



**TSV 1848  
BIETIGHEIM**

**Newsletter 13 - März 2019**

## **SportQuadrat**

**FIVE RICHTET WIEDER AUF**  
Infoabend am 26. März 2019 um 19.00 Uhr

Neues  
Trainings- und  
Beweglichkeits-  
konzept im  
SportQuadrat.



**five**

Rücken- &  
Gelenkzentrum

SPORT  
QUADRAT

### **Five**

Das SportQuadrat erweitert sein Trainingsangebot. Neben den Säulen „Kraft“ und „Ausdauer“, wird ab Ende März die dritte Säule „Mobilität“ ergänzt. Mit diesen drei wichtigen Säulen wird das persönliche Wohlbefinden gesteigert und die körperliche Lebensqualität verbessert.

#### **Was ist five?**

- Das Muskel-Meridian-System wird angesprochen und der Energiefluss in den Meridianen kann aktiviert werden
- Ergänzt die athletischen Eigenschaften
- Optimierte das muskuläre System und macht stärker
- Kann präventiv eingesetzt werden
- Bildet die dritte Säule zu Ausdauer und Kraft
- Schon nach 2-3 Trainingseinheiten kann ein Unterschied spürbar werden
- Kräftigt die Muskeln
- Spricht neben den Muskeln auch die Faszien des Menschen an

**Alles Weitere gibt's am 26. März 2019 ab 19.00 Uhr im Info-Vortrag zu hören. Jetzt direkt am Empfang oder telefonisch unter 07142 7899560 im SportQuadrat anmelden.**

Tag der offenen Tür  
Grill-Hocketse  
Gesundheitschecks

## SportQuadrat wird 2 Jahre alt 18. und 19. Mai 2019

Kurs-Special  
Spielmobil  
Jump&Fun-Special  
Gesunde Snacks

**SportQuadrat**  
Das Sportvereinszentrum  
Des TSV 1848 Bietigheim e.V.

SPORT  
QUADRAT

## Der TSV hat sein eigenes Fitness-Brot

Im März in jeder Stöckle-Filiale!



Gegenüber einem normalen Vollkornbrot enthält das TSV-Fitness-Brot:

- Doppelt so viel Eiweiß
- Halb so viele Kohlenhydrate
- Sehr viele Ballaststoffe
- Wenig Fett & kein Soja
- Lupinen, Linsen & Leinsamen als heimische „Superfoods“
- Und ist zudem vegan & lactosefrei!

**SportQuadrat**  
Das Sportvereinszentrum  
des TSV 1848 Bietigheim e.V.

**stöckle**  
BROT & CAFÉ

SPORT  
QUADRAT

### TSV-Fitness-Brot

Bereits seit Anfang März gibt es jeden Montag und jeden Donnerstag das leckere "TSV-Fitness-Brot" der Bäckerei Stöckle im SportQuadrat zu probieren. Ob kombiniert mit Käsewürfel oder mit leckerem Aufstrich - das Brot schmeckt Groß & Klein.

### Sommerkurse starten im April

Alle Infos sowie die Anmeldeformulare gibt's ab sofort unter:

[Babys in Bewegung](#)  
[Haltungstraining I](#)

[Kleinstkinderturnen](#)  
[Haltungstraining II](#)

[Zumba® Kids](#)  
[Haltungstraining III](#)

[5 Esslinger](#)  
[Haltungstraining](#)

## Kinderwelt

---

### "Zumba® Kids"-Kurse im SportQuadrat

Zumba® Kids ist ein speziell für Kinder und Jugendliche entwickeltes Programm auf der Grundlage der Zumba-Philosophie – einfach zu erlernende Schritte, zu abwechslungsreichen Rhythmen, mit fetziger Musik und coolen Tänzen. Zusätzlich werden durch Tanz- und Spielelemente Koordination, Konzentration und Balance verbessert, Selbstbewusstsein, Team-Geist und ihre natürliche Entwicklung gestärkt. Kinder im Alter von 8 bis 14 Jahren erfahren beim Tanzen, wieviel Spaß Fitness machen kann. Die „Zumba® Kids“-Kurse finden ab sofort ebenfalls wie die Kurse „Babys in Bewegung“ und „Kleinstkinderturnen“ im Frühjahr, Sommer und Herbst statt. Weitere Infos gibt's [hier](#).

---

### 5-Tage-Sommerncamp im SportQuadrat

Ihr wollt spielen, toben und verrückt sein? Dann seid ihr bei uns genau richtig! Turnen auf der Airtrack, Action mit Pinsel und Farbe, wilde Sprünge auf dem Trampolin, Wasserspiele zur Abkühlung, Ausflüge in die Stadt und vieles mehr erwartet euch in dieser unvergesslichen Ferienwoche inklusive Verpflegung. Weitere Infos gibt's zeitnah [hier](#).

---



### Ausgebuchter Kids-Day erneut ein voller Erfolg

Ob Airtrack, Trampolin oder Bewegungsparcours - am Kids-Day konnten sich erneut über 90 Teilnehmer austoben und einen Tag voller Spiel, Spaß und Spannung genießen. [Hier](#) geht's direkt zum Nachbericht.

---

### Kids Day in den Osterferien

Airtrack, Trampolin, Slackline und Bewegungsparcours - beim Kids Day am 25. April erwartet Kinder und Jugendliche von 2 bis 16 Jahren wieder ein volles Programm! Alle Infos gibt's [hier](#), eine Anmeldung ist ab 1. April möglich.

---

## Verein

---

### Einladung zur Mitgliederversammlung 2019

Am Freitag, 5. April findet um 19.30 Uhr im TSV-Vereinsheim die diesjährige Mitgliederversammlung statt. Die Tagesordnung wird in Kürze in der Zeitung und auf der TSV-Homepage veröffentlicht. Alle Ehrenmitglieder und Mitglieder sind herzlich eingeladen.

## Faustball

### TSV-Faustballe stellen in der Feldsaison eine M1- Mannschaft in der Bezirksliga

Nach dem Abschluss der sehr erfolgreichen Hallensaison 2018/2019 nehmen die Planungen für die neue Feldsaison konkrete Züge an. Erstmals startet neben den Senioren M45 und M60 auch eine aktive M1-Mannschaft in der Bezirksliga. Möglich wurde dies durch die Anfrage zweier ehemaliger Spieler aus Vaihingen/Enz, die aus beruflichen Gründen den enormen Zeitaufwand für den Bundesligaspielbetrieb nicht mehr aufbringen wollten und sich inzwischen in der näheren Umgebung von Bietigheim niedergelassen haben. Laut Abteilungsleiter Harald Fees ist dies für die Faustballe eine große Chance, die Abteilung langfristig zu verjüngen und somit auch Anreize für jüngere Faustballe aus der näheren Umgebung zu schaffen, sich dem TSV anzuschließen. Wir freuen uns auf unsere neuen Sportkameraden und wünschen ihnen eine erfolgreiche Integration in der Faustballabteilung und beim TSV Bietigheim.

## Tennis



### Rückblick und Ausblick der Tennis-Abteilung

Die Junioren und Herren konnten im Winter erneut in ihren Gruppen vorne mitspielen. Die Herren 40 (siehe Bild oben) erreichten das Endspiel um den Titel als Bezirksmeister und können im Anschluss daran ihren württembergischen Titel des letzten Jahres verteidigen. Ab Mai beginnt die Sommersaison auf unserer Anlage im Fischerpfad 36. Nach ihrem dritten Aufstieg in Folge werden sich die Damen 2 in der Bezirksliga behaupten müssen. Zuwachs haben wir bei den Damen 50 erhalten, die vom TC Untermberg zum TSV gewechselt sind. Im Sommer werden die Herren 30 in der Regionalliga spielen und sich gegen ehemalige Profispieler der ATP beweisen müssen.

Bereits jetzt vormerken - die Heimspiele der Herren 30 in der Regionalliga:

05.05.2019	11.00 Uhr	TC Rotenbühl Saarbrücken 1
19.05.2019	11.00 Uhr	TC Bad Homburg
30.05.2019	11.00 Uhr	TSG Germania Dossenheim 1
02.06.2019	11.00 Uhr	Marburger TC

Neumitglieder sind in unserer Abteilung herzlich willkommen. Am besten Sie wenden sich an unseren Trainer Marko Zelch oder unseren Abteilungsleiter Peter Gangl. Mehr Infos, auch zu unseren Veranstaltungen und Mannschaften, gibt's [hier](#).

## Termine

30.03.19, 10.30 Uhr	TSV-Ehrungsmatinée
05.04.19, 19.30 Uhr	TSV-Mitgliederversammlung
18. & 19.05.19	SportQuadrat feiert Geburtstag!

Herausgeber: TSV 1848 Bietigheim e.V. - Schwarzwaldstr. 31, 74321 Bietigheim-Bissingen

Redaktion & Layout: Uwe Sauerbrey & Meike Ziehm - [presse@tsvbietigheim.de](mailto:presse@tsvbietigheim.de)

Texte & Bilder: Isabel Friedrich, Tanja Reiner, Uwe Sauerbrey, Werner Schmid, Petra Schweizer, Meike Ziehm