



Nachrichten

März 2023 / Nr. 1 / Online-Ausgabe

**Neue FSJ-Kraft
gesucht!**

**FSJ IM
SPORT**

BEIM RASTATTER TURNVEREIN

Jetzt bewerben für das Schuljahr 2023/2024!

Nächste Print-Ausgabe: Juli 2022

Inhaltsverzeichnis

Rastatter TV

Seite 3 - 5

Fechten

Seite 6 / 7

Handball

Seite 8

Karate

Leichtathletik

Seite 9

Schwimmen

Seite 10

Turnen

Seite 11 / 12

Volleyball

Seite 13 / 14

Reha-Sport

Seite 15





Rastatter TV

Rastatter Turnverein 1846 e.V.

Unser vielfältiges Kursprogramm 2023

- für Erwachsene



**JETZT
ANMELDEN!**

Montag

Fit und Gesund

10.30 - 11.30 Uhr | Für ältere Menschen
"Offene Tür", Rastatt

Qi Gong

14.45 - 15.45 Uhr
RTV-Sporthalle

Tai Chi

18.00 - 19.00 Uhr & 19.00 - 20.00 Uhr
Sporthalle Karlschule, Gymnastikraum

Dienstag

Hatha Yoga

17.15 - 18.30 Uhr & 20.15 - 21.30 Uhr
Sporthalle Karlschule, Gymnastikraum

Ganzkörperkräftigung - sanft und effektiv

9.00 - 10.15 Uhr & 19.00 - 20.15 Uhr
RTV-Sporthalle & Sporthalle Karlschule

Donnerstag

Vinyasa Yoga

19.00 - 20.30 Uhr
Jahnhalle, Gymnastikraum

Move easy (für Frauen)

19.00 - 20.30 Uhr
Sportraum Karlschule

Jumping Fitness®

20.00 - 21.00 Uhr
RTV-Sporthalle

Mittwoch

Aroha®

19.00 - 20.30 Uhr
Sportraum Karlschule

Pilates

19.15 - 20.15 Uhr
Jahnhalle, Gymnastikraum

Freitag

Mama Fit

10.30 - 11.30 Uhr
RTV-Sporthalle

Modern Line Dance

16.00 - 16.55 Uhr
RTV-Sporthalle

Informationen, Kosten und Anmeldung unter www.rastatter-tv.de



Freiwilliges Soziales Jahr (FSJ) im Sport beim Rastatter Turnverein

Der Rastatter TV bietet über die Baden-Württembergische Sportjugend Schulabsolventen für 2023/2024 wieder eine attraktive Einsatzstelle im Bereich Bewegung / Sport an. Hierzu können sich Interessierte für 12 Monate im organisierten Sport engagieren.

Beginn des FSJ ist der 1. September 2023.

Wenn du ...

- zwischen 18 und 27 Jahre alt bist
- sportbegeistert bist und gerne mit Kindern zusammenarbeitest
- nach der Schule noch nicht genau weißt, welche Ausbildung du ergreifen sollst
- die Wartezeit auf einen Studien- oder Ausbildungsplatz mit einer sinnvollen Tätigkeit überbrücken möchtest
- dich in Social Media auskennst
- neue Erfahrungen sammeln und deine eigenen Fähigkeiten und Grenzen kennenlernen möchtest

... dann mach doch ein abwechslungsreiches FSJ im Sport beim Rastatter TV!

Dies sind die Schwerpunkte des FSJ:

- Durchführung und Unterstützung von Kindersportstunden im Verein und bei Kooperationspartnern (Kleinkinder bis inkl. Grundschulalter)
- Unterstützung der Geschäftsstelle in der Organisation von verschiedenen Veranstaltungen
- Entwicklung eigener Projekte im Bereich Social Media sowie Erstellung und Veröffentlichung von vereinsbezogenen Inhalten
- Zudem erhält der/die Freiwillige einen umfassenden Einblick in die verschiedenen Sportabteilungen des Rastatter Turnvereins sowie in die Vereinsverwaltung.

Interessierte wenden sich **bis spätestens 01. Februar 2023** an den Rastatter Turnverein:

Geschäftsstelle Rastatter TV

Jahnallee 20, 76437 Rastatt
Tel.: (07222) 3 23 61
E-Mail: info@rastattertv.de
Weitere Infos: www.rastatter-tv.de



Neue Sportbroschüre veröffentlicht

Die neue Winter-Sportbroschüre mit allen Sport- und Bewegungsangeboten des Rastatter Turnverein liegt ab sofort an den bekannten Stellen (u.a. Geschäftsstelle des RTV, Bürgerbüro, Stadtbibliothek, Bäckerei Dietsche) aus.

Zudem kann sie über die Homepage unter www.rastatter-tv.de eingesehen werden.

Wir freuen uns euch in den Sportgruppen begrüßen zu dürfen.



Termine der kommenden Abteilungsversammlungen

Die Einladungen und Tagesordnungen wurden bereits bzw. werden an die Mitglieder der Abteilungen verschickt. Anträge können schriftlich in der Geschäftsstelle (Jahnallee 20, RA) eingebracht werden.

Datum	Abteilung	Beginn	Ort
07.03.2023	Turnen	19.00 Uhr	„Au Chalet“
27.03.2023	Karate	18.30 Uhr	RTV-Sporthalle
18.04.2023	Volleyball	18.30 Uhr	„Au Chalet“
11.05.2023	Gesamtverein Delegiertenversammlung	19.30 Uhr	„Au Chalet“

RTV-Fechter mit Blitzstart ins neue Jahr

Gute Turnierplätze, Vereinsmeisterschaften und Abteilungsversammlung

Ein paar Tage zu den Feiertagen den Degen in die Ecke legen – mehr war für die RTV-Fechter in diesem Winter nicht drin. Der Turnier-Kalender des Fechtverbands ist randvoll – deshalb begann das Training nach den Ferien mit voller Kraft und Konzentration.

„Zum Warmmachen“ gab es bereits am 21. Januar die Vereinsmeisterschaften – erstmals an einem Samstag. Auf der ‚männlichen Seite‘ räumte dabei die Fecht-Familie Franz ab: Vater Sigggi gewann bei den Senioren, Sohn Sonni beim Nachwuchs. Bei den Frauen und Mädchen waren Susanne Jung und Lina Gleich siegreich. Ausgesprochen gute Stimmung herrschte folglich im Anschluss bei der Vereinsfeier im Restaurant „Au Chalet“. Abteilungsleiterin Susanne Jung rief alle dazu auf, beim Training nicht nachzulassen. Vor allem, so ihr Appell, sollten die erfahreneren Nachwuchs-Fechter versuchen, den Neulingen stärker Vorbild zu sein.

Dass sich die Mühe des Betreuerstabs bei der Ausbildung der Kinder und Jugendlichen zusehends auszahlt, zeigte sich noch im Januar beim „Mini-Marathon“ in Heidenheim, zu dem der Degen-Nachwuchs aus ganz Süddeutschland kam. Sonnwinn Franz schaffte es hier bis auf die Final-Planche, wo er knapp mit 12-15 unterlag und damit am Ende den zweiten Rang unter 47 U-15-Jugendlichen erreichte.

Sportlich noch höher einzuschätzen war das Abschneiden des 14-jährigen

bei der „Allstar-Challenge“-Turnier in Frankfurt, einem der drei deutschlandweiten Qualifikations-Events für die Deutsche Meisterschaft. Hier gelang Sonnwinn ein Vordringen bis ins Viertelfinale, was am Ende den 5. Platz unter 92 Teilnehmern bedeutete.

Couragiert zeigten sich tags darauf auch die beiden RTV-Degenfechterinnen Emily Joch und Lina Gleich in Frankfurt. Sie überstanden Vor- und Zwischenrunde und



qualifizierten sich für die Direktausscheidungs-Gefechte. Zwar erwies sich hier, dass es beiden noch an Stabilität und Selbstvertrauen fehlt, doch die Plätze 56 (Emily Joch) und 77 (Lina Gleich) unter 118 Teilnehmerinnen waren definitiv aller Ehren wert. „Sowohl Sonni wie auch Emily und Lina sind das erste Jahr in dieser Altersklasse – das lässt für die Zukunft hoffen“, kommentierte Sportwart Rainer Volk das Abschneiden der Rastatter Delegation am Main.

Entsprechend harmonisch verlief auch die Abteilungsversammlung am 9. Februar im „Au Chalet“. In Anwesenheit von Werner Bartel als RTV-Vorsitzendem, der lobte „diese Abteilung funktioniert“, gingen binnen 40 Minuten die Neuwahlen der Mandatsträger reibungslos ‚über die Bühne‘. Kassierer Siegfried Franz konnte solide Finanzen vorweisen und Abteilungsleiterin Susanne Jung stabile Mitgliederzahlen. Ihr einziges Monitum: „Das Donnerstagstraining ist mit anderthalb Stunden ineffektiv – wir würden die Halle gerne eine halbe Stunde länger nutzen.“

Was in naher Zukunft ansteht? Sportlich praktisch jedes zweite Wochenende Turniere in nah und fern – bis zu den Deutschen Meisterschaften. Bei ihrer Ausstattung wollen die Fechter prüfen, ob sie einen Umstieg von Kupferbahnen auf Textilbahnen wagen. „Beim Materialwert, den Kupfer im Moment hat, könnte das finanziell eventuell klappen“, meinte die Runde am Ende zuversichtlich.



Landesliga Nord Frauen „Seuchen“-Saison 2022/23

Die Damen starteten Ende September in die aktuelle Spielrunde. In den ersten Spielen konnten sie nichts Zählbares mit nach Hause nehmen; zu viele Spielerinnen fehlten aufgrund von Urlauben oder privater Festlichkeiten! Somit konnte man sowohl im Training als auch in einigen Punktspielen selten auf den kompletten Kader zurückgreifen. Aus beruflichen Gründen haben Lea Zahn und Tamara Preiss die Mannschaft leider verlassen und die beiden Youngsters studieren noch immer in weiter Ferne.

Ferner kamen auch noch längere Verletzungspausen hinzu; aber auch grippale Infekte waren zudem ständige Begleiter. So versuchte das Damenteam und das Coach-Duo Matze Reiche/Sabrina Kolb das Beste daraus zu machen und zeigten sogar in ein paar Begegnungen ein gutes Spiel. Leider oftmals aber (zu häufig) zu Gunsten des Gegners und zum Leidwesen eines Rumpfkaders.

Getragen von heimischen Zuschauern und lautstarken Trommlern ist man jedoch in eigener Halle fast noch ungeschlagen(!).

Bedauernswerter Weise musste das Heimspiel gegen die SG Ottersweier/Großweier mit 0:2 Punkten für den Gegner gewertet werden, da die HR-Frauen durch absoluten Personalmangel hierzu nicht antreten konnten.

Langsam steigen die langzeitverletzten Spielerinnen wieder ins Trainingsgeschehen ein, sodass der Kader allmählich wieder etwas vollzähliger wird. In den verbleibenden Spielen, heißt es nun Vollgas geben und die Heimstärke ausnutzen, um vom unteren Tabellenkeller weiter nach oben zu klettern.

Ein herzliches Dankeschön geht an alle Sponsoren der neuen Trikots sowie die Physio-Prax-Frech, die unsere Damen medizinisch unterstützen und sie mit einem vollen Physio-Koffer ausgestattet haben.

Jahresabschluss der Leichtathletik-Jugend

Die Kinderleichtathleten in der U8 tobten sich zum Jahresabschluss gemeinsam mit Ihren Eltern in der Sporthalle aus.

Die Stunde begann mit einer Schneeballschlacht, weiter ging es mit einem weihnachtlich gestaltetem Feuer/Wasser/Sturm wodurch diese Elemente durch Weihnachtskugel, Nikolaus, Schneeengel und Hamburger ersetzt wurden. Bei der Schlittenfahrt wurde nochmal richtig Gas gegeben.

Zum Abschluss wurde in gemütlicher Runde bei Punsch und leckeren, "außergewöhnlich" gebackenen Plätzchen die Stunde beendet.

Wir wünschen allen Kinder ein schönes & erfolgreiches Jahr 2023.

Der Trainingsbetrieb findet bis Ende März weiterhin in den Sporthallen statt. Ab April beginnt die Freiluftsaison im RTV-Stadion.



RTV-Talente im Förderkader der Stiftung der Sparkasse Rastatt-Gernsbach

Die Stiftung der Sparkasse Rastatt-Gernsbach fördert seit Jahren junge Sporttalente.

Besonders überzeugende Ergebnisse aus dem vergangenen Jahr führten nun dazu, dass gleich 6 RTV-Athleten neu in den Förderkader aufgenommen wurden. Herzlichen Glückwunsch an die RTV-Schwimmer Alexander Sergin, Hannah Reiß, Michael Buttau, Elias Engelhardt, Alexandra Winterholler & Justin Schulz!



Mit Schwung und Elan ins neue Jahr 2023 Neujahrsempfang der Abteilung Turnen

Gut besucht war wie stets der traditionelle Neujahrsempfang der Turnabteilung am Dreikönigstag in unserem Vereinsrestaurant „Au Chalet“.

Natalie Brunner, Abteilungsleiterin der Turnabteilung, konnte unsere Ehrenmitglieder Gerlinde Schäfer und Fritzkarl Streckel recht herzlich begrüßen, schenkte uns leider nach freundlichen Begrüßungsworten „Essig in den Wein“, denn sie gab ihre persönliche Entscheidung bekannt, nach sechsjährigem Vorsitz nicht mehr die Abteilungsleitung führen zu wollen. – Wir danken ihr bereits jetzt ganz, ganz herzlich für ihr Engagement und für ihre Tatkraft um unsere Turnabteilung.

Für zehnjährige Mitgliedschaft wurden geehrt: Margarete Tarba und Dieter von Thienen; für besondere – mehr als 40 Jahre seit ihrer Gründung und 30 Jahre in ihrer Führung – Verdienste um das tanzsportliche Element der Folkloregruppe in Person von Ingrid Schwarz gelegt hat.





Turnen

Ein großer Tusch von unserem Chefmusiker Azzedine Behiri am Keyboard war ihr gewiss und später viele, viele wohlfeile Klänge, die zur leckeren Küche an den hübsch geschmückten Tischen des Au Chalet unserer Wirtin Gerdy Gollbach beitrugen.

Mit ihrem ausdrücklichen Dank an allen Übungsleitern, die Tag für Tag und Woche für Woche in den Sportstätten stehen und für ein gut gestaltetes Sportangebot sorgen, war der Übergang nochmals zum großen Dank an alle Organisatoren, Helfer und Akteure unseres Jubiläums-Schauturnens gerichtet.

Mit einem Paukenschlag der Erkenntnis „Alt werden ist das einzige Mittel, das man bisher gefunden hat, um lange zu leben (Ferdinand Gregh) eröffnete Karin Wahrer ihre bekannte und bewährte tour d’horizon der Aktivitäten der Turnabteilung, speziell ihrer Mitglieder.

Das Alter spielt sich im Kopf ab und nicht auf der Geburtsurkunde. Sie sind aufgerufen und machen Sie mit. Der RTV bietet viele Möglichkeiten der körperlichen Betätigung und Beteiligung, wo auch immer, alle sind gerne willkommen. – Jeder, der sich die Fähigkeit erhält, Schönes zu entdecken, wird nie alt werden.

Bewegung und Sport bedeuten Lebensqualität, Wohlbefinden und Gesundheit. Sie machen Freude, halten fit und tragen zu einer ganzheitlichen Persönlichkeitsentwicklung bei. Bewegung und gesunde Ernährung leisten einen wesentlichen Beitrag zum Erhalt und zur Verbesserung der physischen und psychischen Gesundheit. Dazu bietet der RTV ein breites Angebot an Übungsstunden, auch vormittags, besonders für die Älteren und Senioren an.

Alles in allem: Bewegung ist die beste Medizin, die man sich selbst oder vom Arztverschreiben lassen kann.

Für das neue Jahr galten ihre Grüße für 12 frohe Monate, 52 glückliche Wochen, 365 bezaubernde Tage, 8760 einmalige Stunden, 525 600 unvergessliche Minuten und 31 536 000 atemberaubende Sekunden.

G.W



Volleyball

Einladung zur Abteilungsversammlung 2023

Ich lade hiermit alle Mitglieder der RTV-Volleyballabteilung, bei Jugendlichen auch deren gesetzliche Vertreter, ein.

RTV Volleyball	Abteilungsversammlung 2023
Am	Dienstag 18.04.2023 um 18:30 Uhr
„Au Chalet“	RTV Stadion

Tagesordnung

1. Wahl bzw. Bestimmung der/des Protokollführenden
2. Bericht der Abteilungsleitung bzw. der zuständigen Personen
3. Kassenbericht
4. Bericht der Kassenprüfer
5. Aussprache über die Berichte und deren Genehmigung
6. Entlastung der Abteilungsleitung
7. Wahl bzw. Bestätigung der Abteilungsleitung
8. Wahl der Kassenprüfer
9. Bestätigung des Jugendleiters
10. Wahl der Delegierten (2)
11. Verabschiedung des Haushaltsplanes der Abteilung
12. Sonstiges

Die Abteilungsversammlung findet alle 2 Jahre statt.

In dieser Abteilungsversammlung wird u.a. die Abteilungsleitung für 2023/24 gewählt. Die zu wählenden Delegierten (2) vertreten die die Volleyballabteilung in der Mitgliederversammlung des RTV.

Außerdem suchen wir Vertreter der Vb-Abteilung im RTV Jugendvorstand.

Wer in der Abteilungsleitung mitwirken will, informiert sich bei Rolf Döhler.

Entschieden wird aber auch über die weitere Entwicklung der Frauen- Männer-Mixedmannschaft, das Jugendtraining, Beach usw. Also Themen, die im Interesse eines jeden Einzelnen sind. Es findet an diesem Dienstag kein Training statt. So kann also Jeder kommen.

Trainingszeiten & Termine Volleyball Ab 01.02.2023

In der Sporthalle der Karlschule

SchülerInnen	Di	18 – 19:30 Uhr	Dubs/Hixt	Feld 1
SchülerInnen	Do	18 – 19:30 Uhr	Dubs/Hixt	Feld 1
Neu: Damen	Di	18 – 19:30 Uhr	Otteni/Kaiser	Feld 2
Neu: Damen	Do	18 – 19:30 Uhr	Otteni/Kaiser	Feld 2
Herren	Di	19:30 - 21:30 Uhr	Dubs/Otteni	Feld 1
Herren	Do	19:30 - 21:30 Uhr	Dubs/Otteni	Feld 1
Nachwuchs Mixed/ Senioren	Di	19:30 - 21:30 Uhr	Kühner	Feld 2
Mixed	Do	19:30 - 21:30 Uhr	Kühner	Feld 2
Gymnastik	Di	19 – 20 Uhr	Dinkelbach	Gymnastiksaal

Beach-Trainings/Spielzeiten Volleyball

Sommer 2023

Beacheröffnung: 22.04.2023

Hobby/SeniorInnen/Mixed	Di	18.00-21.00	RTV Beach Center
Herren/Damen/SchülerInnen	Do	18.00-21.00	RTV Beach Center
Hobby/SeniorInnen/Mixed	So	11.00-13.00	RTV Beach Center
Herren/Damen/SchülerInnen	Fr	17.00-21.00	RTV Beach Center
Herren/Damen/SchülerInnen	So	17.00-19.00	RTV Beach Center

Weitere Termine

So	26.02.	Mixed-Turnier	10:00 Uhr	Tulla-Gymnasium
Sa	04.03.	Herren	15:00 Uhr	Durlach
Sa	18.03.	Mixed	14:30 Uhr	Ettlingen
So	19.03.	Herren Heimspiele	11:00 Uhr	Tulla-Gymnasium
Sa	01.04.	Herren	15:00 Uhr	Karlsruhe
Di	04.04.	Erw. Abtl. Sitzung	20:00 Uhr	„Au Chalet“ RTV Stadion
Di	18.04.	Abteilungs Versamml.	18:30 Uhr	„Au Chalet“ RTV Stadion
Sa	22.04.	Beachaufbau	11:00 Uhr	RTV Beach Center
Do	11.05.	RTV-Delegierten Vers.		„Au Chalet“ RTV Stadion
Sa	24.06.	„König d. Sandgrube“		RTV Beach Center
?	?	Sommerfest		RTV Beach Center
Fr	21.07	Stadtfest		Innenstadt
So	23.07.			

25 Jahre Reha-Sport Orthopädie mit Karin Wahrer

Die Reha-Gruppe Orthopädie für Menschen mit Behinderungen am Stütz- und Bewegungsapparat besteht am 13. Mai 2023 seit 25 Jahren.

Am 13. Mai 1998 wurde die Reha-Gruppe Orthopädie für Menschen mit degenerativen Erkrankungen der Gelenke von Karin Wahrer und Gerlinde Schäfer gegründet. Krankheitsbilder der Orthopädie sind: Amputationen, Gelenkschäden (z.B. Arthrosen), Gelenkersatz, Morbus Bechterew, Osteoporose, Wirbelsäulenschaden/Haltungsschäden, Sport bei Krebs.

Karin Wahrer, Fachübungsleiterin des Badischen Behinderten- und Rehabilitations-Sportverbandes Baden (BBS) leitet diese spezielle Gymnastikgruppe seit deren Gründung vor 25 Jahren. Ihre Aufgabe, die Ziele und der Slogan des BBS waren und sind immer „Positiver Leben durch Bewegung“. Der Verband (BBS) unterstützt bei der Bestrebung Menschen mit Behinderung, oder die von einer Behinderung bedroht sind, in Bewegung zu bringen und damit deren Leben positiver zu gestalten.

Sanfte Intensivgymnastik mit gezielten funktionellen Dehn-, Kräftigungs- und Stabilisationsübungen, mit Übungen zur Beweglichkeit und der Körperwahrnehmung sollen die Schmerzen lindern und zur Entspannungsfähigkeit beitragen. Durch die Gruppengymnastik wird das Körperbewusstsein gefördert und die Teilnehmerinnen und Teilnehmer zur Eigenverantwortlichkeit zu einem nachhaltigen, langfristigen Sporttreiben angeregt und unterstützt.

Erstmalig wurde mittwochs der Rehasport im Gymnastikraum des Kinder-gartens am Rastatter Leopoldsplatz angeboten, um ein paar Jahr später dienstags in die Aula der Karlschule zu wechseln. In der Zwischenzeit wird der Rehasport Orthopädie in der Großen Sporthalle der Karlschule, Rastatt, zu üben, wo sie bis zum jetzigen Zeitpunkt angesiedelt ist. Seit der Gründung war der begleitende Arzt jahrelang Dr. med. R. Busse. Im Augenblick begleitet Dr. Holl die Gruppe.

Nach diesen nunmehr 25 Jahren möchte Karin Wahrer die Gruppe in andere Hände übergeben. Spaß an der Bewegung in der Gruppe und die Lust, andere Menschen zur Bewegung zu motivieren waren immer ihre Grundlagen.