilzeit**

Wir suchen freundliche und zuverlässige Badekassenmitarbeiter:innen für die kommende Badesaison im MTV-Freibad von Mai bis September. Als Mitarbeiter:in der Badekasse bist Du für den reibungslosen Ablauf an der Kasse, die Kontrolle und Ausgabe von Eintrittskarten sowie für die Betreuung und Beratung unserer Mitglieder und Gäste verantwortlich.

### **Auf was Du Dich bei uns freuen kannst**

Attraktive Vergütung inklusive Stand-by-Zahlung bei schlechtem Wetter

Angenehmes Arbeitsumfeld in einem motivierten Team

### **Was Du bereits mitbringen solltest**

Freundliches und serviceorientiertes Auftreten

Zuverlässigkeit

Bereitschaft zu Wochenend- und Schichtarbeit

## **Bademeister / Rettungsschwimmer** **(m/w/d) im MTV - Freibad ab Mai 2024**

Als MTV Bademeister:in verstärkst Du unser Badeaufsichtsteam, beaufsichtigt den Badebetrieb und sorgst für einen entspannten Freibadbesuch unserer Mitglieder und Gäste.

### **Auf was Du Dich bei uns freuen kannst**

Festes Arbeitsverhältnis in Vollzeit/Teilzeit/Minijob

Arbeitszeiten zwischen 08:00 – 19:30 Uhr

Entspannte Freizeit-Atmosphäre mit unseren Badegästen

### **Was Du bereits mitbringen solltest**

Du besitzt einen aktuellen DLRG Rettungsschwimmer Silber

Du hast eine positive Ausstrahlung und ein kompetentes, herzliches Auftreten

Du bist sportbegeistert, motiviert

Du arbeitest lösungsorientiert, exakt und selbstständig

## **Sportlehrer:in (m/w/d) Festanstellung** **ab Juli 2024**

Bist Du leidenschaftlich, enthusiastisch und voller Energie? Dann bist Du genau richtig für unser Trainer:innen und Übungsleiter:innen Team beim MTV Stuttgart! Verstärke unser Team ab Juli 2024 als Trainer:in im Schwimmen, Kindersport, Reha Sport und in unseren Fitnesskursen.

### **Auf was Du Dich bei uns freuen kannst**

Arbeitsverhältnis in Festanstellung

Motivierte und nette Kursteilnehmer:innen

Vergünstigungen in unseren Vereinsangeboten

### **Was Du bereits mitbringen solltest**

Du arbeitest gerne im Team und ein offener, kommunikativer Umgang sind für dich selbstverständlich

Du hast bereits Erfahrung als Trainer:in in verschiedenen Fitnessangeboten

Du hast eine Reha Übungsleiterlizenz oder möchtest sie gerne erwerben

Du arbeitest gerne mit Kindern und Jugendlichen

Du bist motiviert und sportbegeistert





Wir bedanken uns sehr herzlich für die Spenden, die dem Verein zugedacht wurden.  
Seien Sie gewiss, dass Ihre Spende da ankommt, wo sie wirklich Gutes bewirkt.

**Spendenkonto: DE16 6004 0071 0553 6446 02**

Acker, Ursel	100,00 €	Killinger, Manfred	250,00 €	Schäfer, Beate	50,00 €
Adele - Winter Stiftung Inklusion	10.000,00 €	Kim, Sung-Mi	20,00 €	Schell, Bettina	50,00 €
Albrecht, Andreas	200,00 €	Kinderbasarteam, Althütte	500,00 €	Schief Entsorgungs GmbH + Co.KG	1.600,00 €
Alfred Ritter GmbH & Co.KG	350,00 €	Klook, Wolfgang	30,00 €	Schlecht, Daniel	100,00 €
Baumann Petra	50,00 €	Knaisch, Frank	30,00 €	Schlierer, Gerhard	85,00 €
Benz + CO. Gastronomie GmbH	7.000,00 €	Knaisch, Ingo	100,00 €	Schmied, Gerd & Birgit	100,00 €
Beutel, Corinna	10,00 €	Kuhn, Judith	20,00 €	Schumann, Alicja	50,00 €
Blaich, Marc	50,00 €	Kühner, Ilse Doris	150,00 €	Schuon, Nils	50,00 €
Block, Christina	50,00 €	Kukral, Markus	900,00 €	Schupp, Martin & Maria-Elis	20,00 €
Bönninger, Beate	50,00 €	Kunath, Stefanie	50,00 €	Selinger, Markus	390,64 €
Bubeck, Markus	30,00 €	Kuppler, Cornelius	50,00 €	Shivansh, Batra	10,00 €
Charissis, Christos	20,00 €	Kussi, Timo	630,00 €	Sikuljak, Vanja	200,00 €
Danielzik, Birgit	50,00 €	Lay, Klaus	100,00 €	Sommert, Marco	20,00 €
Dengler, Kerstin	100,00 €	Lechler, Marc	30,00 €	Sparda Bildung und Soziales	30.000,00 €
DIMAH markenRaum GmbH	200,00 €	Leicht, Andreas & Ute	200,00 €	Steinhäuser, Ingo	20,00 €
Dudek, Sarah	20,00 €	Lemke, Thomas	150,00 €	Sulzberger, Sabine	150,00 €
Dunder, Andreas	100,00 €	Löblein, Eberhard	1.000,00 €	Tempel, Tobias	100,00 €
Eichler, Stefanie	50,00 €	Looser, Hans & Gretel	200,00 €	Teufel, Roland	1.000,00 €
Engel, Jürgen	50,00 €	Marlen, Otto	100,00 €	Thiel, Peter	100,00 €
FOOD-CHAMPION E.K.	496,00 €	Mayer, Gert	130,00 €	Tomsu, Marco	100,00 €
Frankenhauser, Gerhard	200,00 €	Mehl, Nicole	20,00 €	Trautmann, Monika	100,00 €
Funk, Olaf	50,00 €	Meier, Angelika	100,00 €	Treffinger, Carolin	20,00 €
Gaehr, Martin & Maria-Elis	25,00 €	Menje, Sandra	20,00 €	TVB 1898 Handball GmbH & Co.KG	250,00 €
Gaensslen, Brigitte	20,00 €	Meyer, Eckehardt	200,00 €	Ulu, Selcuk	100,00 €
Ganzle, Uli	50,00 €	Mickeler, Marc	100,00 €	Velten, Wolfgang	100,00 €
Gassmann, Steffen	500,00 €	Möss, Susanne	20,00 €	Volker, Martin	100,00 €
Gesswein, Kai-Uwe	300,00 €	National Handbike Circuit e.V.	250,00 €	Wagner, Mareike	100,00 €
Gino, Samele	10,00 €	Nolte, Andreas	30,00 €	Walcher, Markus	50,00 €
Glaab, Stefanie	50,00 €	Oesterle, Traude	100,00 €	Walitsch, Levin	50,00 €
Grohnert, Claudia	20,00 €	Opperman, Stefanie	50,00 €	Walitsch, Luisa	20,00 €
Gundlach, Jeannine	20,00 €	Otto F. Scharr Stiftung	5.000,00 €	Walitsch, Jannik	100,00 €
Hanika, Jochen	50,00 €	Paul, Christiane	50,00 €	Walitsch, Anja	10,00 €
Hänle, Ellen	20,00 €	Pensold, Rolf	20,00 €	Weinfurtnner, Carsten	133,37 €
Haßler, Rainer	100,00 €	Petisco, Maria Teresa Vincente	20,00 €	Weiß, Ingrid	50,00 €
Hattenauer, Gerlinde	5.000,00 €	Pioch, Susanne	150,00 €	Wenk-Lüddecke, Alessandra	250,00 €
Hattenauer, Claudia	10,00 €	Pohlig hilft e.V	3.000,00 €	Winter, Renate	100,00 €
Hattenauer, Wibke	30,00 €	Poos, Franca	20,00 €	Wirth, Melanie	100,00 €
Helwerth, Nico	300,00 €	Porges, Philipp	230,00 €	Wolf, Lars	100,00 €
Hugendubel, Renate	100,00 €	Pranav, Mani	100,00 €	Wolke, Marine	30,00 €
IAux Supplier	500,00 €	PSD L (I)ebensWert	5.000,00 €	Zieker, Eberhard	1.000,00 €
Kalmbach, Harald-Armin	50,00 €	Raichle, Hans	500,00 €	Rapp & Seifert Sanitätshaus und	
Kellermann, Monika	250,00 €	Rapp, Ingeborg	100,00 €	Orthopädietechnik GmbH	410,00 €
Kenner, Andreas	200,00 €	Rees, Angela	90,00 €		
Kiefer, Thomas	50,00 €	Rombold, Michaela	100,00 €		

**Gesamt  
84.160,01 €**

## UNSERE STARKEN PARTNER HAUPTSPONSOREN



## TOPSPONSOREN



## PREMIUMSPONSOREN des Hauptvereins



## IMPRESSUM

**Herausgeber:**  
Vereins Promit GmbH  
Am Kräherwald 190 A  
70193 Stuttgart  
Tel.: 0711/5054590  
Mail: info@vereins-promit.de  
www.vereins-promit.de

**Herstellung:**  
Systemedia GmbH  
Dachsteinstraße 3  
75449 Wurmberg  
Tel.: 07044/9177114  
Mail: info@systemedia.de  
www.systemedia.de

**Redaktion:**  
Geschäftsleitung  
MTV Stuttgart

**Herstellung / Layout**  
Systemedia GmbH  
Vereins Promit GmbH

**AUFLAGE: 8.000**  
**Leser Print-Ausgabe: 40.000**  
**Leser Digital-Ausgabe: 5.000**

**Hergestellt aus**  
**Recyclingpapier**  
**Fotos: Adobe Stock**

**Redaktionsschluss für die**  
**nächste Ausgabe ist der:**  
**22.05.2024**

# PROMOTION

JEDER VEREIN BRAUCHT SIE

## UNSERE PROMOTION PARTNER

 Kessler BAU- SCHWEIGENDEN- BÜRO	 DOGSTYLER	 VERMETSCH XXI HINTERGRUND FOLIEN EXPRESS	 HATESUER Immobilien-Gutachten	 JOHANNES RENNER MOVING CULTURE	 TutorSpace Premium
 PHYSIO711	 blu sanitätshaus meisterbetriebe	 rennwerk Die Laufexperten	 TROPENBLAU		
 Siegfried König Glaserei & Fensterbau	 FELLBACHER WEINGÄRTNER	 PHYSIO THERM® Infrarotkabinen			
 SportScheck					



**MTV  
BUSINESS  
CLUB**  
DAS NETZWERK

	 m. s. alesi Kredit	 Göckelmaier Der Gockelmaier	 HOFFMANN TRAINING Tennis- und Leistungstraining	 allservice DIENSTLEISTUNGEN	 Auracher
 salesday consulting Vertrieb   Marketing   Training   Coaching   Events	 BUCK	 TORIN Sport	 CorFactum. Das persönliche Vermögensmanagement. Jürgen Spielberger Partner von CorFactum	 Rapi Alesi Reinigungsservice	 Die Studenten Stuttgarter
 dimac sportmarketing	 DiveCenter Stuttgart	 DIAMANT Heiz- und Klimasysteme GmbH	 GOBS GmbH Rohr- und Kanalreinigung	 AXA MB GMBH VERSICHERUNGSVERMITTLUNG	 DIGITAL STRATEGEN
 NECKAR-KÄPT'N	 RA 0711 RECHTSANWÄLTE STUTTGART	 DR. GOPPERT & KOLLEGEN ANWÄLTE	 Steimle	 SCarstens sanitätshaus	 TEAMFEX DIE VEREINSAUSSTATTERER
 Speedy tex www.speedytex.de	 WUN BRÜHL	 Dr. Hobbach-Nietzsch	 Frank Seeger STEUERBERATER	 wahl UNVERWECHSELBAD	 WACHTMEISTER

 optiplan	 HUBERTUS-APOTHEKE	 Systemedia
 IST Bildung, die bewegt	 HANSEFIT	

www.mtv-bc.de





...Mit unserem 360°-Konzept  
und dem zu jedem Ziel  
passenden Trainer  
**WIRST DU ZUM  
SUPERHELDEN!**

**FIT WIE  
EIN  
SUPER  
HELD?  
KEIN PROBLEM!**



**MTV STUTTGART**  
1843 e.V.

**150 € EINSTIEGS-  
BONUS**

für alle, die 2024 was verändern wollen!

**Jetzt direkt Angebot sichern!**

**☎ 0711 258 555 80**

Überzeuge dich selbst!  
*Virtueller Rundgang:*



**MOTIV**  
SPORT & GESUNDHEITZENTRUM