



VEREINSNACHRICHTEN

VfL Sindelfingen 1862 e.V. • www.vfl-sindelfingen.de • Ausgabe: 1/2021 • 59. Jahrgang



Handball:
Online gegen den
„Corona-Koller“

12

Radsport:
10 Jahre
Sparte Einrad

22/23

Tennis:
Saisonstart
am 25.04.

36/37

Zum Reinbeißen lecker.



Unser schmackhaftes Dinkel Korn-an-Korn
oder unser Himbeeruchen mit Dinkelboden. Bei unserem
reichhaltigen Dinkelsortiment ist für jeden etwas dabei.

sehne
Ihr Familienbäcker

Startschuss der Rehawelt mit NEUEN Möglichkeiten

Ein neues Jahr hat bereits für uns alle seine Türen geöffnet. Lassen Sie uns gemeinsam mit Zuversicht, Kraft und Freude dieses Jahr erleben und die Hoffnung in uns tragen, dass es viele besondere Ereignisse bereithält.

Sport und Bewegung bereiten Freude und machen glücklich, sind wichtig für Körper und Seele, sorgen für Begeisterung und Motivation, schenken Lebensmut, verbessern die Gesundheit und stärken das Miteinander und Füreinander.

GEMEINSAM Sport treiben, schwitzen, lachen und Zeit zusammen verbringen – außerhalb der neuen, digitalen Welt – ein sehnlichster Wunsch von uns allen. Wird das wieder möglich sein?

Ja, daran glaube ich ganz fest!

Die „Ganze Welt des Sports“ und das Miteinander und Füreinander sind das, was uns als Verein ausmacht.

Ein herzliches Dankeschön an alle Mitglieder und Unterstützer für Ihre Treue, Ihr Engagement und Ihren Einsatz!

Nach einem für uns alle herausfordernden Jahr, bedingt durch die Corona-Pandemie, blicken wir nach vorne und haben für die Erweiterung unterschiedlichster Bereiche die besten Voraussetzungen mit der NEUEN Sportwelt geschaffen.

Menschen, die aus gesundheitlichen Gründen im Alltag eingeschränkt sind, erhalten die Möglichkeit durch körperliche und geistige Aktivität Mut zu fassen, um am gesellschaftlichen Leben wieder bestmöglich teilnehmen zu können.

Die Rehawelt leistet mit ihrem umfangreichen Konzept einen großen Beitrag zur Gesundheitsversorgung in der Region.



Sportangebote zu vielfältigen Krankheitsbildern, individuelle Beratungen, eine sporttherapeutische Betreuung und gesundheitsorientiertes Training unter der Leitung von ausgebildeten Kursleitern gehören zu den wichtigsten Kriterien in der Umsetzung.

Aus diesen immens wichtigen Gründen bietet die NEUE Sportwelt auch für die Rehawelt zahlreiche neue Möglichkeiten und Vorteile. Eine größere Trainingsfläche, neue Kursräume, eine sichere Gestaltung in der Durchführung von Kursen und auch das Einhalten der Hygiene- und Verhaltensregeln sind von großer Bedeutung. All das können wir mit der NEUEN Sportwelt gewährleisten.

Zur Sicherheit für unsere Mitglieder und Teilnehmer/innen wurde ebenfalls größten Wert auf erweiterte Lüftungskonzepte einer neuen Klimaanlage mit Anti-Viren-Filtern und nochmals verbesserten Abstandsmöglichkeiten gelegt.

Mit der NEUEN Sportwelt und den hervorragenden Gegeben-

heiten schafft die Rehawelt ein Konzept zur Erweiterung neuer Sportangebote in der Prävention und Rehabilitation für die Bereiche Orthopädie, Innere Medizin, Neurologie und Onkologie.

Besonders durch die Pandemie hat der Rehasport nochmals an größerem Wert gewonnen. Menschen, die an Corona erkrankt sind, benötigen anschließend eine intensive Betreuung und spezielle Sportangebote. Diese gezielten Angebote ermöglicht die Rehawelt und arbeitet an einer stetigen Vergrößerung.

Ziel ist es, dass allen der Zugang zu qualitativ wertvollen Sportangeboten in einer Atmosphäre zum Wohlfühlen ermöglicht wird.

In diesem Sinne: Auf die NEUE Sportwelt, auf viele gemeinsame Sportereignisse und auf ein baldiges Wiedersehen!

Bleiben Sie gesund!

Ihre Linda Dunkel
Leitung Rehawelt

Stadtwerke Sindelfingen GmbH

Seit mittlerweile 22 Jahren bringen die im Jahr 1998 gegründeten Stadtwerke Sindelfingen GmbH Privathaushalten sowie Geschäfts- und Industriekunden in Sindelfingen und in der Region täglich vieles nahe, was in einer modernen Stadt zum Leben und Arbeiten unentbehrlich ist: die Energien Strom, Gas und Wärme aber auch sauberes Trinkwasser sowie zahlreiche Dienstleistungen, die den Alltag erleichtern.

Wir sind ein kommunales Unternehmen und sehen unsere Verpflichtung in einer nachhaltigen Energiewirtschaft. In Sachen Umwelt- und Klimaschutz setzen wir uns aktiv für alternative Energien und Antriebe ein. Mit unserem zertifizierten Energie-Management-System verpflichten wir uns seit 2015, unsere

Energiepolitik kontinuierlich zu verbessern. Darüber hinaus investieren wir in Erneuerbare Stromerzeugung, den Ausbau der umweltfreundlichen Fernwärme, das Engagement für energieeffiziente BHKW-Anlagen und in Förderprogramme für die Umstellung auf umweltschonende Erdgasheizungen und Erdgasfahrzeuge.

Neben dem klassischen Energiegeschäft haben wir uns mit innovativen Dienstleistungen ein zusätzliches Standbein geschaffen. Wir bieten Privat- und Geschäftskunden in allen Energiefragen maßgeschneiderte Lösungen an. Das Spektrum reicht von Contracting-Angeboten über Energie-Controlling bis hin zum Ausbau einer Glasfaserinfrastruktur mit Telekommunikationsangeboten.

Gesellschaftliches Engagement

Unsere Verantwortung gegenüber den Menschen in der Region Sindelfingen liegt uns seit jeher besonders am Herzen: Sponsoring, Jugendförderung und soziales Engagement sind tief in unserem Unternehmen verankert und nehmen einen hohen Stellenwert ein. Gerade in der Zusammenarbeit mit regionalen Vereinen sehen wir einen wichtigen Teil unserer Verantwortung. Vor diesem Hintergrund arbeiten wir auch seit vielen Jahren mit dem VfL Sindelfingen und seinen Abteilungen zusammen.

Mehr Informationen unter:

www.stadtwerke-sindelfingen.de

Information:

- Gründungsjahr: 1998
- Mitarbeiter: 124 (Stand 02/2021)
- Gesellschafter: Stadt Sindelfingen, Stadtwerke Schwäbisch GmbH, EnBW Kommunale Beteiligungen GmbH
- Leistungsspektrum: Energieversorgung Strom, Gas, Fernwärme, Wasserversorgung, Contracting, Energie-Controlling, Telekommunikation, Parkierung





Im Mai 2021 gibt es uns 20 Jahre!

Nun besteht die in Baden-Württemberg immer noch einzigartige wie auch einmalige Aikido-Zwergengruppe (dabei ist „Zwerg“ absolut nicht diskriminierend gemeint oder negativ zu verstehen) bereits seit 20 Jahren!

Wie oft haben wir diesen Satz – oder zumindest so ähnlich – in vielen unserer Texte geschrieben. Ja, wir sind immer noch, sogar nach 20 Jahren, einmalig in Baden-Württemberg.

Wie kam es zu dieser Trainingsgruppe?

Zwei Kinder der Familie Bartel waren mit rund 20 anderen Kindern als Teilnehmer beim ersten Aikido-Kindertraining im Herbst 1999 auf der Matte. Mit Ingrid Plöchl habe ich (Christina Bartel) versucht, diesen Sport Kindern näher zu bringen und sie dafür zu interessieren und wie sich zeigte, recht erfolgreich. Diese Gruppe zeigte einen starken Zusammenhalt und wurde so gemeinsam „alt“. Na ja, wenn man als Kind und Jugendlicher über 10 Jahre einem Sport, der keine Wettkämpfe kennt, treu bleibt, ist das praktisch das halbe Leben.

Als sich unser Kindertraining vergrößerte, wurden Ingrid und ich durch Peter Pawlikowski und Klaus Hartl unterstützt. Ingrids Sohn war mit auf der Matte, genau wie meine beiden größeren Kinder.

Aber was war mit unseren kleinen Töchtern? Jani und Xenia spielten im Dojo (Trainingshalle) am Mattenrand und warteten geduldig, bis der Rest der Familie mit dem Training fertig war. Manchmal machten sie aber auch am Rand das mit, was die großen Kinder gerade auf der Mattenfläche übten. Und irgendwann bauten sich die beiden 5-Jährigen vor den Eltern auf und erklärten, sie wollen auch Aikido machen und zwar jetzt. Sie waren auch nicht zufrieden, nur mal ein Spiel mitmachen zu dürfen, sie wollten richtig ins Training. Klaus und ich nahmen die Idee auf. Aber diese



Anfänge der einmaligen Zwergengruppe



Zwerg zusammen mit 12- bis 14-jährigen Teenagern trainieren zu lassen war unmöglich. Also musste eine eigene Gruppe her. Ganz ohne Bedenken waren wir nicht. Aikido ist anspruchsvoller, als es auf den ersten Blick erscheint und oft haben 10-Jährige, aber auch Erwachsene „zu hirn“. Allerdings gab es auch mehrere Erzieherinnen in unseren Erwachsenentrainings, die erwähnten, dass sie in ihrer Arbeit auch schon mal Aikido-Elemente einbauten.

Und so startete im Mai 2001 das erste Training für die Zwerg (Kinder zwischen 5 und 7 Jahren). Auch haben sich in unserer Zwergengruppe Elemente eingebürgert, die man im Aikido nicht erwartet hätte: wir lehren richtiges Aikido – keine Kinderformen, nichts Erfundenes! Der einzige Unterschied besteht darin, es wird in kürzeren Intervallen erklärt und sehr viel mehr mit Metaphern gearbeitet. Man hat z. B. seine Schmetterlinge dabei, um eine bestimmte Handhaltung zu erreichen, oder trägt ein Tablett für eine andere. Ganz wichtig auch, die Blümchenhand! Erfahrene oder auch Nicht-Aikidoka würden einfach „Links“ dazu sagen, aber in unserem Training erhält jeder Teilnehmer ein

Blümchen auf die linke Hand so wird für das ganze Training „links“ definiert – im Erwachsenentraining setzt man das als bekannt voraus.

Ich habe selten in anderen Gruppen so viel Freude über Hausaufgaben (z. B. „Zehenwackeln“) erlebt, wie in dieser Gruppe. So viel Freude darüber, wenn man in die Kindergruppe (natürlich ist der Quereinstieg auch möglich) wechseln darf. Der Stolz, wenn man seine erste Teilnehmerurkunde erhält.

Viele Kinder haben natürlich auch mit dem Aikido wieder aufgehört, am häufigsten durch Schule oder Beruf, teilweise durch Umzüge. Aber wie sagte einmal ein Bundesjugendleiter: ihr habt kein Kind verloren, wenn ihr es an eine andere Abteilung, an einen anderen Sport weitergeben müsst, ihr habt es nur verloren, wenn es gar nichts mehr macht.

Schön wäre es, wenn wir unser 20-jähriges Jubiläum durch eine Feier hervorheben hätten können. Ich hätte es toll gefunden, möglichst viele meiner Zwerg nochmal auf der Matte zu treffen. Vielleicht auch die Eltern, da diese immer so lange beim Training zuschauen dürfen, wie die Kinder das möchten.

Als kleinen Ersatz erinnern wir uns anhand alter Bilder gerne an die Anfänge der Zwergengruppe.

Und irgendwann einmal wird die Jubiläumsfeier nachgeholt!



Basketballer im Lockdown – wir machen das Beste daraus

Wann geht es endlich wieder los? Das ist die häufigste Frage der jungen Spielerinnen und Spieler und man spürt die Ungeduld und das Verlangen nach wieder etwas Normalität.

Auch uns Basketballern blieb in den letzten Monaten nichts anderes übrig, als sich alleine und ohne Mannschaftskameraden fit zu halten und den Kontakt zu seinen Spielern und Trainerkollegen über Medien aller Art aufrecht zu erhalten.

Wie das aus Sicht der jungen, wilden Generation aussieht, beschreibt Béla Mössinger aus der U14 und Nachwuchstrainer der U10 folgendermaßen:

„Ich spiele seit knapp vier Jahren Basketball beim VfL Sindelfingen und in den vier Jahren gab es keine Pausen in der Art wie es sie heute oder im Frühjahr gegeben hat oder gibt, daher war es eine große Umstellung mit der Corona-Zwangs-Pause.

Ich musste mich irgendwie anders fit halten, deswegen versuche ich zwei bis drei Mal in der Woche joggen zu gehen und pro Tag 15 Liegestützen, 20 Kniebeugen und 30 Sit-Ups zu machen.

Außerdem versuche ich noch so gut wie jeden Tag Basketball spielen zu gehen. Das war im ersten Lockdown besser, weil es da schon Frühling war, jetzt im Winter war es viel schwieriger. Da habe ich in meinem Zimmer auf dem Mini-Basketballkorb gespielt.

Aber jetzt werden die Tage ja wieder wärmer und man merkt gleich, dass alle nur darauf warten, dass man wenigstens wieder auf den Freiplätzen eins-gegen-eins spielen kann!



Unser Autor
Béla Mössinger,
Spieler der U14
und Nachwuchstrainer der U10

Ich achte auch auf eine gesündere Ernährung, da ich mich ja viel weniger bewege als zu der Zeit, als die Hallen noch offen hatten.

Ich konzentriere mich auch auf die NBA, um von den Profis noch ein paar Moves zu lernen. Das kann ich nur jedem empfehlen, da man dort viel lernen kann (am besten einen Spieler auf deiner Position aussuchen und dessen Spielweise genauer verfolgen).

Ich nutze den Lockdown auch dazu, Moves und den Wurf zu verbessern. Ich achte auch auf mein Ball-Handling, das man gut draußen oder wenn möglich auch drinnen trainieren kann.

Aufgrund der aktuellen Entwicklungen gehe ich davon aus, dass die Hallen spätestens Mitte April wieder öffnen. Leider ist es bis dahin noch ein

bisschen hin – probiert euch einfach fit zu halten!

Ich finde, in so Momenten wie jetzt lernt man, das Training und die Halle erst richtig zu schätzen.

Ich vermisse das Training hauptsächlich, weil man dort natürlich lernt, Basketball zu spielen und ich mich verbessern kann. Aber auch, um meine Mannschaftskollegen zu treffen.

Am meisten fehlt mir aber der Spielbetrieb, die Turniere und Spiele in der Liga am Wochenende. Dieses Jahr hätten wir bestimmt ganz oben mitgespielt, weil wir eine tolle Mannschaft haben.

Natürlich kann man auch auf dem Freiplatz trainieren, aber mit Trainer und mehr als einem anderen Haushalt macht das dann schon noch mal mehr Spaß und vor Allem geht man im Training mit mehr Motivation und mehr Disziplin ans Werk. Mein Ziel ist es, auch immer nach den Ferien oder wie jetzt dem Lockdown immer besser zurück zu kommen als davor! Am besten muss der Trainer überrascht sein, wie gut ihr geworden seid. Ich empfehle einfach: Geht raus und hängt nicht die ganze Zeit drinnen rum, geht joggen oder auf den Sportplatz!

Bleibt gesund und haltet euch an die Corona-Regeln – umso mehr sich daran halten, umso schneller dürfen wir wieder in der Halle trainieren.“



Es stößt nicht immer auf Verständnis: das Wohnzimmer als Basketball-Platz



Endlich Frühling: Eins gegen Eins auf dem Freiplatz



Marcus Sieger, ein Kämpfer, der nie aufgibt ...

An einem sonnigen Sommertag im August 1997 stürzte Marcus Sieger bei einem Fallschirmsprung in Villingen-Schwenningen ab. Von jetzt auf gleich war der damals 21-Jährige vom Hals abwärts querschnittgelähmt und somit auf den Rollstuhl angewiesen. Durch jahrelanges hartes Training erkämpfte er sich wieder eine gewisse Mobilität zurück.

Als er gesundheitlich wieder einen stabilen Stand erreicht hatte, entschloss er sich einige Jahre später, wieder Leistungssport zu betreiben. In Villingen-Schwenningen startete er mit Rollstuhl-Curling. 2007 wurde Sieger dann in die Rollstuhl-Curling Nationalmannschaft berufen. 2009 gewann er bei der Weltmeisterschaft in Vancouver die Bronze Medaille. 2009 wurde er dann aufgrund der sportlichen Erfolge mit dem Team in Berlin zur Behindertensport Mannschaft des Jahres gewählt. Im Februar 2010 nahm Sieger an den Winter-Paralympics in Vancouver teil und belegte dort den 8. Platz.

Nach einer weiteren Weltmeisterschaft im Curling beschloss Sieger 2011 seinen Rücktritt aus dem Rollstuhlcurling Nationalteam, um sich zukünftig voll auf sein zweites sportliches Standbein dem Rollstuhltischtennis zu konzentrieren. Ab diesem Zeitpunkt spielte er dann für den VfL Sindelfingen. Für die Hin- und Rückfahrt nach Sindelfingen, musste er für jedes Training 160km weit fahren. Nach intensivem Training beim VfL sowie vielen Lehrgängen beim LSVBW, wurde Sieger dann 2013 auch in seiner zweiten Sportart in die Nationalmannschaft berufen. Ab jetzt konnte er noch zusätzlich im Olympiasport Zentrum Stuttgart trainieren. Im selben Jahr errang er zusammen mit seinem Teampartner im italienischen Lignano den Vize-Europameister Titel.

Im Mutterland des Tischtennis, Peking/China, fand im Jahr 2014 die Weltmeisterschaft statt. Auch hier konnte Sieger mit seinem Teampartner überzeugen. Souverän spielten die beiden sich bis ins Finale vor. Auch bei seiner zweiten Sportart hatte er nun den Vize-Weltmeistertitel also schon sicher. Das Finale wurde



dann aber leider knapp gegen Korea verloren. Bei den Deutschen Meisterschaften im Frühjahr 2015 sicherte sich Sieger im Badischen Lobbach in einem spannenden 5-Satz-Match den Deutschen Meister-Titel im Einzel.

Bei all seinen ehrgeizigen sportlichen Zielen und Erfolgen lag und liegt ihm auch heute noch die Kameradschaft innerhalb der TT- Gruppe am Herzen. So bleibt die Hochzeit mit seiner Frau Andrea an Silvester 2011, zu der die Gruppe auch eingeladen war bestimmt in schöner Erinnerung.

Bei den Vorbereitungen auf die Europameisterschaften 2015 verletzte er sich und konnte leider im dänischen Vejle keinen einzigen Ball spielen.

Da es sich in der Folge um eine langwierige Schulterverletzung handelte und er nicht mehr schmerzfrei spielen konnte, beschloss Sieger, den Tischtennisschläger Anfang 2016 an den „Nagel“ zu hängen. Zwischenzeitlich hat Marcus mit seiner Frau Andrea zwei Kinder, die wie könnte es anders sein, natürlich auch sportlich sehr interessiert sind. Allerdings in ganz anderen Bereichen als der Papa. Sein 8-jähriger Sohn Tim spielt leidenschaftlich Eishockey bei den „Wild-Wings“ Schwenningen und die 3-jährige Tochter hat sich sportlich noch nicht festgelegt. Natürlich unterstützt und fördert der Papa auch hier die Leidenschaft seiner Sprösslinge...

Tischtennis

Die ganze Gruppe wartet sehnsüchtig darauf, mal wieder den Schläger in die Hand nehmen zu können, doch der berühmte Hoffnungsschimmer zeichnet sich nicht ab. Eher das Gegenteil: Der Deutsche Rollstuhlsportverband hat die Liga- Wettkämpfe und Meisterschaften für dieses Jahr abgesagt. Ähnlich ergeht es auch den nichtbehinderten TT- Spielern. So bleibt den Spielern/innen nichts anderes übrig, als sich über die moderne Kommunikation gegenseitig auf dem Laufenden zu halten.

Bogenschießen

Auch die Bogenschützen sind quasi noch in der „Zwangspause“. Die Hallen sind geschlossen und die Plätze im Freien, für die nach Eröffnung, dann sowieso wieder strenge Bestimmungen folgen werden, sowieso noch nicht geöffnet sind. Einzig Uwe Herter, der immer noch die Paralympics vor Augen hat, will versuchen, für sich eine Trainingsmöglichkeit zu schaffen, um die Qualifikation hierfür im Mai im italienischen Olbia zu erreichen.

Nachruf Traudel Graser

Am 8. Dezember 2020, nur vier Tage vor ihrem 88. Geburtstag, verstarb

unser Mitglied Traudel Graser, die jahrzehntelang an der Seite ihres Mannes Kurt der Behindertensportabteilung angehörte. Sie wirkte in den Sparten Trocken- und Wassergymnastik mit. Auch kümmerte sie sich viele Jahre hingebungsvoll um eine Sportkameradin, die sich nur mit Hilfe ins Wasser bewegen konnte.

Der Abteilung Behinderten- und Rehasport bleibt Traudl Graser immer für ihre überaus große Hilfsbereitschaft und ihr freundliches Wesen im Gedächtnis.



Güclü trumps beim Round-Robin-Turnier in Köln auf



Beim Round-Robin-Turnier der Altersgruppe U19 und U22 traten am 19. bis 21.02.2021 in Köln die Kaderathleten im nationalen Vergleich an. Dabei ließ auch Emirkan Güclü vom VfL Sindelfingen die Fäuste fliegen.

Der 17-Jährige ist aktuell eines der größten Talente des Sindelfingers Boxsportclubs. Beim Round-Robin-Turnier, dass Teil des Qualifikationsweges des Deutschen Box-Verbandes für die U22-Europameisterschaft bzw. der U19-Weltmeisterschaft ist,



setzte sich Güclü in der Gewichtsklasse bis 64 kg im direkten Konkurrenzvergleich durch. So bezwang er Nikita Uljanov (Sachsen-Anhalt) sowie Omar Slojan (Nordrhein-Westfalen) eindeutig nach Punkten.

Der VfL-Athlet hat somit die erste Hürde Richtung Weltmeisterschaft genommen. Als nächstes steht der Brandenburger-Cup Anfang März an. Sollte Güclü seine Leistung erneut abrufen können, stehen seine Chancen gut, um bei der U19-Weltmeisterschaft im April teilzunehmen.

Partner und Sponsoren des VfL Sindelfingen 1862 e.V.

Wir danken für Ihre Unterstützung



Schwertstraße 37 – 39
71065 Sindelfingen
0 70 31/87 70 71



► Orthopädie-Technik
► Rehabilitations-Technik
► Sanitätshaus
www.kogel-orthopaedie.de

Maichinger Straße 54
71063 Sindelfingen
0 70 31/80 33 73



SERVICETEAM
Henning Meier
Bad | Heizung | Energie

Henning Meier
Ulmenstr. 29
71069 Sindelfingen



Rosenstraße 47
71063 Sindelfingen
0 70 31/61 16-0



Mercedesstraße 3
71063 Sindelfingen
0 70 31/86 40



MARRIOTT
STUTTGART
SINDELFINGEN

Mahdentalstraße 68
71065 Sindelfingen
0 70 31/6 96-0



Stuttgarter Straße 53
71069 Sindelfingen
0 70 31/7365-0



Kolumbusstraße 14
71063 Sindelfingen
0 70 31/68 83 90



Wettbachstraße 23
71063 Sindelfingen
0 70 31/81 49 89



Ziegelstraße 12
71063 Sindelfingen
0 70 31/87 53 65



Heinrich Schmid
Goldmühlestraße 11/1
71065 Sindelfingen
0 70 31/7 63 18-0



Hans-Martin-Schleyer-Straße 8
71065 Sindelfingen
0 70 31/9 35-0



Wettbachstraße 4
71063 Sindelfingen
0 70 31/81 17 26



Postplatz 6
71032 Böblingen
0 70 31/2 17 30



Bahnhofstraße 9
71063 Sindelfingen
0 70 31/6 10 90



Wolfgang-Brumme-Allee 1
71034 Böblingen
0 70 31/77-1000



Auch mit Abstand eng zusammen: Nahezu alle Spieler laufen auch in der kommenden Saison wieder für den VfL auf

Kontinuität beim Verbandsliga-Team

Seit Ende Oktober kann nicht mehr gespielt werden, wann der Ball wieder rollt, ist ungewiss. Dennoch sind Verantwortliche und Spieler der VfL Verbandsliga-Mannschaft sehr aktiv. Das Trainer-Team hat mit einer Team-Challenge zum virtuellen „Wettkampf“ aufgerufen. Zwischen Januar und Ende Februar erhielt jeder Spieler die Möglichkeit Punkte zu sammeln, mit Läufen, Krafteinheiten, Cyber-Trainings mit dem Fitness-Coach, Krafttraining kann man punkten und so in der Tabelle möglichst weit oben stehen. Jeder Spieler erhielt (vertraulich) einen Vereinsnamen, so dass man als Spieler nur seinen Vereinsnamen kennt, aber nicht weiß, wer sich hinter den anderen Club-Namen verbirgt. Der Ehrgeiz ist angestachelt und bis Mitte Februar war noch nicht klar, welche „Mannschaft“ den Spitzenplatz belegt. Die Trainer lassen sich also auch in dieser Zeit einiges einfallen und es wird sehr gut angenommen von der Mannschaft. Dennoch fiebert jeder auf den Neustart hin! Nichts kann das Spiel mit dem Ball auf der grünen Wiese ersetzen. Bisher ist aber nur klar, dass maximal die Vor-

runde zu Ende gespielt und die Saison dann gewertet wird (wenn mindestens die Hälfte aller Spiele gespielt sind).

Auch die Vereinsleitung ist sehr aktiv. So kann die Zusammenarbeit mit Roberto Klug weitergeführt werden, man einigte sich schnell, beide Seiten sind einfach überzeugt vom Weg und dass die Aufstellung so passt. Auf der Co-Trainer-Position wird sich in der kommenden Saison etwas verändern. Christoph Kwasniewski muss aus zeitlichen Gründen aufhören. Schade, denn Kwasi hat sehr gut ins Team gepasst. Mit Marijo Milcic konnten die VfL-Verantwortlichen diese Lücke aber schließen. Er ist ein „positiv Verrückter“ hat schon Trainer-Erfahrung (Kreisliga A Croatia Sindelfingen) und versteht sich menschlich und fußballerisch ausgezeichnet mit Roberto. Mindestens genauso wichtig wie das Trainer-Team ist die Zusammensetzung der Mannschaft für die kommende Saison. Nahezu alle Schlüsselspieler bleiben an Bord, ein enorm wichtiges Signal für die VfL-Fußballer und ihre Anhänger. „Die Gespräche waren durchweg positiv und so konnten wir schnell Nägel mit Köpfen machen,

die Mannschaft bleibt fast vollständig zusammen. Vorangegangen waren die drei Kapitäne und Leistungsträger Oliver Glotzmann (11. Saison), Florian Feigl (6. Saison) und Alex Wetsch (9. Saison), die ihre Zusage sehr frühzeitig gegeben haben.

Kurz vor Redaktionsschluss gelang es dem VfL noch einen weiteren wichtigen Baustein im Gebäude der Zukunft dazu zu gewinnen. Mit Sascha Häcker verpflichtete der VfL einen erfahrenen Offensivspieler mit eingebauter Torgefahr. „Ein guter Typ und ein Riesen-Fußballer, das wird uns nochmal einen Schub geben“ freut sich Roberto Klug über die Verpflichtung des 31-jährigen, der derzeit bei Neckarremms spielt und davor bei Calcio Echterdingen über 30 Tore in drei Spielzeiten erzielt hat. Jetzt freuen sich aber erstmal alle auf den Neustart ... hoffentlich geht es bald wieder los ...



Alex Wetsch: mit vollem Einsatz und Kämpferherz in die 9. Saison als VfLer



Geht in seine 11. VfL-Saison: Kapitän Oliver Glotzmann ist nur schwer zu stoppen





Einzeltrainings und OSTER CAMPUS

Nach dem Motto „Allein, aber irgendwie doch zusammen“ dribbeln, schießen und rannten pro Trainings-Block eine Handvoll vier bis 14-jähriger Spieler von Rosenmontag bis Aschermittwoch über den Kunstrasen am Glaspalast. Unter der Leitung von sechs Fair Play Trainern standen Stationen wie Torschuss mit Balltrampolin, Schnelligkeit mit Torschuss sowie Dribblings und Finten auf dem Stundenplan.

An Ostern ist eine Fortsetzung fest eingeplant. Die wöchentlichen Einzeltrainings laufen seit Mitte Januar 2021 bei Eiseskälte und schneebedecktem Kunstrasen. Nichts für Schönwetterkicker! Mittlerweile sind die Temperaturen frühlingshaft. Der Moment beim ersten Betreten des Kunstrasenplatzes ist wie eine gedankliche Zeitreise in die Vergangenheit. Der bekannte Wow-Effekt eben. Beim Spielen und Üben mit dem Ball, der Begegnung mit einem vertrauten und lange nicht mehr gesehenen Menschen kommt eine unbändige Freude auf und es schreit im Inneren eine Stimme: „Es geht ja doch! Das fühlt sich so wunderbar an, wie früher, bitte mehr davon!“ So schildern Spieler und Trainer die Momente des Wiederbeginns nach langer Zeit.

Der Clou beim Einzeltraining: Eine Trainingseinheit ist so zusammengestellt, dass sie alle Facetten eines Fußballtrainings abdeckt: Sozialer Kontakt mit Hygienekonzept, Schnelligkeit, Koordination, Kognition, Gewandtheit, Kräftigung, Balltechniken wie Dribbling, Passen, Freilaufen und Torschuss sowie mentales, motivationales, spaßvolles und abwechslungsreiches Training mit zahlreichen Wettbewerbsformen. Das große Plus: Da der Trainer sich voll und ganz

auf den einzelnen Spieler konzentrieren kann, wird jeder Teilnehmer ganz persönlich und im Detail gecoacht.

Diese Einheiten nutzen nach wie vor einige wenige Spieler allein, mit Geschwisterkind oder mit dem Papa. Dank der standardisierten aber nach Alter und Könnensstand angepassten Einheiten haben sowohl vierjährige Nachwuchskicker wie Henry Binder mit seinem achtjährigen Bruder Hugo bis hin zu zwei U15 Spielern vom VfB Stuttgart mit Gogo Avtzis und Eliot Bujupi riesige Freude. Der Sindelfinger Eliot Bujupi, einst selbst Fair Play Kicker, besucht seit sechs Jahren Einzeltrainings Fair Play bei seinem „Heimtrainer“ Andy Russky. Eliot wurde im September 2020 für die U15 DFB-Nationalmannschaft nominiert und hält sich so in der trainingsfreien Zeit fit für den nächsten Nationalmannschaftslehrgang und das nächste Mannschaftstraining beim VfB. Neben den Fair Play Kickern und Spielern des VfL Sindelfingen kommen weitere Nachwuchskicker aus anderen Vereinen ins Training.

So ist Licht am Ende des Tunnels in Sicht! Zwischendurch sah es etwas düster aus. Nach dem Lockdown Anfang

November gab es noch die Herbstmeisterschaft Fair Play mit vier Home Video Einheiten. Von Dezember bis April war und ist die Fußballschule für das normale Training geschlossen. Kein Training, keine Gebühren – seit vier Monaten. Die 250 angemeldeten Fußballer und das Fair Play Trainerteam sind in der Dau-erwarteschleife.

4-Stufen-Plan zurück ins Training

Der 4-Stufen-Plan: 1. Einzeltrainings bis Ende März 2. Training in Kleingruppen ohne Kontakt nach den Osterferien 3. Kleingruppen mit Kontakt ab Ende April 4. Normalgruppen ab Anfang bis Mitte Mai oder spätestens nach den Pfingstferien Hinweis: Wegen der dynamischen Entwicklung kann der Plan je nach Verordnung angepasst werden. Wir sind von ganzem Herzen dankbar, dass unsere Spieler und die Eltern unserer Fußballschule weiterhin die Treue halten und einige wenige Spieler unser Einzeltraining mit großer Begeisterung besuchen. Die Eltern der Einzeltraining Teilnehmer sind überaus wertschätzend und dankbar und berichten von unmittelbaren positiven Effekten bei ihren



Kinder. Alle Experten sind sich einig: „Kinder brauchen für ihre Entwicklung nicht nur das Bewegen und Spielen, sondern auch den sozialen Kontakt in Form von Begegnungen, Kommunikation sowie Spielspaß und Freude. Und: Bewegung wirkt nicht nur gesundheitsfördernd, sondern auch lernfördernd. Sport und Bewegung sind auch ein wichtiger Bestandteil der Bildung und vor allem der ganzheitlichen Entwicklung!“ Wir werden deswegen weiterhin unser Möglichstes tun, um den Kindern den unbeschwerteten Spaß an der gemeinsamen Bewegung wiederzugeben und zu erhalten, unter Berücksichtigung und schnellen Anpassung an die aktuellen Gegebenheiten. Wir sehen die Krise als Chance und Herausforderung zum Um- und Neudenken zugleich und wollen den Weg kreativ, clever und mutig weiter gemeinsam mit Ihnen/Euch gehen! Wir bleiben weiter für Euch am Ball!

Einzeltraining Fair Play

Zum Einzeltraining Fair Play: Dies kann weiter flexibel von Montag bis Freitag von 9 bis 17 Uhr und Samstag von 9 bis 14 Uhr gebucht werden. Wer sich nicht zum Einzeltraining auffinden kann, hat die Möglichkeit sich zu Hause online die Home Trainings Fair Play Videos

auf unserer Homepage (www.fussballschule-sindelfingen.de)

anzuschauen und zu Hause nachzumachen. Extra: In den Osterferien bieten wir von Dienstag bis Freitag, 06. bis 09. April auf den Plätzen am Glaspalast ein Einzeltraining CAMPUS an.

Ein Spieler kann einen Trainingsblock mit 3-4 Einheiten mit insgesamt zweieinhalb Stunden Training buchen von 10.00 bis 12.30 und/ oder 14.30 bis 17.00. Ein Block mit vier Einheiten kostet 90 Euro oder 45 Euro für Geschwister oder mit Berechtigungskarte.

Die Termine 2020/21 Fußball EM 2021 Spezial:

Ostern: 06. bis 09. April

Einzeltrainings in Blöcken vormittags von 10 bis 12.30 und 14.30 bis 17 Uhr

Pfingsten: 25. bis 28. Mai

Ende Juni/Anfang Juli **4. Sparkassen KNAX Fußball Erlebnis Tag** (in Planung)

Feriensportprogramm: 30.08. bis 03. September und 06. bis 10. September

Sommer: 06. bis 10. September

Herbst: 02. bis 05. November

Weihnachten: 27. bis 30. Dezember

Weitere Infos und Anmeldung per Mail an mich oder per Tel: 07031 – 46 55 33.

www.fussballschule-sindelfingen.de, www.feriensportprogramm.de



INZELTRAINING FAIR PLAY Inhalte:



- **Lauf-ABC und Laufkoordination** mit Beinhub („Storch“) und Frequenzschnelligkeit („Nähmaschine“), alle Bewegungsrichtungen, Explosivkraft mit „heißer Herdplatte“, Sprintkraft, Handlungsschnelligkeit...
- **Passtechnik und 4-8 Ballmitnahmen** („messerscharfe und angemessene Druck Pässe, butterweiche Mitnahmen“)
- **Dribbling & Finten 1-16** (siehe „Fintenkatalog Fair Play“ und „Hometraining Videos Fair Play“)
- **Zielschuss** (beidfüßiger Vollspannschuss), Effetschüsse, Flanken etc.
- **Freilauftechniken und -Finten**
- **Spannende Wettbewerbe**
- **Mischung von kognitiven Elementen mit akustischen und optischen Signalen**
- **Mentales Training: Erlernen und Automatisieren von Bewegungen/Techniken durch Vor- und Nachmachen mit „Knotenpunkten“ und „Coachingsignalen“.**
- **Individualtaktik („wenn...“, dann Training“) + Positionstechniken**
- **Ganzkörperkräftigung und Stabis** mit „Kung Fu Panda 1-3“...(siehe auch Herbstmeisterschaft Video I)
- **Individuell angepasstes Training nach Schwerpunkten**
- **Motivationstraining und Spaßtraining**
- **Rückmeldung & Tipps vom DFB-A-Lizenz Trainer + Diplom-Sportwissenschaftler**
- **Weiterführende Tipps zum Integrieren in das Vereinstraining/Heimtraining**



Für Kicker (innen) ab 4 bis 16 Jahren

**Buche jetzt Dein Ticket:
Der Moment gehört Dir!**

unter Tel: 0177 - 411 45 64 oder
E-Mail fussballschule-sindelfingen@web.de

(Kunst-)Rasen am Glaspalast Sindelfingen



Online-Formate gegen den „Corona-Koller“

Nach dem Bekanntwerden der Saisonabsage unserer Aktiven Mannschaften wurde in diesen Bereichen die Online-Maßnahmen im Trainingsbereich verstärkt! Unsere Jugend wurde schon im letzten Jahr mit dem Ende der Saison konfrontiert und es wurden nur noch Freundschafts- und Testspiele nach Mitte/Ende Januar 2021 in Aussicht gestellt. Wir wissen alle wie es gekommen ist.

Unsere Hallen sind leer!

Es ist fast gruselig, wenn wir abends/nachts an der Sommerhofenhalle vorbeifahren und auf ein großes, unbeleuchtetes Gebäude schauen, an dem normalerweise jeden Abend bis 22.30 Uhr das Hallenlicht an ist! Kein Pfiff, kein Prellgeräusch, kein Lachen, keine Ansagen der Trainer*innen, keine wartenden Eltern, leere Parkplätze! Unglaublich aber zurzeit Realität!

Was bleibt sind Wochentrainingspläne, Online-Training, Online-Athletiktraining, sportliche Hausaufgaben, HSG Bronzeabzeichen, Advents-Challenges, Weiterbildungen online, Wandervorschläge, separate Schnit-

zeljagd, Suchspiele zuhause, Online-Taktiktraining via Videoplattform und digitaler Taktiktafel, separates Lauftraining, Ergometer-Einheiten, Trainersitzungen online, Vorstandssitzungen online etc.

Das hat alles wenig mit dem satzungsmäßigen Zweck des VfL Sindelfingen und unserer Abteilung zu tun, „sportliche Übungen und Leistungen zu fördern“ und unseren Sportlern – Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen – die „Teilnahme“ an Wettkämpfen zu ermöglichen. Allerdings im Rahmen des Erlaubten haben wir im Moment nichts Anderes! Wir müssen die Motivation, die Lust und den Spaß an unserem Handballsport via Netz transportieren und den Kontakt zu den Mannschaften halten!

Gerade deshalb haben wir den „Kampf“ gegen Gleichmut und Langeweile in der Pandemie angenommen und führen die oben erwähnten zahlreichen Online-Veranstaltungen durch. Zusätzlich bieten unsere Verbände uns mehr und mehr Möglichkeiten wie wir mit Online-Formaten an unsere Jugendlichen, Aktiven und auch an die Kinder herankommen.

An dieser Stelle möchten wir an unsere Delegierten und Funktionä-

re in den Verbänden appellieren, dass der (Handball-)Sport einen Platz findet, in den zahlreich diskutierten Szenarios zur Lockerung des Lockdowns. Wünschenswert wäre wenn die Politik den Sport nicht als Teil des Problems, sondern als Teil der Lösung in ihre Planung mit einbezieht.

Wir freuen uns schon auf unser nächstes Online-Training, aber noch mehr freuen wir uns natürlich auf unsere erste Halleneinheit in diesem Jahr!





Wir suchen eine/n Freiwilligendienstleistende/n im Sport

Wir, der VfL Sindelfingen e. V. 1862 (anerkannte Einsatzstelle für Freiwilligendienste im Sport), bieten Dir die Möglichkeit, einen **Bundesfreiwilligendienst (BFD)** im Sport zu absolvieren.

Der BFD im Sport ist ein Bildungs- und Orientierungsjahr, das pädagogisch begleitet wird und Erfahrungsräume für Freiwillige eröffnet. Der Erwerb persönlicher Kompetenzen und sportlicher Lizenzen sowie Berufs- und Engamentorientierung stehen im Mittelpunkt.

Dafür suchen wir für den Zeitraum **vom 01.09.2021 bis 31.08.2022** eine/n sportbegeisterte/n, engagierte/n und selbstbewusste/n Jugendliche/n im Alter ab 16 Jahren.

Der VfL Sindelfingen e.V. 1862 ist einer der größten Sportvereine in Baden-Württemberg. Neben 28 Abteilungen betreibt der VfL Sindelfingen 1862 e.V. ein vereinseigenes Gesundheitszentrum. Die Sportwelt VfL Sindelfingen bietet ihren Mitgliedern ein vielfältiges Angebot in den Bereichen Fitness-, Gesundheits- und Rehabilitationssport.

Wenn du...

- neue Erfahrungen sammeln und deine sozialen Kompetenzen stärken,
- Übungsleiter/innen bei Bewegungs-, Spiel- und Sportangeboten für Kinder und Jugendliche an Kooperationsschulen unterstützen,
- Projekte und Veranstaltungen (Ferienaktionen, Aktionstage an Schulen/Kindergärten) betreuen und bei vereinsadministrativen Tätigkeiten unterstützen sowie
- unsere Mitglieder im vereinseigenen Sportzentrum betreuen,
- deine Eignung für einen sozialen, sportlichen Beruf testen,
- nach der Schule etwas Praktisches machen möchtest und noch nicht weißt, welche Ausbildung oder welches Studium du ergreifen willst,

...dann bewirb Dich jetzt für einen BFD im Sport!

Das solltest du mitbringen...

- eine abgeschlossene Schulausbildung
- Begeisterung für Sport und Fitness,
- Spaß und Interesse an der Kinder- und Jugendarbeit im Sport
- Eigeninitiative, hohe Teamfähigkeit, Engagement und Aufgeschlossenheit gegenüber Neuem
- Organisationstalent und Einsatzbereitschaft

Wir bieten...

- ein abwechslungsreiches, verantwortungsvolles und arbeitsmarktneutrales Aufgabengebiet bei einer Vollzeitbeschäftigung von 38,5 Wochenstunden
- Erwerb von Kenntnissen und Fähigkeiten in den Bereichen Trainings- und Bewegungslehre sowie im Umgang mit Kindern und Jugendlichen
- Möglichkeit zum Erwerb einer Lizenz im Breitensport oder in einer Fachsportart im Rahmen von 25 Bildungstagen
- umfassende pädagogische Betreuung und Unterstützung
- Taschengeld in Höhe von 300€, ebenso 24 Urlaubstage

Wir freuen uns auf deine Bewerbung bis zum **31.03.2021** mit Lebenslauf, Lichtbild und Darstellung der bisherigen sportlichen Erfahrungen sowie einer kurzen Erklärung, warum du dich für einen BFD interessierst.

Diese richtest du bitte an:
Sportwelt VfL Sindelfingen
z. Hd. Teresa Spengler
Rudolf-Harbig-Straße 8
71063 Sindelfingen
E-Mail: t.spengler@sportwelt-sindelfingen.de



Bei Rückfragen stehen wir Dir gerne zur Verfügung Tel.: 07031-706518. Wir freuen uns auf Dich!

Weitere Infos findest du unter www.vfl-sindelfingen.de oder unter www.bwsj.de



Snowfall

Der viele Schnee, der uns in diesem Winter beschert wurde, war vor allem für Kinder ein Segen! Schlittenfahren, Schneeballschlachten, Schneemänner oder Iglus bauen machten den Kopf wieder frei für die schönen Dinge im Leben. Aber nicht nur Wintersportler kamen auf ihre Kosten. So manch ein Ju-Jutsuka funktionierte den wei-

ßen Teppich kurzer Hand als weiche Unterlage für die Fallschule um. Wer nicht in der Halle auf Matten trainieren durfte, übte den Sturz vorwärts, rückwärts, seitwärts sowie die Rolle vor- und rückwärts einfach draußen im Schnee. Das war nicht nur ein gutes Training, es machte vor allem riesig viel Spaß! Während dessen versorg-

te Abteilungsleiter Michael Frick die Mitglieder weiterhin mit kleinen textunterlegten Übungsvideos zum Nachmachen. Wir hoffen weiterhin sehr, dass wir bald wieder alle gemeinsam in der Halle trainieren können. Und vielleicht wagt der eine oder andere im nächsten Winter die Fallschule einmal auf einer glatten Eisfläche.





Fehlt der Sei-Wa-Kei-Familie die Gemeinschaft?

Als Gemeinschaft wird in der Soziologie und der Ethnologie eine überschaubare Gruppe bezeichnet, deren Mitglieder durch ein starkes „Wir-Gefühl“ eng miteinander verbunden sind. Die Gemeinschaft ist ein Grundelement der Gesellschaft. Das würde wohl annähernd jedes Mitglied des VfL Sindelfingen für seine Abteilung so unterschreiben.

Das „Wir-Gefühl“ ist jedoch gerade in den letzten Jahren bei Sei-Wa-Kei durch die beteiligten Protagonisten sehr stark gestiegen. Die Begriffsdefinition für Protagonist ist im übertragenen Sinne Vorkämpfer, Ideengeber oder Anführer. Wie sich jetzt herausgestellt hat, gibt es bei Sei-Wa-Kei einige davon.

Bei den Erwachsenen sind wir besonders stolz darauf, dass annähernd alle Mitglieder, trotz der schweren Rahmenbedingungen, bisher bei uns geblieben sind. Dies ist vor Allem dem unermüdlichen Einsatz unserer Trainer zu verdanken. Im Erwachsenenbereich sind dies insbesondere Guido Plischek (unser sportlicher Leiter) und Andy Fields (unser 1. Vorstand), die mit ihrem Onlinetraining die sportliche Begeisterung am Karate aufrechterhalten und uns immer wieder auf's Neue fordern. Euer Einsatz ist auch im Ehrenamt keine Selbstverständlichkeit! Vielen Dank dafür. Im Jugendbereich bewähren sich die neu gewonnen Trainer Frida Schmid, Edwin Gretz, Branko Sturm und der schon etwas länger agierende Nico Wollet (Vorstellung in den letzten VfL-Nachrichten) immer mehr und halten die Jugendlichen und Kids nicht nur mit regelmäßigem Onlinetraining bei der Stange.

Nicht vergessen wollen wir hier Sabine Plischek, unter deren Federführung der Flyer „Hajime“ (eigentlich schon eine kleine Karate-Zeitschrift) für die Karate-Kids entstanden ist. Von Bastelanleitungen über Dehnübungen, Fitnessübungen für zu Hause und Lebensweisheiten, ist hier für jeden etwas dabei. Ein besonderer Dank gilt auch den hier nicht genannten „Helferlein“, die immer zur Stelle sind, wenn wir sie brauchen. Nun noch einmal zur eingangs gestellten Frage: fehlt uns die Gemeinschaft? Nein, die ist nach wie vor sehr stark vorhanden. Hier erfüllen wir ganz klar die Definition des Vereins (kommt etymologisch von „vereinen“ bzw. „eins werden“). Was uns jedoch fehlt, ist das gemeinsame trainieren, den anderen

sehen, die gemeinsamen Besuche der Lehrgänge, die gemeinsamen Gespräche, kurz gefasst das physische Zusammensein und das „Spüren“ der anderen Karateka, so dass wir uns (zumindest im Training) in unserem Wohlbefinden durch nichts mehr beeinträchtigt fühlen. Und jetzt schauen wir einfach zuversichtlich auf den kommenden Frühling und den Sommer, wo es hoffentlich wieder möglich ist, gemeinsam draußen unser Karate zu trainieren. Da wir noch viel Platz für weitere Karatebegeisterte in unserer Gemeinschaft der Sei-Wa-Kei-Familie haben, meldet euch einfach bei Interesse bei uns auf den üblichen Kanälen.



Stuckateur · Maler · Gipser
Gerüstbau
Energetische Modernisierung

Fronäckerstraße 34/1
71063 Sindelfingen

Telefon 07031 9392-0
Telefax 07031 9392-90

- Gerüstbau
- Stuckateurarbeiten
- Innen- und Außenputze
- Sanierputze
- Bauwerksabdichtung
- Feuchteschutz
- Fachwerkinstandsetzung
- Fassadenerhaltung
- Innen- und Außendämmung
- Betonsanierung
- Beseitigung von Schimmelschäden und Prävention
- Dekorative Oberflächen
- Maler- und Tapezierarbeiten
- Gesundes Wohnen



kontakt@hornikel.de

www.hornikel.de

MEISTERBETRIEB SEIT 1899



Abbruch Spielsaison und eventueller Neubeginn im Herbst



Letztes Jahr wurde ein Drei-Stufen-Plan für die aktuelle Saison 2020/2021 ausgehandelt, bei dem die Monate Februar, März und April wichtige Meilensteine für die Wiederaufnahme waren.

Seit Mitte Februar ist nun bekannt, dass die Spielrunde 2020/2021 für den Aktiven Bereich ohne Wertung abgebrochen wird. Die Begründung ist die Verlängerung des bundesweiten Lockdowns bis Anfang März und die Ungewissheit, ob und wann die Sportstätten wieder öffnen können. Was bedeutet das nun für unsere Sparte? Da die Saison ohne Wertung abgebrochen wird, bleiben die ursprünglichen Ligen wie zu Beginn im letzten Jahr im September erhalten, keine Ab- und Aufsteiger. Es wird geplant, im September 2021 in die neue Runde zu starten, sofern es die Pandemie

auch zulässt. Also lasst uns alle hoffen, dass es klappt.

Wie hat sich Corona auf unsere Sparte ausgewirkt?

Leider müssen wir sagen, dass das Vereinsleben durch das nicht Ausüben des Sports und auch die sozialen Einschränkungen so gut wie zum Erliegen gekommen ist.

Keine Wettkämpfe am Wochenende, keine Trainingseinheiten mehr und auch keine Treffen, Ausflüge oder Wanderungen außerhalb der Kegelbahn. Wer hätte jemals gedacht, dass dies alles den Mitgliedern so fehlen wird. Wenn man sich mal beim Einkaufen trifft oder per Telefon an die Strippe bekommt, weiß man auch kaum was zu erzählen, da für die meisten die Wochentage und Wochenenden sich nicht mehr allzu

stark voneinander unterscheiden. Es ist alles zum Alltag geworden. Klar, wo früher die Wochenenden mit Wettkämpfen verplant waren, hat man nun Zeit für die Familie. Aber fehlt uns da dann nicht die (kleine) Auszeit? Wenn wir ehrlich sind, uns schon. Wir können nur hoffen, und darauf freuen wir uns jetzt schon sehr, uns alle wohlbehalten und gesund wieder auf der Kegelbahn treffen zu können, um zu trainieren und zusammen Wettkämpfe auszutragen.

In diesem jungen Jahr 2021 mussten wir in der Kegelsportabteilung leider auch einen großen Verlust hinnehmen.

Unser Gründungs- und langjähriges (Ehren-)Mitglied Sepp Pöschko ist Mitte Januar von uns gegangen. Er hatte 1962 die Kegelsportabteilung mit aufgebaut, er war ein treuer Kegelkamerad und ehrenamtliches Mitglied.



Die Welt der Zahnheilkunde in einem Team

Keramikkronen auf Implantaten oder Zähnen in nur einer Sitzung, Kinderzahnheilkunde, Behandlung in Narkose, Scans statt Abdrücke und vieles mehr – ganz ohne Angst!

Mehr über die Welt der Zahnheilkunde unter www.froherzahn.de



Sindelfinger Str. 27 + 33 | 71069 Sindelfingen (Maichingen) | Tel. 07031-73 09 94

Kurzes Intermezzo nach den Sommerferien und wie geht es 2021 weiter?

Seit Juli waren wir mit dem Kindersport wieder am Start. Trotz Covid-19-Auflagen konnten wir ein attraktives, wenn auch eingeschränktes Programm anbieten. Denn Sicherheit beim Infektionsschutz geht auch bei uns natürlich vor!

Und dann, nach den Sommerferien, nach nicht mal zwei Monaten Sport, der nächste Lockdown. Ohne Perspektive wie es im Kindersport dieses Jahr noch weitergeht, fürchten wir, unsere Kinder zu verlieren. Die ersten Abmeldungen haben wir letztes Jahr schon erhalten.

Leider verlieren wir durch die ganzen Corona Umstände auch Übungsleiter, da sich z.B. ihr Umfeld verändert. Zwei Turnhallen sind aktuell nicht besetzt – momentan nicht schlimm, da ja kein Kindersport stattfindet – aber was, wenn der Kindersport wieder starten kann? Gerade in diesen Zeiten ist es wichtig und sinnvoll, den Kindern die Möglichkeit zu geben, soziale Kontakte knüpfen zu können und in einer Gruppe von gleichaltrigen Kindern sich mit viel Spaß sportlich zu bewegen.

Denn wie wir überall lesen können oder viele Studien belegen, sind es vor allem die Kinder zwischen 3 und 10 Jahren die unter dem aktuellen Lockdown massiv leiden. Und damit danach der Kindersport wieder stattfinden kann, suchen wir ganz dringend Übungsleiter/-innen für zwei Sporthallen Klostergarten und Königsknoll jeweils für 2 Stunden am Freitag-nachmittag. Denn unser Angebot lebt vom sozialen Engagement von uns allen. Ohne dieses Engagement kann der Kindersport nicht aufrechterhalten werden.

Daher mein Appell an Sie: wenn wir wollen, dass Kinder auch weiterhin einfach in eine Sportstunde gehen können ohne Leistungsdruck, ohne Turnierambitionen, sondern mit viel Spaß an der Bewegung, dann unterstützen Sie uns - die Kindersportabteilung des VfL Sindelfingen.

Weitere Informationen finden Sie auf unserer Homepage unter:

www.kindersport-vfl-sindelfingen.de

Oder unter: 0160 / 2572224



**WIR HABEN
DIE OPTIMALE BRILLE
FÜR DEINEN SPORT!**



OPTIKER MEZGER

SEIT 1973 IN SINDELFINGEN

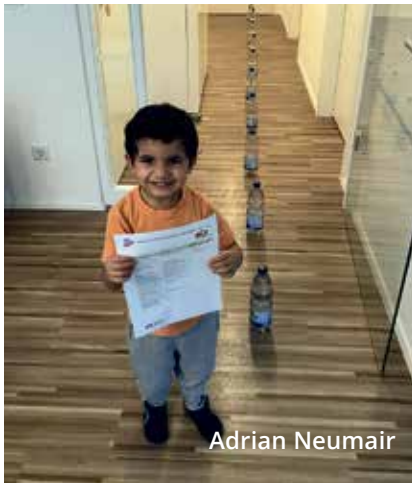
TEL 07031 95810



Uns wird's nicht langweilig!

Themensportwochen in den KiSS-Livekursen

Seit November 2020 gingen die KiSS-Livekurse mit dem erneuten Lockdown in die zweite Runde. Um dem digitalen Kursformat einen sinnhaften Rahmen und noch größeren Bezug zum Sport zu geben, hat sich das Team der Kindersportschule Themen zu aktuellen jahreszeitlichen und sportlichen Geschehnissen überlegt. Ob Herbstwoche, Weihnachtswoche, Olympische Spiele, Ab in die Natur oder Faschingswoche, für die



Adrian Neumair

Kinder war einiges geboten. Seit dem ersten Übungskatalog „KiSS-Sportabzeichen“ hat sich auch bei den Übungen für Zuhause einiges getan und im neuen Jahr gibt es für die Kinder zu Hause jede Woche eine neue Herausforderung zu meistern. Zu jeder Themenwoche wird ein neuer Übungskatalog erstellt und den KiSS-Familien per E-Mail zugesandt. Darin sind nicht nur Sportaufgaben zu erledigen, sondern es gibt auch es etwas zum Malen, Basteln und Knobeln.

Positive Rückmeldungen von den Familien

Die Durchführung von Livekursen ist im Lockdown ein wichtiger Baustein für die Kindersportschule, um weiterhin für die KiSS - Familien da zu sein. Das Wohl der Kinder und auch das der Eltern ist dem KiSS-Team des VfL Sindelfingen wichtig.

Deshalb hat es sich das KiSS Team zur Aufgabe gemacht, die Familien weiter zu unterstützen.

Denn Sport und Bewegung kommen im Lockdown oftmals leider viel zu kurz. Und auch mit Öffnung der Schulen und Kindergärten wird der Sport noch nicht als grundlegend angesehen und somit bleibt der Sport oftmals auf der Strecke. Umso mehr freut es das KiSS-Team viele Kinder wöchentlich in den Live-Kursen anzutreffen, die voller Freude und Elan mitmachen. Das gleiche gilt auch für die wöchentlichen KiSS-Challenges. Die positive Rückmeldung der Familien, sowie die zugesandten Impressionen bestärken das KiSS - Team am Ball zu bleiben und weiter zu machen.

Ein großer Dank geht somit an alle KiSS - Familien, die uns weiterhin unterstützen und uns mit Bildern, Videos und netten Nachrichten weiter motivieren.



KiSS – Sportcamps 2021

Auch im Jahr 2021 bietet die Kindersportschule in den Pfingstferien und Sommerferien Sportcamps an.

Verschiedene Sportarten, kleine Turniere, ein Kinonachmittag und vieles mehr steht auf dem Programm. Das Angebot gilt dabei sowohl für KiSS – Kinder als auch für Nicht – KiSS – Kinder.

Wir behalten selbstverständlich die Entwicklung des Corona - Virus im Blick und werden unser Programm und die Teilnehmerzahl entsprechend (den dann gültigen Regeln) anpassen. Die Gesundheit von Ihnen und Ihren Kindern muss immer an erster Stelle stehen.

Termine:

Pfingstsportcamp 1:	25.05.2021 – 28.05.2021 von 9:00 – 16:00 Uhr
Pfingstsportcamp 2:	31.05.2021 – 04.06.2021 von 9:00 – 16:00 Uhr
Sommersportcamp 1:	02.08.2021 – 06.08.2021 von 9:00 – 16:00 Uhr
Sommersportcamp 2:	09.08.2021 – 13.08.2021 von 9:00 – 16:00 Uhr
Sommersportcamp 3:	30.08.2021 – 03.09.2021 von 9:00 – 16:00 Uhr
Sommersportcamp 4:	06.09.2021 – 10.09.2021 von 9:00 – 16:00 Uhr

(kostenlose Frühbetreuung ab 8:00 Uhr und kostenlose Spätbetreuung bis 16:30 Uhr)

Die Anmeldung erfolgt über folgende Seite:

www.ferien-sifi.de

Wir freuen uns auf Euch!



Anstehende KiSS-Events

Alle Abteilungen des VfL Sindelfingen und auch die Kindersportschule hoffen auf eine baldige Wiederaufnahme in den Regelbetrieb des Sports. Deshalb blickt das Team mit voller Zuversicht in die Zukunft. Wie jedes Jahr sollen auch im Jahr 2021 in den Pfingstferien Feriensportcamps angeboten werden. Dieses Jahr haben wir unser Angebot in den Pfingstferien ausgebaut und werden in den Pfingstferien zwei Feriensportcamps anbieten!

Des Weiteren stehen schon die Termine für die Sommersportcamps fest. In den Sommerferien werden, statt der gewohnten drei Wochen, dieses Jahr vier Feriensportcamps angeboten. Die Sportcamps finden in den ersten und letzten beiden Sommerferienwochen statt.

Die Anmeldung zu den Feriensportcamps erfolgt über die Seite <https://www.ferien-sifi.de/>.

Auf dem Foto bin ich zu sehen.

Da mache ich Balancierungen
auf dem Baumstamm Meiner
Schwester habe ich auch gehalten.



Taliyah und ihre Familie
Sulkovski

Der Tag war heute sehr schön und es hat mir viel Spaß
gemacht an der frischen Luft zu sein!

Was fällt dir als erstes ein, wenn du an die KiSS denkst?

Fina und ihre Familie:
„Die fröhlichen Gesichter der Kleinen, wenn es endlich losgeht“.

Taliyah:
„Der Spielparcours wenn wir Turnen haben“.

Adrian:
„Rückwärtslaufen. Wenn wir an einem Bagger vorbeilaufen, laufe ich auch rückwärts, damit ich den Bagger lange sehen kann“.

Was gefällt dir am besten an der KiSS?

Fina und ihre Familie:
„Am besten gefällt uns an der KiSS, die Leidenschaft mit der jede einzelne Stunde gestaltet wird“.

Taliyah:
„Freunde treffen und gemeinsam turnen“.

Adrian:
„Emil der Bär, ich habe auch einen Teddy“.

Auf was freust du dich am meisten, wenn du wieder in der Sporthalle bist?

Fina und ihre Familie:
„Dass die Kinder endlich wieder mit ihren Turnfreunden sporteln dürfen“.

Taliyah:
„Am Klettertau schaukeln“.

Adrian:
„Ich freue mich darauf, dass ich von Benny mein erstes Sportabzeichen und eine kleine Überraschung bekomme“.

Welches Spiel wünschst du dir, wenn es wieder losgeht?

Fina und ihre Familie:
„Das Fangspiel mit dem Bündel in der Hose. Die Station, bei der die Kinder die große Weichbodenmatte runter rutschen dürfen und das Schaukeln in den Ringen“.

Taliyah:
„Benny soll uns mit den Bällen abschießen“.

Adrian:
„Mit den anderen Kindern durch die Halle rennen und wie eine Giraffe oder andere Tiere laufen. Ich mag auch die Abschlussrakete... stampfen, stampfen uuuuuund tshüss“.

Was war dein schönstes Erlebnis bei der KiSS?

Fina und ihre Familie:
„Ui, das ist schwierig. Jede Stunde ist eigentlich ein schönes Erlebnis für Fina.“

Taliyah:
„Dass ich im Schwimmkurs tauchen gelernt habe“.

Adrian:
„Auf Handtüchern Schlittschuh laufen“.



Fina Blocher



Was möchtest du deinem/r Sportlehrer/in sagen?

Fina und ihre Familie:
„Die KiSS - Stunden fehlen wahnsinnig und Fina kann es kaum erwarten, bis sie zu den Minis aufsteigt und endlich alleine zur KiSS gehen kann. Um es in ihren Worten zu sagen: Mama, ich bin jetzt ein großes Mädchen und dieses Carono ist jetzt vorbei, weil ich Bock habe alleine zu Benny zu gehen“.

Taliyah:
„Ich vermisse die KiSS und die KiSS - Sportlehrer/innen“.

Adrian:
„Ich freue mich auf unsere Koalasportgruppe. Mein kleiner Bruder hat eine Koala Spieluhr“.

Ein Leben für die Leichtathletik

Sindelfingens Lauftrainer Harald Olbrich im Alter von 62 Jahren verstorben

Er war ein Mann mit Ecken und Kanten, aber einer der erfolgreichsten in seinem Metier. Einen Tag nach seinem 62. Geburtstag verstarb völlig überraschend Harald Olbrich. Als Leichtathletiktrainer beim VfL Sindelfingen hatte „Harry“, wie er von allen nur gerufen wurde, zahlreiche Läuferinnen und Läufer in die deutsche Spitze geführt und sich noch drei Tage vorher mit seinem Schützling Paul Specht beim Sportfest Erfurt-Indoor über eine neue 3000-Meter-Bestzeit gefreut.

Als ehemaliger Mittelstreckler zählte Olbrich mit 3:38,71 Minuten über 1500 Meter Mitte der 1980er-Jahre selbst zu den besten Mittelstrecklern Deutschlands. Danach hatte er auch als Coach sein Leben ganz der Leichtathletik verschrieben und war 36 Jah-



re lang beim VfL Sindelfingen und als Landestrainer für den Württembergischen Leichtathletik-Verband (WLV) tätig. „Harald Olbrich hat als ehrenamtlicher Trainer herausragende Arbeit geleistet“, würdigte WLV-Präsident Jürgen Scholz dessen Leistung.

„Ich kann gar nicht in Worte fassen, was Harry Olbrich sportlich, aber auch menschlich für den VfL und die Leichtathletik bedeutet hat“, erklärte Dieter Locher, Technischer Leiter beim VfL Sindelfingen, der seit Jahrzehnten mit Olbrich befreundet war. „Er war nicht nur mein Trainer, sondern ein guter Freund, der mich seit fünf Jahren toll unterstützt hat“, kommentierte der 19-jährige Paul Specht, 2020 Deutscher Jugend-Hallenmeister über 3000 Meter, die traurige Nachricht.



IMPRESSUM

Impressum

VfL-Nachrichten – Offizielle Vereinsmitteilung des Vereins für Leibesübungen Sindelfingen 1862 e.V. – Nr. 1/2021

ANZEIGEN

Nicole Maier, Telefon 0 70 31/862-235, E-Mail: nicole.maier@szbz.de
Anzeigenleitung: Hans-Jörg Zürn
Röhm Verlag & Medien GmbH
Böblinger Straße 76, 71065 Sindelfingen

REDAKTION

VfL-Geschäftsstelle
Rudolf-Harbig-Str. 8, 71063 Sindelfingen, www.vfl-sindelfingen.de
Verantwortlich: Roland Medinger

SATZ UND HERSTELLUNG

Lena Sauter und Röhm Verlag und Medien GmbH & Co. KG,
Böblinger Straße 76, 71065 Sindelfingen

DRUCK

Strube Druck & Medien GmbH, Felsberg

VERTRIEB

Beilage in der Sindelfinger Zeitung / Böblinger Zeitung,
Rest als Direkt- und Postverteilung

ABONNEMENTPREIS

Der Bezugspreis im Postvertrieb ist durch den Mitgliedsbeitrag abgegolten. Einzelpreis Euro 1,- inkl. 7% MwSt. Bei höherer Gewalt besteht kein Anspruch auf Lieferung.

ERSCHEINUNGSWEISE

Die VfL-Nachrichten erscheinen viermal jährlich:
März, Juli, Oktober, Dezember

AUFLAGE

20.000 Exemplare
Gerichtsstand Böblingen
Alle Rechte, auch die des auszugsweisen Nachdrucks, der fotomechanischen Wiedergabe und der Übersetzung nur mit schriftlicher Genehmigung des Verlages. Für unverlangt eingesandte Manuskripte und Fotos wird keine Haftung übernommen. Die Redaktion behält sich das Recht vor, Leserzuschriften zu kürzen. Namentlich gekennzeichnete Beiträge stellen nicht unbedingt die Meinung der Redaktion dar.

SIE LESEN IN DIESER AUSGABE ARTIKEL VON

Aikido – Christina Bartel, Basketball – Bèla Mössinger,
Behinderten- und Rehasport – Roland Lörcher, Boxen – Vadim Buss,
Fußball – Thomas Dietsche, Fußballschule – Andy Rusky,
Handball – Fabian Pirschke, Gewichtheben – Markus Mayer,
Ju-Jitsu – Sonja Olma, Karate – Ralf Neitzel, Kegeln – Elke Vogler,
Kindersport – Iris Oehl, Kindersportschule – Gabriella Fuchs,
Benjamin Wunsch, Leichtathletik – Holger Schmidt,
Radsport – Nadja Erb, Schwimmen – Anja Gemmrich-Jahn, Christian Carli,
Franz Panzer, Lea Ehret, Sportakrobatik – Ulrike Schmitz,
Sport für Alle – Monika Schreiber, Sportwelt – Monika Schreiber,
Andy Hagedorn, Linda Dunkel, Taekwondo – Sophia Lange,
Tanzen – Sylvia Benedix, Tauchen – Elke Richter,
Tennis – Christian Mayer, Tischfußball – Thomas Hettich,
Tischtennis – Bernd Petzsche, Triathlon – Thomas Berger,
Turnen – Michael Stürm, Volleyball – Beatrice Sinopoli, Julia Seizer

Bilder Adobe Stock:
auf den Seiten 6, 8, 9, 10, 11, 16, 21, 24, 25, 35, 36, 37, 39



Silber - Constantin Preis auch ohne Hürden Spitze!

Licht und Schatten lagen eng beieinander für die Sindelfinger Leichtathleten bei der Deutschen Hallenmeisterschaft in Dortmund. Während die Kugelstoßer die erhoffte und eigentlich von den Vorleistungen her auch erwartete Medaille knapp verpassten, wurde Constantin Preis über 400 Meter einigermaßen überraschend deutscher Hallen-Vizemeister.

Dabei ist eigentlich die mit Hürden gespickte Stadionrunde im Freien die Spezialdisziplin des 22-jährigen. 2019 und 2020 glänzte der gebürtige Moldawier als deutscher Meister über 400 Meter Hürden. Jetzt bewies er auch auf den zwei 200-Meter-Hallenrunden ohne Hürden seine Stärke. Frisch aus dem Trainingslager von den Kanarischen Inseln zurück, erzielte er bereits im Vorlauf am Samstagmittag mit 46,81 Sekunden eine überragende persönliche Bestzeit und hielt sogar den deutschen Jahresbesten Marvin Schlegel (LAC Erdgas Chemnitz/46,58 Sekunden), der sich mit 47,20 Sekunden begnügen musste, deutlich in Schach. Sein Ergebnis bedeutete zugleich die Norm für die Hallen-Europameisterschaft vom 4. bis 7. März in Torun/Polen.

Am Tag darauf im Finale unterstrich Constantin Preis seine derzei-

tige Top-Form. Lange an dritter Stelle laufend, setzte er auf der Zielgeraden außen zum Überholvorgang an und passierte den lange führenden Marvin Schlegel, der in 47,15 Sekunden am Ende Dritter wurde. Wer aber gewonnen hatte, war auch den Athleten selbst im Ziel zunächst unklar. Constantin Preis oder der erst als Nachrücker zum Hallen-DM-Aufgebot gestoßene Henrik Krause (LG Olympia Dortmund) ganz auf der Innenbahn? Es war der Lokalmatador, der sich im Fotofinish mit Bestzeit von 47,03 Sekunden knapp vor dem Schwaben Preis (47,05 Sekunden) durchsetzte. Für den Hürdenspezialisten dennoch ein toller Erfolg und als Zugabe sogar noch die Teilnahme am internationalen Höhepunkt der Hallensaison.

Die VfL-Kugelstoßer hingegen kamen in der Dortmunder Helmut-Körnig-Halle bis auf Youngster Eric Maihöfer, der mit persönlicher Bestweite von 18,45 m Achter wurde, nicht richtig in Schwung und konnten im Unterschied zu früheren Titelkämpfen, als sie sich oft von Versuch zu Versuch verbesserten, in den letzten Durchgängen nicht mehr zulegen. Tobias Dahm wuchtete sein Sportgerät gleich zum Einstieg auf 19,36 m, sechs Zentimeter über seiner bisherigen Saisonbestleistung, ließ dann noch einmal 19,34 m folgen. Doch die restlichen

vier Versuche blieben ungültig. Das war unter dem Strich Rang fünf und damit sicher nicht das erhoffte Ergebnis für den Vorjahres-Vizemeister.

Elf Zentimeter fehlen zu Bronze

Simon Bayer, der in diesem Winter mit 20,12 m bereits die begehrte 20-Meter-Marke übertroffen hat, stieg gleich mit einem Fehlversuch ein. Danach gelangen ihm 18,83 m und nach 19,59 m schien der letztjährige deutsche Freiluft-Vizemeister sogar auf Kurs für eine abermalige Medaille. Doch bei den weiteren drei Durchgängen sah der Drehstoßtechniker dann jedesmal die rote Fahne des Kampfrichters.

Auch wenn nur elf Zentimeter zu Bronze fehlten, mehr als der vierte Platz war diesmal nicht drin. Deutscher Hallenmeister wurde unangefochten Favorit David Storl (SC DHfK Leipzig/20,83 m) vor Christian Zimmermann (Kirchheimer SC), der mit 20,09 m einen neuen bayerischen Hallenrekord aufstellte.

Bei den Frauen verließ Lea Riedel vom VfL Sindelfingen mit 16,01 m als Achte den Ring. Im 60-Meter-Hürdenlauf schaffte Vereinskamerad Niklas Rippon mit 9,18 Sekunden (Vorlauf 8,45 Sekunden) im Finale am Samstagabend das gleiche Ergebnis.



UMZÜGE LAGERUNG SERVICES

Telefon: 07031 81 70 8-0
www.derichsweiler.com
info@derichsweiler.com

10 Jahre Sparte Einrad – und niemand kann es feiern

Im April 2010 entschied sich Nadja Erb in Sindelfingen bei der Abteilung Radsport die Sparte Einradfahren aufzumachen. Davor hatten sie und ihre Schwester Yvonne jahrelang diesen Sport in Magstadt betrieben, bis sich ihre Teams dort aufgrund von Studium und Ausbildung auflösten.

Zunächst kam jedoch nur ein Mädchen in die Halle. Nach einer Flyer-Werbeaktion an verschiedenen Sindelfinger Grundschulen im neuen Schuljahr fanden einige mehr den Weg in die Sindelfinger Sporthalle Stadtmitte. Mit etwa 10 Mädchen konnten die Grundlagen für den Mannschaftssport, der in 4er- und 6er-Guppen ausgeübt wird, gelegt werden. Zuerst war Grundlagentraining angesagt: Wie sitze ich auf dem Einrad und wie steige ich

auf? Wie halte ich das Gleichgewicht? In vielen Trainingseinheiten wurde erst das Fahren an der Wand und mit Hilfestellung geübt, mit wachsender Sicherheit auch ohne Wand und bald ohne Hilfestellung durch die Trainerinnen. Schließlich konnte aus den vier sichersten Mädchen das erste Team gebildet und auf Wettkämpfe vorbereitet werden.

Beim Einradsport werden innerhalb von 5 Minuten bis zu 25 unterschiedliche Figuren gezeigt, bei deren Ausführung es auf Synchronität, Harmonie und eine gute Haltung ankommt. Je schwieriger diese Figuren bewertet sind, desto höher ist die Ausgangspunktzahl, von der eine Jury während des Wettkampfes etwaige Fehler, wie z.B. Stürze, Unsicherheiten und ungleiche Ausführung abzieht.

Bei der ersten Teilnahme an einer

Kreismeisterschaft im Jahr 2011 erreichte der VfL Sindelfingen im 4er Einrad der Schülerinnen den zweiten von drei Plätzen. Schon 2012 trat der VfL Sindelfingen mit drei Teams im 4er Einradfahren der Schülerinnen an, sowie einem 6er Team. In den folgenden Jahren etablierte sich der neue Einradsport-Verein auf der Kreis- und Bezirksebene. So wurde seit 2012 jedes Jahr der Kreismeistertitel und bis auf eine Ausnahme in 2013 der Bezirksmeistertitel in der Altersklasse der Schülerinnen, bzw. ab 2015 bei den 4er Einrad Juniorinnen gewonnen. Auch die Qualifikation zur Württembergischen (Schüler) bzw.





Baden-Württembergischen (Junioren und Elite) Meisterschaft wurde seit 2012 jedes Jahr mit mindestens einem Team erreicht.

Im Jahr 2014 wurde zahlentechnisch der Höchststand erreicht: Es kamen regelmäßig bis zu 30 Kinder und Jugendliche in die Sporthalle, was in einem Hallendrittel zeitweise schwierig zu händeln war, da der Platz fehlte, um den Teams ein gutes Mannschaftstraining zu gewährleisten. In diesem Jahr nahmen insgesamt 16 Sportlerinnen an Wettkämpfen teil. Der VfL Sindelfingen stellte allein drei Teams bei den 4er Einrad Schülerinnen und zwei in der 6er-Disziplin. Hinzu kam auch eine gemischte 4er-Mannschaft in der Elite. Ab 2015 wurden es zwar weniger Teams, jedoch stiegen die Leistungen der Sportle-

rinnen merklich.

2016, 2017 und 2019 konnten sich jeweils ein bis zwei 4er Teams für den Junior-Mannschaftscup, dem Halbfinalwettkampf zur Deutschen Meisterschaft qualifizieren und erhielten in letzterem Jahr dort mit dem 11. Platz sogar ein Ticket für die DM. Der auf der Junioren-DM erreichte phänomenale 10. Platz, sowie der vierte Platz der 4er Frauen auf der Baden-Württembergischen Meisterschaft machten 2019 zu dem sportlich bisher erfolgreichsten Jahr für die Sindelfinger Einradfahrerinnen. Für 2020 lautete der Plan, die DM-Teilnahme bei den Juniorinnen zu wiederholen und bei den Frauen die nächste Stufe, den Bundeseinradpokal (Halbfinale zur DM) zu erreichen. Doch daraus wurde nichts, da die Saison nach den landesweiten Wettkämpfen bei den Junioren und der Elite schließlich abgesagt wurde.

Auch ein neues Schülerinnen-Team konnte 2020 nur einen einzigen Wettkampf bestreiten.

Da im letzten Jahr insgesamt nur wenige Wochen Training möglich waren, ist es noch ungewiss, ob dieses Jahr die 4er Schülerinnen und die 4er Frauen überhaupt an Wettkämpfen teilnehmen werden. Auch in der Sparte Einradfahren hat Corona seine Spuren hinterlassen: Die erfolgreiche Juniorinnen-Mannschaft hat sich aufgelöst. Dadurch sind im Augenblick insgesamt elf Sportlerinnen und Sportler mehr oder weniger aktiv.

Jeden Dienstag um 18 Uhr findet weiterhin Online-Training statt, bei dem Dehnung und Kräftigung im Mittelpunkt stehen. Wer Interesse am Einradfahren hat, darf sich gerne auch in der aktuellen Zeit bei uns melden und im Online-Training mittrainieren, bis es wieder auf das Einrad geht. Doch auch außerhalb der Halle soll der Spaß nicht zu kurz kommen. So waren wir mit den Radballern auch schon gemeinsam Klettern, im Fildorado und grillen. Wir hoffen, dass wir auch dieses Jahr noch etwas zusammen unternehmen und unser 10-jähriges Einradjubiläum nachfeiern können.





Splashdiver und Wasserspringer weiter ohne Training

Das Jahr 2021 startet für uns genauso wie das Jahr 2020 geendet hat: ohne Training.

Nichtsdestotrotz versuchen unsere Mitglieder sich fit zu halten mit Workout zu Hause oder auf dem Trampolin, so dass sie die Sprünge nicht verlieren. Auf größere Veranstaltungen oder Wettkämpfe werden wir wohl auch dieses Jahr verzichten müssen.

Auf jeden Fall werden wir, sobald wir wieder trainieren können, einen internen Wettkampf veranstalten. Dies kam bei unseren Mitgliedern letztes Jahr super an.

Wenn es die Corona Situation doch zu lassen sollte und zum Ende der Freibadsaison mehr erlaubt ist, planen wir einen Splashdiving Cup.

Gerne kann man uns auf YouTube abonnieren, um uns zu unterstützen.

Wasserspringer halten durch

Durch die Corona bedingten Ausfälle bei Wettkämpfen und beim Training im Sindelfinger Badezentrum, ist

es leider sehr ruhig um die Springer geworden. In der kurzen Zeit, als das Badezentrum für drei oder vier Wochen für das Training zur Verfügung stand, konnte fleißig trainiert werden - leider war das Vergnügen nur kurz. Seit dieser Zeit können unsere Athleten nicht trainieren. Im Moment sind wir 6 bis 7 Springer, die regelmäßig am Training teilgenommen haben. Außerdem gibt es Anfragen von drei Sportlern, die gerne einmal zum Schnuppern kommen möchten. Unsere große Hoffnung ist, dass die verbliebenen Springer nach der Coronakrise weiterhin am Trainingsbetrieb teilnehmen.





Die gute Seele der Schwimmsport- abteilung - Renate Ulrich

Renate Ulrich, 69 Jahre alt, leitet seit vielen Jahren die Geschäftsstelle der Schwimmabteilung und hat dabei so einiges erlebt.

Liebe Renate, wie bist du zur Schwimmabteilung des Vereins und später zu deinem Job in der Geschäftsstelle gekommen?

Durch meine Kinder, die damals selbst beim VfL geschwommen sind und meine damalige Mitgliedschaft in der Seniorengruppe (heutigen Masters) - bin ich seit 1984 Mitglied beim VfL Sindelfingen.

Als vor vielen Jahren die Geschäftsstelle der Schwimmabteilung im Klostergartenbad aufgebaut wurde, wurde ich gefragt, ob ich mir vorstellen könnte, die administrativen Aufgaben zu übernehmen, die in einer so großen Abteilung anfallen. Sehr gerne willigte ich ein. Seitdem bin ich für die Mitgliederverwaltung, die Buchhaltung und die administrative Verwaltung der Schwimmschule verantwortlich. [Anmerkung: mit knapp 1600 Mitgliedern ist die Schwimmabteilung, die größte Abteilung des VfL]

Seit einem Jahr sind wir mit Corona konfrontiert. Was ist seither anders?

Mit der Corona-Pandemie hat sich meine Arbeit verändert. Es ist deutlich ruhiger geworden in der Geschäftsstelle - die komplette Schwimmschule ist weggebrochen, sowie die Betreuung großer Teile der Leistungsgruppen und anderen Abteilungsgruppen. Die Aufnahme neuer Mitglieder ist gerade auf Eis gelegt, was mir etwas Arbeit nimmt und mir so die Möglichkeit gibt, die übrig gebliebenen Dinge von zu Hause aus zu erledigen.

Was waren für dich bisher die schönsten Momente im VfL?

Rückblickend haben sich über die vielen Jahre zwei Erlebnisse bei mir eingeprägt: die Europameisterschaft der Masters im Jahr 1993 und eines meiner persönlichen Highlights, die Deutsche Schwimmwoche 1987. Es dauerte ein ganzes Jahr um diesen Wettkampf vorzubereiten und zu organisieren. Meine damalige Aufgabe war es u.a., alle benötigten Urkunden per Schreibmaschine anzufertigen. Das war viel Arbeit, aber so etwas bleibt einfach in Erinnerung, vor allem, weil diese Woche sehr viel Spaß gemacht hat.

Neben all der Organisation und Arbeit für die Schwimmabteilung, was machst du gerne in deiner Freizeit?

Meine Freizeit verbringe ich gerne mit meinen Enkeln oder mit Sport, beispielsweise mit Tennis oder Fahrrad fahren.

Was wünschst Du dir für die Zukunft?

Für die Zukunft wünsche ich mir besonders, dass wir irgendwann wieder zur Normalität zurückkehren können. Außerdem wünsche ich mir einen Nachfolger, der meine Arbeit mit genauso viel Herzblut fortsetzt und dass zwischen unserer Abteilungsleitung und unseren Trainern dauerhaft Harmonie herrscht.

Das Gespräch führte Lea Ehret.



Wir machen Sterne fit.

Ihr Servicepartner in Sindelfingen.

Mercedes-Benz

**Auto-Dienst Pflieger
GmbH & Co. KG**

Autorisierter Mercedes-Benz Service und Vermittlung
Neckarstraße 32 · 71065 Sindelfingen · Telefon (0 70 31) 7 93 82-0
info@pflieger.mercedes-benz.de · www.pflieger.mercedes-benz.de

Auto-Dienst Pflieger
GmbH & Co. KG



Für den Freizeitsport ist alles vorbereitet

Seit vielen Jahrzehnten gibt es schon den Freizeit- und Gesundheitssport im VfL Sindelfingen. Der aktuelle Lockdown hat aber auch hier das Zusammenkommen stark eingeschränkt.

Gerade im Alter um die 50+ ist die regelmäßige Bewegung und insbesondere eine Ausgleichsgymnastik besonders wichtig. Freizeitsport dient, wie wir wissen, der allgemeinen sportlichen Aktivität, die hauptsächlich der körperlichen Fitness, dem Ausgleich von Bewegungsmangel sowie dem Spaß am Sport dient.

Das Angebot beim VfL Sindelfingen ist vielseitig und reicht vom Präventionsgymnastik Mix über das Sport-

abzeichen bis hin zur Männerfitness. Der Vorteil der Angebote liegt darin, dass sie direkt in den Sindelfinger Stadtteilen stattfinden. Die meisten Teilnehmer müssen somit kein Auto benutzen und können die Sportstätte leicht zu Fuß erreichen. Die Sportstätten erstrecken sich weit über die Sindelfinger Stadtteile wie z.B. am Goldberg, im Königsknoll oder in der Sommerhofen Turnhalle. Die Kurse können von allen Sporteinsteigern aber auch von sportbegeisterten, fitteren Sportlern besucht werden, die einfach Spaß an Spiel und Sport haben.

Nicht alle Menschen konnten sich während der Pandemie sportlich betätigen. Manche benötigen die

Anleitung und Unterstützung eines Übungsleiters. Sobald es die behördlichen Vorgaben zulassen, werden alle Kurse wieder angeboten. Die Kursleiter werden wieder langsam und dosiert mit einem sanften Training starten. Ein optimaler Zeitpunkt mit dem Sport zu beginnen oder wieder einzusteigen.

Das gesamte Programm mit Uhrzeiten etc. zum Freizeitsport kann unter www.vfl-sindelfingen.de (Sportwelt / Freizeit- und Breitensport / Unsere Angebote) eingesehen werden.

Die Anmeldung erfolgt telefonisch unter 07031/7065-17 oder direkt vor Ort bei der Kursleitung in der entsprechenden Sportstätte.



SPORTAKROBATIK

„Wir vermissen das Training in der Halle“

Seit vergangenem November sind die Turnhallen nun schon geschlossen und wir trainieren wieder zu Hause alleine und online. Durch die gesammelten Erfahrungen im Frühjahr verlief der Wechsel von Präsenz-Training zum Online-Training ohne weitere Probleme. Alle sind dankbar, dass es diese Möglichkeit gibt, denn so kann man sich wenigstens virtuell begegnen.

Doch wöchentlich berichten uns die Kinder und Jugendlichen von ihrem Wunsch wieder in der Turnhalle trainieren zu können. Diese Stimmen werden immer trauriger. Auf Dauer ist das virtuelle Training keine Lösung.

Die Sportakrobatik ist ein Partnersport und somit auch ein Kontaktsport. Fehler können von den Trainern nicht korrigiert werden. Die meisten Elemente kann man nur in einer Einheit erlernen. Sprünge wie Salto, Flickflack... erlernen unsere Sportler auf der Sprungbahn oder an

der Longe. Wir hoffen sehr, dass es auch für uns bald eine Perspektive gibt, wieder in der Turnhalle trainieren zu dürfen.

Niloufar: Ich vermisse das Training, weil ich lieber mit meiner Partnerin üben möchte. Ich vermisse die Trainer. Und die Halle ist so groß, da kann ich einfach mehr machen als in meinem kleinen Zimmer.

Flora: Ich vermisse das Training mit meinen beiden Partnerinnen. Außerdem möchte ich meine Freunde aus dem Verein wiedersehen.

Mia D: Ich vermisse das gemeinsame Training, weil zusammen macht es viel mehr Spaß. Ich wünsche mir so sehr mal wieder auf einen Wettkampf zu gehen. Es soll einfach wieder so werden wie es früher war.

Lamia: Ich mag lieber in der Turnhalle trainieren, da kann ich meine Partnerinnen treffen. Die Trainer

können mich gleich korrigieren und ich möchte gerne den Flick-Flack weiter üben.

Charlotte: Ich vermisse meine Partnerinnen.

Kimberly: Ich möchte meine Partnerinnen wiedersehen, allein macht das Training einfach nicht so viel Spaß wie gemeinsam in der Halle. Ich freue mich schon darauf wieder in der großen Halle zu sein.

Mia J.: Zuhause habe ich einfach nicht so viel Platz wie in der Turnhalle. Außerdem könnte mich die Trainerin direkt korrigieren. Ich möchte so gern wieder gestreckte Saltos von meiner Partnerin springen. Das geht zu Hause alles nicht. In der Turnhalle können wir alle zusammen trainieren das macht mehr Spaß.

Diana: Zusammen zu trainieren ist viel besser als alleine zu Hause. Mit meiner Partnerin lerne ich viel mehr.



Emilie: Manchmal haben wir mit unserem Laptop Probleme, dann muss ich mich immer wieder neu einwählen. In der Turnhalle lerne ich einfach viel mehr. Ich würde mich so sehr freuen, wenn wir endlich wieder in die Halle dürfen.

Maram: Ich vermisse es mit meiner Partnerin Mia zu trainieren. Denn nur so werden wir besser. Jetzt ist es unmöglich sich zu verbessern.

Mina: Zu Hause habe ich keine Hilfestellung von unseren Trainerinnen. In der Turnhalle haben wir viel mehr Platz. Zuhause muss ich in einem kleinen Zimmer trainieren.

Leonie: Ich möchte auch wieder in die Turnhalle. Ich war ja noch neu in der Sportakrobatik. Jetzt kann mich keiner korrigieren. Außerdem macht es mit allen Kindern zusammen mehr Spaß. Das Online-Training ist für mich nicht so schön.

Kate: Ich vermisse das Wiedersehen mit den Trainerinnen und den anderen Akrobaten. Außerdem vermisse ich das Partnertraining sehr. Manchmal brauche ich Hilfestellung, die ich online nicht bekommen kann.

Das ist schade und schwer, denn so besteht die Gefahr, dass ich mir manches falsch beibringe.

Lilia: Ich möchte wieder gemeinsam mit meinen Freunden Sport machen.

Irena: Ich kann die anderen Kinder im Zoom nicht sehen und ich kann mich online nur schlecht konzentrieren.

Adu: In der Turnhalle hat man mehr Platz. Mir fehlen die Trainer, die mir helfen könnten. Auch die anderen Kinder vermisse ich. Gemeinsam macht es einfach mehr Spaß.

Mia Sch.: Ich möchte wieder in der Turnhalle sein, weil da macht es mehr Spaß. Zu Hause bin ich alleine.

Alisa: In der Halle kann man einfach besser trainieren. Zuhause habe ich nicht so viel Platz. Mit den anderen Kindern macht es mehr Spaß.

Celina: Das Training ist ein guter Ausgleich zur Schule. Ich bleibe so fit. Es ist schön andere Leute zu sehen und meine Partnerin.

Louisa K.: In der Turnhalle kann man mir alles besser erklären und ich bekomme Hilfestellung.

Felicia/Chiara: Zusammen macht es einfach viel mehr Spaß und manche Sachen können wir zu Hause einfach nicht machen.

Jule May: Ich vermisse meine Partnerin Fanny.

Zoe: Ich habe gerade erst angefangen. Nun kann ich nicht richtig üben. Das macht mich traurig.

Elena: Mir fehlt das Miteinander und der Austausch in der Gruppe. Mir fehlen die Hilfestellungen und Korrekturen von den Trainerinnen. Zu Hause hat man keine optimale Trainings-Ausstattung.

Fabienne: Ich finde es toll, dass wir so gut es geht online trainieren. Aber natürlich ist es in der Halle besser. Zu Hause können wir nur Einzelelemente und wenige Paarelemente machen. Sprünge und Tempoelemente gehen nicht. Es fehlen die Möglichkeiten Elemente zu sichern und die direkte Kommunikation mit Trainern ist online auch eingeschränkt.

Im bestehenden Gebäude und doch komplett neu: der „Faszienraum“

Bisher war der Raum direkt nach dem Betreten der Sportwelt „links“ für die meisten Sportwelt-Mitglieder uninteressant, da er den AOK-Versicherten vorbehalten war. Wo früher die AOK-Versicherten ihrem verordneten Training nachgingen, haben die Sportwelt-Mitglieder nun auf 100 qm nicht nur mehr Platz, sondern auch deutlich mehr Möglichkeiten für die Verbesserung ihrer Mobilität und ihrer Stabilität.

Entspannung tritt eigentlich direkt beim Betreten des neu geschaffenen „Faszienraums“ ein: durch den Anblick des Waldes mit der durchscheinenden Sonne und dem davor verlaufenden Bach fühlt man sich direkt entschlent. Kernstück ist der vergrößerte Bereich für das five-Konzept. Ganz neu dabei: die Triggerwand und der Faszienstimulator. An beiden Geräten lassen sich Muskeln massieren oder Schmerzpunkte be-

arbeiten. Beides natürlich nur nach vorheriger Einweisung durch unsere geschulten Trainer. Zudem haben wir die Gerätepalette erweitert und die beliebten Geräte ein zweites Mal angeschafft. Das Ausziehen der Schuhe für die barfüßigen Übungen an den five-Geräten geschieht auf einer Sitzbank mit integriertem Schuhregal.

Der Faszienraum beinhaltet aber auch den Bereich für verschiedenste Übungen auf Matten, mit der Black-Roll, an einer Sprossenwand oder mit Schlingentrainern. Passend zum gesamten Raum sind auch bei den Schlingentrainern die Griffe aus Holz. Wie auf der gesamten Trainingsfläche lassen auch hier die bodentiefen Fenster viel Licht in diesen freundlich gestalteten Raum.

Wir sind von der Firma „five“ bereits seit 2017 mit dem Zertifikat „Herausragende Umsetzung des five-Konzepts“ ausgezeichnet und haben trotzdem mit diesem neu gestalteten Bereich nochmal eine Verbesserung unseres Angebots erzielt.



Runderneuerte Trainingsfläche mit dem „Biocircuit“

Wer die Sportwelt nach Wiedereröffnung betritt, wird die bisherige Trainingsfläche mit ca. 400 qm nicht wiedererkennen: der alte, gelbe Turnhallenboden wurde durch einen modernen Vinylboden in einem edlen, dezenten Grau ersetzt.

Alle Kraftgeräte wurden neu gestellt und nicht zu übersehen im Zentrum unser neues Highlight: der Biocircuit von Technogym – ein vollautomatischer Trainingszirkel der neuesten Generation, welcher ein zeitsparendes Training ermöglicht und dabei noch die individuellen Voraussetzungen beachtet.

Bereits bei der Trainerschulung wurde uns selbst nochmal klar: wir haben nun mit dem Biocircuit die Möglichkeit, unterschiedlichste Kunden (vom Rehasportler bis hin zum Leistungssportler) in einem Trainingssystem trainieren zu

lassen und können dabei trotzdem noch auf individuelle Voraussetzungen und Probleme eingehen. Zudem ist die Floskel „keine Zeit“ ab sofort definitiv keine Ausrede mehr: In einer kurzen Zeit wird ein umfassendes, schnelles und sicheres Trainingserlebnis geboten. Für zwei Durchgänge aller 12 Geräte benötigt man ca. 30 Minuten.

Die anderen Kraftgeräte wurden in 4er-Gruppen um den Zirkel positioniert und neu nummeriert – nach einer kurzen Eingewöhnung dürften aber alle unsere Kunden aufgrund des logischen Aufbaus schnell wieder ihre bekannten Geräte finden. Alle Ausdauergeräte schauen nun durch unsere große Fensterfront ins Freie nach Süden.

Einzig die beliebten Kinesis-Geräte haben ihren Platz behalten und dürften von allen Mitgliedern direkt wiedergefunden werden.



Trainingsfläche im Anbau - alles, was das Fitnessherz begehrt

Im Anbau wurde die Trainingsfläche um 300 qm vergrößert und hier wurde vor allem einem Bereich mehr Platz geschaffen: dem Freihantelbereich. Nun da dieser Raum endlich fertig ist und alle Geräte an ihrem Platz stehen, können wir nur sagen: Wir sind selbst begeistert vom Ergebnis und freuen uns riesig darauf, unseren Kunden diesen Bereich präsentieren zu können!

Neue Kniebeugenständer, eine weitere Bankdrück-Bank, eine Schrägbank inklusive Langhantelablage, eine 45°-Beinpresse, eine Wadenmaschine, viele Zugstationen und neueste Ausdauergeräte: Krafttrainings- und Ausdauerbegeisterte, aber auch Rehasportler werden mit Freude diesen hellen und großzügigen Bereich mit seinen vielfältigen Möglichkeiten nutzen. Mehr Platz und Vielfalt fürs Training!

All das, wie in der bestehenden Sportwelt bereits gewohnt mit viel Licht durch bodentiefe Fenster und einer innovativen Klimaanlage, die im Bestandsgebäude im Sommer 2020 nachgerüstet wurde. In dieser Klima-

anlage ist ein sogenannter „Viren-Doc“ integriert – ein Filter, der nachweislich auch Corona-Viren aus der Luft filtert. Durch viele Kippfenster steht aber auch dem Stoßlüften nichts im Weg. Im gesamten Bereich ist ein hochwertiger Sportboden vorzufin-

den, der gemeinsam mit der Fußbodenheizung ein angenehmes Raumklima erzeugt.

Kurzum: Hier findet man Fitnesstraining auf dem aktuellsten Stand der Wissenschaft in einem modernen und hochwertigen Ambiente!



Kettlebells für ein dosiertes Krafttraining. Sie sind bestens geeignet für die ganzkörperliche Steigerung von Muskelkraft und Koordination.



Bulgarian Bags für die Beinmuskulatur und für die rumpfstabilisierende Muskulatur.



Die neuen Geräte warten auf euch!

Die neue Bridge ist bestens geeignet für die Group Fitness und ermöglicht ein vielseitiges Training. Z.B. ein Schlingentraining. Dipstation inclusive. Eine Rope Station und das Revvill Pro dienen der Kräftigung von Rumpf- Schulter- und Armmuskulatur.



Togu Jumper für die Balance - geeignet für alle Kurslevels.



Plyo Boxen für intensive Sprungbestleistungen. Hält die ideale Höhe für jeden bereit.



Jumping Trampoline für die Verbesserung der Kondition und Koordination. Künftig werden auch Einsteiger Kurse angeboten.



Die Auswahl an Gewichtsscheiben für das Move'n Press Training wurde erweitert, somit kann auch in der neuen Halle ein Training stattfinden.



Die moderne Sprossenwand kann sehr vielseitig eingesetzt werden. Kraft- und Stretchingübungen sind gut durchführbar.



Besondere Ereignisse feierte die Rehawelt im März 2021

Mit sportlichem Schwung ins neue Jahr

Die Rehawelt blickt mit viel Verständnis, Geduld und auch Hoffnung in das neue Jahr. Insgesamt bietet die Rehawelt für über 700 Teilnehmer Rehasport an. So finden Teilnehmer und Interessenten Angebote zu unterschiedlichen Krankheitsbildern aus den Bereichen Orthopädie, Innere Medizin, Neurologie und Onkologie. Am 15. März 2021 öffnete die Rehawelt erneut ihre Türen und hat nach vielen Wochen den Rehasport wieder aufgenommen. Die Rehawelt wünscht allen Kursleitern und Teilnehmern einen ganz besonders fröhlichen und bewegungsreichen Start und bedankt sich herzlich für das Verständnis und die Treue!

Margot Bauer

Nach über 50 Jahren blickt der VfL Sindelfingen auf zahlreiche gemeinsame Sportstunden mit Margot Bauer zurück. Im Dezember 2020 hielt Margot Bauer ihre letzte Rehasportstunde und wurde anschließend ehrenwürdig verabschiedet. Wir bedanken uns von ganzem Herzen für all' die Jahre mit ihr – ihr Dasein und Vertrauen, ihre Unterstützung und ihr Engagement, ihre Zuverlässigkeit und fröhliche Art. Ein herzliches Dankeschön für alles!

Wie bist Du zum VfL und zum Rehasport gekommen?

Durch die Behandlung einer Patientin im KKH Böblingen bin ich



auf den Rehasport aufmerksam geworden und fand durch sie den Weg zum VfL Sindelfingen. Im Januar 1968 begann ich als Kursleitung beim VfL Sindelfingen „Sport für Jedermann“ und machte ab Januar 2000 den Rehasport nach Krebs publik. Zusätzlich leitete ich die Sportstunden Osteoporose und Gefäßsport.

Was hat Dir in all' Deinen VfL-Jahren besonders viel Freude bereitet?

In meinen Kursen wurde, neben der Bewegung, sehr viel gelacht. Humor ist die beste Medizin im Sport, da alle sehr glücklich und entspannt nach jeder Stunde nach Hause gehen.

Was ist Dein Lebensmotto?

Nicht alles so ernst nehmen und positiv sein!

40 Jahre HERZSPORT

An ein ganz besonderes Ereignis erinnerte sich der VfL Sindelfingen im März. Die Rehawelt gratulierte zum 40-jährigen Jubiläum dem Bereich Herzsport. Der betreuende Arzt, Dr. Konrad Hein, und Kursleiter Robert Manz sind die Männer der ersten Übungsstunde am 9. März 1981. Auch heute, nach 40 Jahren, sind sie treue Seelen für vielfältige, bewegungsreiche und unterhaltsame Rehasportstunden. Mit Unterstützung von weiteren Ärzten und Kursleitern macht die Rehawelt für über 100 Teilnehmern den Herzsport möglich. Ein herzliches Dankeschön an alle Ärzte und Kursleiter für diese besondere Treue und Unterstützung, die herzliche Betreuung und das vielfältige Engagement – vielen Dank für das Dasein!

WIR SUCHEN FÜR:

Kfz-Ingenieur, helle 3-Zi.-Whg. in S-Bahn-Orten **bis 380.000 €**
Rentnerpaar, 3- bis 4-Zi.-Whg. mit Aufzug und Balkon **bis 580.000 €**
Grundschullehrerin & Manager, 4- bis 5-Zi.-Whg. **bis 670.000 €**
Unternehmer mit Familie, freistehendes EFH **bis 1.200.000 €**
Große Familie mit mehreren Generationen, großes Grundstück mit viel Platz für den Bau von mehreren Familienhäusern

Weitere zahlungskräftige Käufer finden Sie unter:
www.baerbel-bahr.de/kaeufer-finden



Gutschein
für eine **professionelle Marktwertermittlung** Ihrer Immobilie oder Ihres Grundstücks.
Unsere **Markt-Kenner-Garantie**
✓ regional
✓ kompetent
✓ persönlich

*Gilt nur für die Metropolregion Stuttgart/Böblingen. Einfach anrufen, mailen (immobilien@baerbel-bahr.de) oder den Abschnitt bei uns vorbeibringen.



Tel.: 07031 4918-500 | baerbel-bahr.de



Auch ein Online Training erfordert Disziplin

Das Trainings- und Hygiene-Konzept hatte in der Abteilung Taekwondo im Sommer und Herbst 2020 sehr gut funktioniert. Selbst die kleine Bambini-Gruppe hatte sich schnell auf die Reihenfolge und Einhaltung der Maßnahmen eingespielt.

Ein Training in der Halle vor Ort und ein gemeinsamer Austausch

konnten hierdurch wieder stattfinden. Aufgrund des 2. Lockdowns musste die Abteilung Taekwondo seit November 2020 wieder auf das Online Training umsteigen. Leider fehlt hierbei der direkte Kontakt zwischen Schüler und Trainer, der normalerweise unabdingbar für ein gutes und förderndes Training ist. Durch das Online Training ist zumindest ein persönlicher Austausch und

eine Verbesserung der durchgeführten Übungen der Schüler über den Bildschirm möglich. Dazu wird ein PC oder Handy benötigt, eine Internet Verbindung und ein wenig Platz, um die Übungen auszuführen. Das Training findet für den Trainer, wie auch für die Schüler in gewohnter Trainingskleidung, dem Dobok, statt.

Die Schüler können sich bereits vor dem Training zu dem jeweiligen Kurs auf dem Bildschirm anmelden, um sich gegenseitig und mit dem Trainer auszutauschen. Gerade von den Kindern wird dieser Austausch rege genutzt und es ist bemerkbar, wie sehr das gemeinsame Training und das „sich Sehen“ vermisst wird.

Das Online Training wird gemeinsam und im Austausch mit der Sportschule Park, dem Großmeister Park, seiner Tochter und Großmeisterin Sun-Jeong Park und der Großmeisterin Sophia Lange aus dem VfL Sindelfingen durchgeführt. Hierbei werden alle Schüler gemeinsam trainiert. Mal von dem einen Trainer, mal von der anderen Trainerin, so dass die Schüler unterschiedliche Trainingsstile und Trainingsmethoden erfahren und lernen können. Die Gruppeneinteilung ist hier in Kinder und Erwachsene, als auch in Wettkampf- und Formentraining aufgeteilt. Hiermit kann man jedem gerecht werden und mit dem Angebot von Montag bis Freitag kann auch flexibel der passende Tag ausgewählt werden.

Der Trainingsaufbau, der Austausch und die Hilfestellung für die Schüler sind anders und erfordern noch mehr Aufmerksamkeit und Vorbereitung. Die Übungen werden spielerisch als auch anstrengend gemischt aufgebaut und auch immer wieder etwas Neues ausprobiert, um den Spaß und die Motivation für jeden Einzelnen vor der Kamera aufrechtzuerhalten.

In dieser Zeit ist die eigene Disziplin jedes Einzelnen und auch die Unterstützung der Eltern maßgebend, um den Sport, die Leistung und die Gemeinschaft als Gruppe aufrecht-



Tia Nazir (li.) mit Trainerin Sophia Lange





zuerhalten. Den Sport alleine weiter zu machen oder sich am Online Kurs anzumelden und alles genau mitzumachen, erfordert für den einen weniger, für den anderen mehr Disziplin. Sich nicht ablenken zu lassen und die Übungen durchzuziehen, auch wenn der Trainer vor der Kamera und nicht neben einem steht, erfordert ebenfalls Willenskraft und Konzentration. Dies sind Eigenschaften, die der Sport Taekwondo fördert und jetzt noch mehr denn je benötigt.

Es ist schön zu sehen, wie Eltern mit ihren Kindern die Zeit nutzen und gemeinsam vor der Kamera trainieren. Es ist toll, wenn ein Freund dazu kommt und man dadurch etwas gemeinsam ausprobiert und als Abwechslung unternimmt. Auch der Austausch zwischen Trainer und Schüler ist wichtig und es ist erfreulich zu sehen, wie die Schüler vor der Kamera Fortschritte machen.

Um ein Training vor der Kamera zu ermöglichen und die Corona Vorschriften einhalten zu können, waren feste Trainingshelfer abwechselnd vor Ort. Hierzu vielen Dank an Großmeister Soo-Nam Park, Großmeisterinnen Sun-Jeong Park und Sophia Lange. Ein großes Danke auch an die Geschwister Pietro-Jun, Matteo-Won und Marco-Nam und Nina Bisercic und Jacob Blasco von der Sportschule Park, sowie Aleksej König, Florian Guß und Tessa und Tia Nazir vom VfL Sindelfingen, welche die Übungen mit vorgemacht haben.

Zukünftig möchten wir natürlich, sobald es wieder möglich ist, in der Halle vor Ort gemeinsam trainieren. Bis dahin wünschen euch, die Trainer, noch etwas Übung in Geduld und Disziplin im Online oder eigenen Training an der frischen Luft. Wir Trainer stehen euch vor der Kamera, als auch in direktem Kontakt, mit Hilfestellung jederzeit zur Verfügung.

Florian Guß beim Vorzeigen der Übungen, die digital zu Hause trainiert werden

BESTATTUNG

- Hilfe und Rat
- Organisation der Beerdigung
- Überführungen In- und Ausland
- Erledigung der Formalitäten
- Särge und Urnen
- Trauerdrucksachen

HAUS DES ABSCHIEDS

- Klimatisierte Abschiedsräume jederzeit für Sie zugänglich
- Räumlichkeiten für Trauerfeier und Nachfeier

VORSORGE TREFFEN

- für die Bestattungsart
- für die Trauerfeier
- für das Grab
- für die Finanzierung



**Bestattungsunternehmen
Göpper + Maurer**

Vorsorge treffen

Haus des Abschieds



Burghaldenstraße 52
71065 Sindelfingen
Tel. 0 70 31 - 79 74-0
www.goeppler-maurer.de

Brunnenstrasse 4
71069 Maichingen
Tel. 0 70 31 - 79 74-0
Fax 0 70 31 - 79 74-99



Ein besonderes Geschenk zum Jubiläum

Der Tanzsportclub bekommt zu seinem 50-jährigen Bestehen ein Geschenk der besonderen Art, denn er „schenkt“ sich einen neuen wunderbaren Tanzsaal, der wie man jetzt deutlich erkennen kann, seine Form und Gestalt bereits angenommen hat.

Wie schon berichtet, wurde im Juli 2020 mit der Baumaßnahme „Ersatzneubau eines Tanzsaales“ in Eigenregie begonnen. Endlich konnte im Februar 2021 der Rohbau bestehend aus einer Holz-Rahmen-Konstruktion mit sehr schönen Brettschichtholzbindern und mit Holzfaserplatten belegten Dach, errichtet werden. Die für unsere Begriffe schöne und auch nachhaltige Konstruktion ergänzt den bestehenden Tanzsaal. Verbunden werden beide Säle durch eine große Öffnung, die durch eine Falttrennwand zur unterschiedlichen Nutzung der Räume geschlossen werden kann.

Der erste Meilenstein ist gesetzt, jetzt folgen die weiteren, der Einbau der Fenster, der Innenausbau und die Zusammenführung der Gebäude sowie die Gestaltung der Außenanlagen.

Es bleibt also spannend und aufregend. Wir, alle ehrenamtlichen Helferinnen und Helfer, Trainerinnen und Trainer, freuen uns auf die tollen Clubräumlichkeiten, in dem wir alle unsere Mitglieder (natürlich auch neue Mitglieder) hoffentlich bald begrüßen dürfen und in denen fröhlich getanzt und trainiert wird. In diesem Sinne bleibt alle hoffnungsvoll und in guter Erwartung auf schöne Zeiten.





Jahresrückblick 2020 und Hoffnungen für 2021

Momentan ist das gesellschaftliche Leben wie eingefroren. Jegliche Trainingsmöglichkeiten und andere Aktivitäten sind auf Eis gelegt. Als Hoffnungsschimmer bleibt ein Rückblick auf das Jahr 2020 und die beginnende Impfkampagne gegen das Covid-19 Virus.

Das Jahr 2020 fing für die Taucher recht normal an. Am 12. Januar 2020 traf man sich wie seit vielen Jahren im Kaffeehaus Sindelfingen zum Neujahrs-Brunch. Es wurde gelacht, geplaudert, Pläne geschmiedet, die dann leider den Lockdown Schutzmaßnahmen zum Opfer fielen.

Am 3. Februar 2020 bekamen die Rugby-Ducks im Badezentrum Besuch von Regio-TV. Es wurden Interviews geführt, das Unterwasser-Rugby wurde erklärt und Spielsequenzen wurden gefilmt. Der Beitrag wurde dann am 20. Februar bei Regio-TV ausgestrahlt und kann bis heute unter <https://www.regio-tv.de/mediathek/>

video/rugby-ducks-sindelfingen/ angesehen werden.

Danach war dann erst einmal Pause. Das Hallenbad wurde am 14. März 2020 bis auf Weiteres geschlossen. Ein Lichtblick war die Möglichkeit ab dem 8. Juni bis zum 28. September 2020 mit einem strengen Hygienekonzept im Freibad zu trainieren. Die Rugby-Ducks durften mit maximal 9 Spielern immer montags von 19:00 bis 19:45 Uhr im Sprungbecken, die Taucher von 19:45 bis 20:30 Uhr auf einer Bahn im Schwimmerbecken trainieren. Leider waren die warmen Duschen und Umkleidekabinen während der gesamten Zeit komplett gesperrt. Trotzdem ein großes Dankeschön an dieser Stelle an unsere Abteilungsleiterin Julia Rasic für ihren unermüdlichen Einsatz. Mit ihrem Engagement schaffte sie es, das Hygienekonzept, die Spielvorgaben und die Aufsicht zu organisieren und den ganzen Papierkram zu managen. Die Lockerungen im Sommer 2020 wurden zu einer kleinen

Wochenend-Campingausfahrt einiger Unterwasser-Rugby Spielerinnen und Spieler mit Familien in die Nähe von Rastatt genutzt.

Das erste Training im Hallenbad fand dann am 12. Oktober 2020 unter strengen Hygienebedingungen statt. Leider konnten wir das Hallenbad-Training nur drei Mal nutzen, bevor der neue komplette Lockdown ausgerufen wurde. Seit dem 2. November 2020 ist es still in den Sportstätten.

Ausblick 2021: Wegen der Technik-Erneuerung im Hallenbad wird ein Training im Hallenbad bis auf Weiteres ausfallen - selbst wenn sinkende Covid-19 Zahlen und eine Immunisierung durch Impfungen einen Trainingsbetrieb ermöglichen würden. Es bleibt uns damit nur zu hoffen, dass das Jahr 2021 schönes und warmes Wetter bereit hält, damit wir bald wieder das Freibad nutzen können. Wir alle wünschen uns einen normalen Alltag mit Sport, Spiel und Spaß zurück.





Saisoneneröffnung am 25.04.21

Nach dem durchwachsenen Tenniswinter arbeitet die Tennisabteilung nun schon eifrig auf die Saisoneneröffnung im April hin. Sofern die Pandemie es zu lässt, versucht der Club ein attraktives Rahmenprogramm für einen positiven und aufregenden Start in die Sommersaison zu bieten. All die Planungen sind natürlich geprägt von den geltenden Beschränkungen und mit dem Verantwortungsbewusstsein dieser Tage.

Da die einzige Chance auf den Tennisbetrieb darin besteht, das gute Wetter zu nutzen, hat sich der Abteilungsvorstand entschieden, bereits die Außenanlage mit den Sandplätzen in Stand zu setzen.

Sehr engagiert und dankbar zeigen sich hierbei die Spieler*innen der Bundesliga und die Sparringspartner, die mit Sondergenehmigung in der Halle trainieren durften. Sie haben bei den ersten beiden Putztagen die Arbeiten grandios un-

terstützt. Um allen Mitgliedern und auch Jugendlichen das schönste Spiel wieder zu ermöglichen, wurde auch seitens des Vorstands das finanzielle Risiko in Kauf genommen, dass erneuter Frost die Sandplätze nochmals unbespielbar macht. Wenn das Wetter mitspielt, so können mit etwas Glück schon Ende März die ersten Plätze für den allgemeinen Einzelbetrieb freigegeben werden!

Wir schauen positiv in das Frühjahr und lassen nichts unversucht.

Sindelfingen fiebert auf das Bundesliga Comeback 2021. Es ist wieder soweit.

Die Damenmannschaft der Tennisabteilung hat im Coronajahr 2020 zumindest sportlich ein Highlight geboten. Nach dem grandiosen Aufstieg 2020 in die 2. Bundesliga laufen nun trotz Corona die Vorbereitungen auf dieses sportliche Highlight.

Nach intensiven Monaten, in denen getreu der Philosophie, der Kader um junge deutsche Spielerinnen erweitert wurde, konnten sich die Spielerinnen dank der örtlichen Genehmigung intensiv in der Sindelfinger Tennishalle vorbereiten. Es verspricht eine spannende Saison zu werden.

Denn mit dem Konzept der regionalen jungen Mannschaft bricht Sindelfingen mit der Einkaufspolitik in der Tennisszene. Ein mutiges Konzept, dass Cheftrainer Daniel Merkert zusammen mit dem Vorstand für Sport Jürgen Wacker erarbeitet hat. Die Identifikation mit dem Club soll durch die Präsenz der Topspielerinnen über das ganze Jahr hinweg gestärkt werden.

Sindelfingen kann sich auf die Rückkehr in die 2. Bundesliga freuen und auf hochklassiges Tennis in der Rudolf-Harbig-Straße bauen.

Die Vorbereitungen laufen sportlich wie auch organisatorisch auf Hochtouren und wir hoffen allesamt, dass die Spiele in einen passenden Rahmen eingebettet werden können.

An Ideen und Unterstützung mangelt es nicht. VIP Zelt, kulinarische Einbettung und Programm abseits des Platzes ist in Planung!





Saisontermine

So. 02.05.2021 11:00

TC SG Heidelberg 1 – TA VfL Sindelfingen 1

Fr. 07.05.2021 11:00

TC Ludwigshafen-Oppau 1 – TA VfL Sindelfingen1

So. 09.05.2021 11:00

TA VfL Sindelfingen 1 – BASF Tennisclub Ludwigshafen 1

Do. 13.05.2021 11:00

DONAT Tennisteam Manching – TA VfL Sindelfingen 1

Sa. 22.05.2021 11:00

TA VfL Sindelfingen 1 – MTTC Iphitos München

Mo. 24.05.2021 11:00

TA VfL Sindelfingen 1 – TC BW Vaihingen/Rohr 1



Viel Theorie, wenig Praxis

Corona hat unseren Sport nach wie vor fest im Griff, dennoch sind wir vollen Mutes, dass es schon bald wieder an die Drehstangen geht. So lange wir hier noch in den Seilen hängen, nutzen wir die Zeit, um die Zukunft vorzubereiten, so stimmen wir uns eng mit den Verbänden ab.

Änderungen der Spielbetriebe werden diskutiert und verabschiedet,

Turniere und Veranstaltungen werden pro aktiv für das zweite Halbjahr angesetzt und auch eine Trainerausbildung in Sindelfingen ist im konkreten Scope.

Spielerisch tut sich hingegen sehr wenig. Vereinzelt trainieren unsere Spielerinnen und Spieler zu Hause, doch müssen wir auch gestehen: Ohne den direkt anstehenden Wettkampf ist auch hier die Motivation sehr unterschiedlich. Umso span-

nender wird der hoffentlich bald anstehende Neustart sein: Wer hat die Zwangspause wie genutzt? Eine Tatsache, die bereits jetzt die Neugierde weckt.

Wir drücken alle ganz fest die Daumen, dass alle Mitglieder des VfL baldmöglichst ihrer Leidenschaft wieder gemeinsam mit den Vereinskameraden/-innen teilen und mit Leben füllen können. Bis dahin bleibt gesund!

Der Ball ruht noch immer





„Eine Saison, die es nie gab“

Wir hofften noch in letzter Ausgabe der VfL-Vereinsnachrichten, die Saison wenigstens in einfacher Vorrunde zu Ende spielen zu können. Aufgrund der Corona-Situation fiel jedoch im Februar die Entscheidung, die Saison 2020/2021 für nichtig zu erklären.

Bis dahin gab es unterschiedliche Saisonverläufe der drei Top-Teams, trotz der jeweiligen Tabellsituation eben auch keinen Aufstieg, aber auch keinen Abstieg:

Damen 1:

Platz 1 in Regionalliga mit 8:4 Punkten

Damen 2:

Platz 8 in Regionalliga mit 3:5 Punkten

Herren 1:

Platz 7 in der Württembergliga mit 5:7 Punkten

Trotz allem laufen die Vorbereitungen für die kommende Saison 2021/2022, natürlich verbunden mit der Hoffnung, dass zum einen bald bzw. irgendwann wieder ein Trainingsbetrieb möglich sein wird und zum anderen natürlich ab September wieder eine vollständige Saison gespielt werden kann.

Das Wichtigste für uns ist aber, dass alle Spieler*innen, Familien sowie Freunde des TT-Sports diese Pandemie gesund überstehen werden.



Tages- und Pflegeeltern e.V.
Kreis Böblingen

Kindertagespflege – Mehr als nur ein Job! Abwechslungsreich und verantwortungsvoll

Haben Sie Lust, Kinder im Alter von 0 bis 14 Jahren zu betreuen und zu fördern?

Zum Beispiel in der eigenen Wohnung, im Haushalt der Eltern oder in anderen geeigneten Räumen?

Wir informieren Sie gern!

Tages- und Pflegeeltern e.V. Kreis Böblingen

Wir beraten, qualifizieren und vermitteln

Tagespflegepersonen

Untere Burggasse 1

71063 Sindelfingen

07031/21371-0

www.tupf.de / info@tupf.de



Haben Sie schon unsere neuen Produkte gesehen?



Apfel-Balsamico-Essig	7,99 €
Perlfrucht Heckengäu	7,99 €
Birnen-Schaumwein	11,99 €
Sonnenblumenöl, 0,5 l	5,79 €



Einzelstücke aus Olivenholz

Set: Honigtopf/Deckel/Spirale	15,00 €
Honigspirale	5,00 €
Salzschäufel	3,50 €
Knabberschale	14,00 €
Seifenschale	14,00 €
Herz groß/klein	12,00 €/10,00 €
Salatbesteck	15,00 €
Salatschüssel groß/klein	30,00 €/40,00 €
Schneidbrett groß/klein	30,00 €/20,00 €
Flaschenverschlüsse	10,00 €



Miniseifen im Glas	8,00 €
Lavendel-Seife	5,50 €
Sanddorn-Seife	5,50 €
Lemongras-Seife	5,50 €
Rosen-Seife	5,50 €



PIG-Turnbeutel	12,00 €
PIG-Baumwolltasche	9,80 €



SZ/BZ Regenschirm	9,90 €
SZ/BZ Rucksack	14,00 €
SZ/BZ Tasse	5,00 €



Rassel-Greifring Schaf Emil,	
Hase Mira, Bär Paul	
je 25 Euro	
Knisterohren	
je 10 Euro	
Greifring mit Silikonperlen	
je 13 Euro	
Greifring mit Mini-Ringen	
15 Euro	



*Heckengäu-Linsen	
Beluga	3,79 €
*Heckengäu-Linsen	
Le Puy	3,79 €



Sommerhonig, 250 g	3,90 €
Waldhonig, 500 g	7,59 €

Schauen Sie sich die Produkte von Firmen in der Region an, reservieren Sie mit der Funktion „Click & Collect“ Ihre Bestellung und holen Sie Ihren Kauf im Fachgeschäft ab.

Wir sind immer für Sie da!

 **shopsBB.de**
von röhmmedien





Winter-Lockdown-Training

Sommersportler werden ja bekanntlich im Winter gemacht. Zum Glück dürfen wir Triathleten zwei von drei Sportarten ausführen und trainieren. Da Grundlagentraining in der Gruppe doch mehr Spaß macht, gehen wir seit ein paar Wochen auch den Weg des Online-Trainings. So bekommen unsere Mitglieder montags das Lauftraining für die jeweilige Woche online vorgestellt und auf was zu achten ist. Gelaufen werden muss dann zwar alleine oder zu zweit, aber mit einem Plan und der ein oder anderen Vorgabe macht es mehr Spaß.

Beim Radfahren nutzen wir eine der vorhandenen Online-Plattformen. Einmal die Woche wird dann kräftig für 60-80 Minuten in die Pedale getreten, zwar jeder bei sich daheim aber doch zusammen. So wurde bei Grundlagen-, Treppen-, Pyramiden- oder einem HIIT-Programm zusammen geschwitzt. Da die allgemeine Athletik und für die Präventi-



on das Dehnen für uns sehr wichtig sind und man sich dann alleine doch manchmal schwer motivieren kann, gibt es hier auch einmal die Woche ein 45-minütiges Programm. Das Programm ist so aufgebaut, dass auch die schwimmspezifischen Muskelgruppen trainiert werden. Es wird auch drauf geachtet, dass das Programm auch von den TriKids umgesetzt werden kann.

Im Januar und Anfang Februar hatte Frau Holle uns noch einen schönen Winter gezaubert. So sind einige Mitglieder

auch regelmäßig Ski-Langlaufen gewesen. Perfekt für uns in dieser Zeit. So konnte die Grundlagenausdauer mal in einer anderen Sportart trainiert werden und durch den Armeinsatz haben unsere Arme etwas Power für's Schwimmen bekommen. Es ersetzt zwar nicht das Wassergefühl, aber wenigstens die Kraft geht nicht komplett verloren.

Unter diesen Voraussetzungen hoffen wir „gestärkt“ aus dem Winter zukommen, wir sind bereit wenn es wieder heißt „Ready-Set-Go“!!



International an den Bällen

Corona macht's möglich: Seit Herbst messen sich die Rhythmischen Sportgymnastinnen der Turnabteilung mit Sportlerinnen aus der ganzen Welt. 15 VfL-Gymnastinnen beteiligen sich an den Internationalen Online-Wettkämpfen. 1600 Teilnehmerinnen aus 25 Ländern, darunter die Schweiz, Österreich, Azerbaijan, Kanada und Mexiko, treten dabei digital gegeneinander an und werden von einem Wettkampfgericht bewertet.

Die jungen VfL-Starterinnen zwischen 7 und 13 Jahren haben sich im internationalen Umfeld bestens geschlagen: 28 Gold-, 17 Silber- und 5 Bronze-Medaillen heimsten die Gymnastinnen aus Sindelfingen ein.

Erfolge gibt es für die Gymnastinnen auch in der Heimat zu feiern: Anastasia Dmitrieva (Jahrgang 2010), Alexandra Klippert und Zoe-Elizabeth Jarabek (2011) und Viktoria Steinfeld (2008) wurden jetzt in den Landeskader aufgenommen und zählen somit zu den Nachwuchshoffnungen im Schwäbischen Turnerbund (STB). National aufmerksam gemacht hat Viktoria Steinfeld auf sich. Seit September trainiert die 12-Jährige im Landesleistungszentrum des STB in Schmiden und ist Mitglied der Junioren-Nationalmannschaft. Für die vier Kadermitglieder des VfL haben die Bälle, Keulen und Bänder auch während der Pandemie keine Pause. Aufgrund einer Sondergenehmigung für Kadergymnastinnen trainieren sie derzeit vier Mal in der Woche und nehmen zusätzlich am Online-Training teil, das die Übungsleiterinnen derzeit zwei Mal in der Woche anbieten.



National und international erfolgreich: Die Gymnastinnen Viktoria Steinfeld und Zoe-Elizabeth Jarabek

Leibesübung als Liefer-Service

Jeden Montag um 20 Uhr wird bei den VfL-Turnern in den Bildschirm geschwitzt. Seit diesem Jahr hat die Gymnastikgruppe für Erwachsene die Klostergarten-Sporthalle in die eigenen vier Wände der Teilnehmer versetzt. In den Wohnzimmern, den Hobbykellern, auf den Dachböden oder neben den Schreibtischen, die tagsüber als Home-Office dienen, rollen die Gymnastikfreunde einmal in der Woche die Matten aus, werfen sich in den Sport-Dress und bewegen, verbiegen und kräftigen sich gemeinsam.

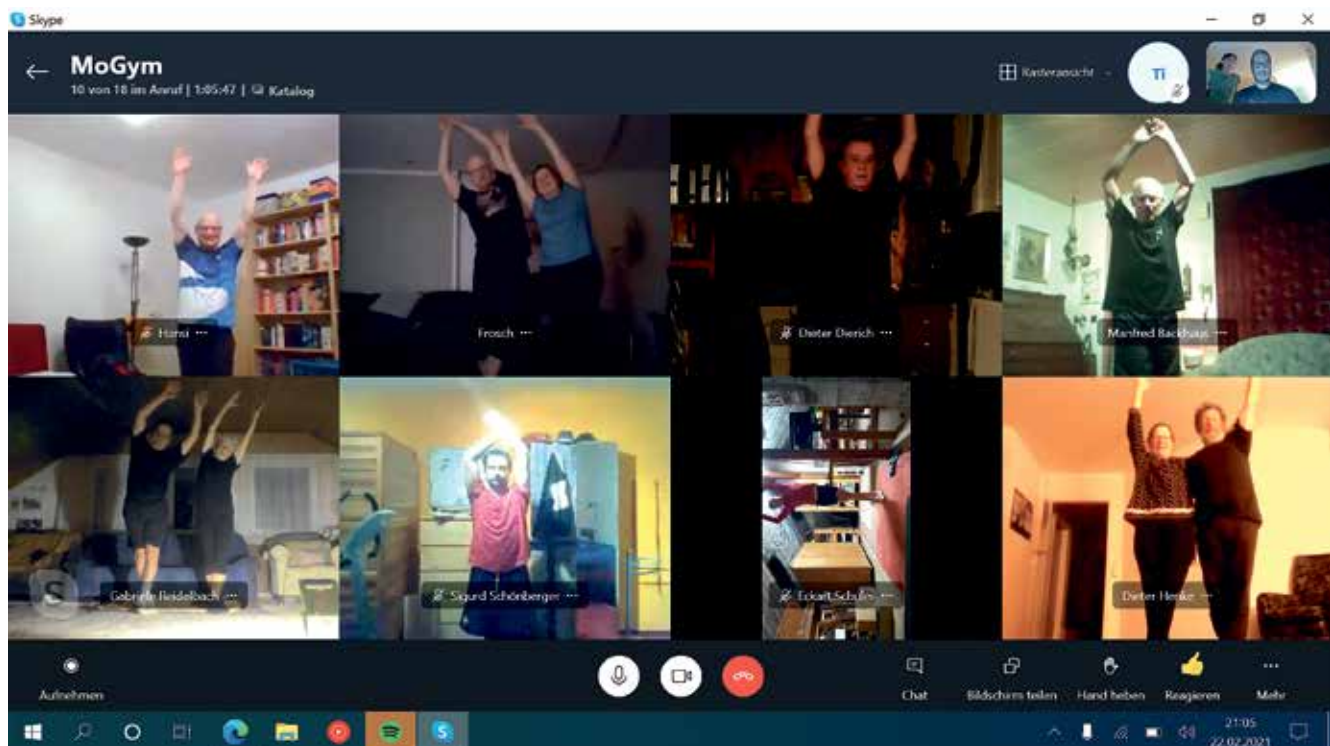
Nachdem zum Jahresende deutlich wurde, dass der Lockdown nicht so schnell locker lassen wird, war für

Gymnastikleiterin Gabi Reidelbach klar: So kann's nicht weitergehen. Der Notstand in den Muskeln, den Sehnen und im Herz-Kreislauf-System sollte ein Ende haben. Zwei Monate Enthaltensamkeit waren genug. Der Gymnastik-Lieferservice war beschlossene Sache.

Mit dem Angebot, ab sofort per Bildschirm zu den knapp 20 Teilnehmern zu kommen, landete Gabi Reidelbach einen Volltreffer. Jeden Montag, bevor die Trainierin aus dem heimischen Dachgeschoss winkt und zum gepflegten Aufwärmen bittet, ist auf dem Skype-Kanal bereits ordentlich was los: Das Schwätzle, das normalerweise im Umkleideraum der Klostergartenhalle gehalten wird, bevor's ernst

wird mit Bauch, Beine, Po, funktioniert auch digital.

60 Minuten später nach ausführlichem Schwitzen, Stretchen und intensiver Faszien-Pflege ist der Montagabend dann gerettet. Gabi Reidelbach hat die Truppe durch die Feinheiten der Leibesübung gelotst, der Puls ist hoch, das T-Shirt feucht. Eigentlich wäre jetzt duschen angesagt und danach gemütliches Beisammensein. Zumindest das mit dem gemütlich Zusammensein lässt der harte Kern der Gruppe sich nicht nehmen. Nachdem die letzte Ausschnauf-Übung verrichtet ist, gehts in den Keller und kurze Zeit später ist es so weit: die Kronkorken zischen und das digitale Prosit geht durchs weltweite Netz.



Gemeinsam schwitzt es sich in den heimischen Wohnstuben besser



Gemeinsam durch den Lockdown

Es war lange ungewiss, ob die Saison 2020/21 ordnungsgemäß zu Ende gespielt werden kann, doch leider wurden die Volleyballer enttäuscht, denn der Lockdown ging in die Verlängerung! Die VfL-Volleys ließen sich jedoch nicht hängen und versuchten die Zeit so produktiv, wie möglich zu verbringen. Schon ein ganzes Jahr mussten die Sportler kreativ sein. Um herauszufinden, wie sie die fast volleyballfreie Zeit verbracht haben, haben wir eine Fragerunde mit allen Mannschaften durchgeführt:

Frage 1: Was hast du am meisten während des Lockdowns vermisst (Volleyball)?

Für alle Spieler/innen ist die Antwort ganz klar! Die gemeinsame Zeit mit der Mannschaft, das regelmäßige Training und auch der Umgang mit dem Ball fehlen allen sehr. Aber auch die Zeit außerhalb des Trainings vermissen wir, denn „egal, ob wir gewinnen oder verlieren, es macht immer Spaß!“ (Spielerinnen Damen 1)

Frage 2: Du musst alleine trainieren und es gibt auch keine Wettkämpfe mehr. Fällt es dir schwer, dich fürs Training zu motivieren?





Die Saison 20/21 wurde so abrupt abgebrochen, dass auf einmal jeder für sich selbst trainieren muss. Eine Spielerin von Damen 2 sagt, dass „der sportliche Antrieb der Mannschaft fehlt“ & so geht es auch anderen Mitgliedern, denn die Motivation alleine zu trainieren, fällt vielen schwer. Einige jedoch nehmen die ganze Situation auch mit Humor und fragen sich, was sie überhaupt trainieren sollten.

Frage 3: Wie hältst du dich fit?

„Jeden Tag nach draußen ist meine Motivation“ (Jugendleiterin (weiblich) – die Volleyballer halten sich durch viele Aktivitäten fit, wie zum Beispiel die wöchentlichen Home-workouts oder auch die vereinsinternen Challenges, bei denen die Mannschaften oder die Geschlechter gegeneinander antreten. Aber auch Sportarten wie Langlaufen, Joggen, Wandern, Fahrradfahren und Skitouring verkürzen die Wartezeit auf die Wettkampfphase.

Frage 4: Gab es irgendwelche Aktionen, die etwas mit Volleyball zu tun haben?

Wie oben schon erwähnt, gibt es die wöchentlichen Volleyballchallenges, die von zwei Damen 1- Spielerinnen (Franziska Stahl und Madeleine Steinbock) organisiert werden. Hierbei wurden Herausforderungen, wie ge-

sammelte Kilometer, die Anzahl der Burpees, Squats und Hocksprünge, sowie auch die Sekundenanzahl des Wandsitzes, gestellt. Zusätzlich musste unsere Beachanlage geräumt und hergerichtet werden, was auch von verschiedenen Spielern aller Mannschaften erledigt wurde.

Frage 5: Welche positiven Erfahrungen kannst du aus dieser Zeit mitnehmen?

Ein Spieler der Mixed-Mannschaft 6-Richtige sagt dazu: „Auch wenn Socialdistancing angesagt ist, sind sich,

aus meiner Sicht, die Mannschaften der VfL-Volleys durch die Challenge etwas näher gekommen. Ob das nur ein Gefühl ist oder Wirklichkeit wird, werden wir sehen!“

Frage 6: Auf was freust du dich in den kommenden Monaten am Meisten?

Normalität, VOLLEYBALL und „alles, was das Leben schöner macht“ (Spieler Herren 1)!

Danke an Gerhild, Conrad, Lara, Desirée, Kristina, Katharina, Arno, Patrick, Andreas und Michael!





Partner und Sponsoren des VfL Sindelfingen 1862 e. V.

Wir danken für Ihre Unterstützung!



Hauptvereinsvorstand des VfL Sindelfingen 1862 e.V.

PRÄSIDENT

Dr. Heinrich Reidelbach
Tel: 0 70 31 / 38 45 00
E-Mail: h.reidelbach@vfl-sindelfingen.de
Zuständig für die Abteilungen:
Basketball, Sportakrobatik



Dr. Oliver Wengert
Tel: 07 11 / 411 822 04
E-Mail: o.wengert@vfl-sindelfingen.de
Zuständig für die Abteilungen:
Fußball, Taekwondo



VEREINSJUGENDSPRECHERIN

Anne Köhler
Tel: 0 70 31 / 70 65 12
E-Mail: a.koehler@vfl-sindelfingen.de
Zuständig für die Abteilung:
Kindersport



VIZEPRÄSIDENT

Andreas Bonhage
Tel: 0 70 31 / 81 07 94
E-Mail: a.bonhage@vfl-sindelfingen.de
Zuständig für die Abteilungen:
Boxen, Kegeln, Schach, Sport für Alle, Tanzen, Tischfußball



Steffen Haag
Tel: 0 70 31 / 46 59 99
E-Mail: s.haag@vfl-sindelfingen.de
Zuständig für die Abteilungen:
Judo, Schwimmen, Tauchen, Triathlon



GESCHÄFTSFÜHRUNG VFL SINDELFINGEN 1862 E.V.

Geschäftsführer
Roland Medinger
Tel: 0 70 31 / 70 65 10
E-Mail: r.medinger@vfl-sindelfingen.de



FINANZREFERENTIN

Andrea Petri
Tel: 0 70 31 / 9 25 99 84
E-Mail: a.petri@vfl-sindelfingen.de
Zuständig für die Abteilungen:
Aikido, Ju-Jutsu, Karate



Johannes Mescher
Tel: 0 70 31 / 204 06 37
E-Mail: j.mescher@vfl-sindelfingen.de
Zuständig für die Abteilungen:
Radsport, Tennis, Volleyball



SPORTMANAGER

Harry Kibele
Tel: 0 70 31 / 70 65 11
E-Mail: h.kibele@vfl-sindelfingen.de



WEITERE

VORSTANDSMITGLIEDER:

Horst Bernd Thome
E-Mail: h.thome@vfl-sindelfingen.de
Zuständig für die Abteilungen:
Behinderten- und Rehasport, Leichtathletik, Turnen



Markus Graßmann
Tel: 0 70 34 / 25 31 77
E-Mail: m.grassmann@vfl-sindelfingen.de
Zuständig für die Abteilungen:
Badminton, Gewichtheben



GESCHÄFTSFÜHRER GLASPALAST

Claus Regelmann
Tel: 0 70 31 / 70 86 55
E-Mail: c.regelmann@glaspalast-sindelfingen.de



Sabine Mundle
Tel: 0 70 31 / 67 48 74
E-Mail: s.mundle@vfl-sindelfingen.de
Zuständig für die Abteilungen:
Handball, Tischtennis



© www.Photostudio-Frick.de
Die Portraits unserer Vorstände und Mitarbeiter wurden vom Photostudio Michael Frick gefertigt. Unser langjähriger Kooperationspartner unterstützt uns wieder mit kostenlosen Portraits und Bildreparaturen. An dieser Stelle ein recht herzliches Dankeschön für die stets sehr gute und jahrelange Zusammenarbeit!



GESCHÄFTSSTELLE

Veronika Graf
Geschäftsstellen-
leiterin

Anne Köhler
Referentin der
Geschäftsführung

Claudia Stretz
Buchhaltung

Simon Dunkel
Mitglieder-
verwaltung

Andreas Hagedorn
Studioleitung/
stellv. Sportmanager

Monika Schreiber
Abteilungsleitung
Kurse und Gesundheit

Teresa Spengler
Leitung Infopoint/
Referentin Sport-
management

Linda Dunkel
Leitung
Rehawelt



Öffnungszeiten der Geschäftsstelle

Montag, Dienstag, Mittwoch von 8.00-17.00 Uhr
Donnerstag 8.00-18.00 Uhr
Freitag 8.00-12.00 Uhr
Rudolf-Harbig-Straße 8, 71063 Sindelfingen
Telefon: 0 70 31-70 65 0
Email: info@vfl-sindelfingen.de

Öffnungszeiten der Sportwelt (coronabedingte Änderungen beachten!)

Montag, Mittwoch 7.00 – 22.30 Uhr
Dienstag, Donnerstag 6.30 – 22.00 Uhr
Freitag 7.00 – 22.00 Uhr
Samstag, Sonntag 9.00 – 19.00 Uhr
Rudolf-Harbig-Straße 8, 71063 Sindelfingen

Telefon: 0 70 31-70 65 20
Email: info@sportwelt-sindelfingen.de
© www.Photostudio-Frick.de

Die Portraits unserer Vorstände und Mitarbeiter wurden vom Photostudio Michael Frick gefertigt. Unser langjähriger Kooperationspartner unterstützt uns wieder mit kostenlosen Portraits und Bildportraits. An dieser Stelle ein recht herzliches Dankeschön für die stets sehr gute und jahrelange Zusammenarbeit!



Kontaktdaten der Abteilungen

Abteilung	Abteilungsleitung	Kontakt/Ansprechpartner/E-Mail-Adresse	Telefon
Aikido	Andreas Bartel	a.bartel-aikido@freenet.de	0 70 31 / 80 50 50
Badminton	Michael Häupler	michael.haeupler@federballer.de	0 70 31 / 80 40 38
Basketball	Georgios Ntoussis	Peter Weller: pw_airline@t-online.de	0 70 56 / 18 76
Behinderten- und Rehasport	Martin Wintermantel	martinwintermantel@gmx.de	01 52 / 53 74 28 50
Boxen	Rolf Wojack	rolf_wojack@web.de	0 70 31 / 26 81 75
Fußball Herren	Ralf Brenner	Siegfried Seider (Aktive)	01 70 / 200 67 12
		Michael Krutti: michael.krutti@fussball-sindelfingen.de (Junioren)	01 72 / 7 34 50 11
Fußballschule Fair Play	Andy Russky	fussballschule-sindelfingen@web.de	01 77 / 411 45 64
Gewichtheben	Wolfgang Reichel	rwkim@gmail.com	0 70 31 / 80 58 62
Golfsport	Harry Kibele	h.kibele@vfl-sindelfingen.de	0 70 31 / 70 65 11
Handball	Fabian Pirschke	Ingrid Hornikel: ingrid.hornikel@t-online.de	0 70 31 / 87 59 66
Judo	Andreas Wegner	info@judosindelfingen.de	01 77 / 694 50 83
		Di, Do 9-12 Uhr	
Ju-Jutsu/ Kung Fu	Michael Frick	michael.frick@ju-jutsu-sindelfingen.de	0 70 31 / 87 93 40
	Hoang Dang (Sektion Kung Fu)	hoangdang@web.de	0 70 31 / 77 82 616
Karate	Andy Fields	info@karate-sindelfingen.de	01 79 / 601 3 603
Kegeln	Stevan Fuks	s.l.fuks@t-online.de	0 70 34 / 58 31
Kindersportabteilung	Iris Oehl	Silvia Huhn ab 13 Uhr	0 70 31 / 80 98 31
Kindersportschule	Benjamin Wunsch	kiss@vfl-sindelfingen.de	0 70 31 / 70 65 14
Leichtathletik	Jürgen Kohler	Barbara Erath: barbara.shopping@web.de	0 70 34 / 27 02 49
Radsport	Josef Erb	radsport-sindelfingen@gmx.de	0 70 31 / 38 39 54
Schach	Hans-Jochen Braun	hans-jochen.braun@t-online.de	0 70 31 / 80 49 18
Schwimmen	Andreas Hübner-Hecker	Renate Ulrich: info@schwimmen.vfl-sindelfingen.de	0 70 31 / 80 43 42
		Mo, Mi 17-19 Uhr, Fr 8-11 Uhr	
Sportakrobatik	Ulrike Schmitz	uoschmitz@gmail.com	01 77 / 70 20 448
Sport für Alle	Joachim Seidel	info@vfl-sindelfingen.de	0 70 31 / 70 65 0
Taekwondo	Siegfried Wurst	siegfried.wurst@web.de	0 70 31 / 80 55 84
Tanzsport	Dr. Anja Westerhoff	Klaus Richter: kontakt@tanzsportclub.vfl-sindelfingen.de	0 70 34 / 2 22 19
Tauchsport	Julia Rasic	abteilungsleitung@vfl-tauchen.de	01 77 / 7 81 76 31
Tennis	Boris Clar	Geschäftsstelle Tennis: tasifi@t-online.de	0 70 31 / 80 22 23
Tischfußball	Thomas Hettich	thomas.hettich@sindelfinger-kickers.de	01 60 / 21 36 76 5
Tischtennis	Carsten Seeger	seeger.carsten@goolemail.com	0 70 31 / 38 74 15
Triathlon	Thomas Berger	abteilungsleitung@vfl-sifi-triathlon.de	01 62 / 29 43 250
Turnen	Dieter Henke	info@vfl-sindelfingen-turnabteilung.de	0 70 31 / 67 51 71
	Iryna Jerabek	iryna.jerabek@gmail.com	
	(Rhythmische Sportgymnastik)		
Volleyball	Bruno Metzger	info@volleyball-sindelfingen.de	01 73 / 189 90 93

Die nächste Ausgabe erscheint am 6. Juli
Abgabe der Texte am 11. Juni 2021



Die digitale Welt des Sports des VfL Sindelfingen 1862 e.V. mit weiteren Informationen zum Sportangebot, Berichten und aktuellen News finden Sie unter www.vfl-sindelfingen.de oder auf Facebook „VfL Sindelfingen 1862 e.V. Hauptverein“



KAUFE LOKAL - unterstütze Personal!

Service, Fachberatung & faire Preise gibt es bei uns vor Ort!



UNSER
TEAM SAGT
DANKE!

1. SINDELFINGER
KUNDENSPIEGEL

Platz 1
BRANCHENSIEGER

Untersucht: 5 Elektro-/Elektronikgeschäfte
82,2% Durchschnittlicher Zufriedenheitsgrad
Freundlichkeit: 87,5% (Platz 2)
Beratungsqualität: 86,9% (Platz 1)
Preis/Leistungsverhältnis: 72,2% (Platz 2)
Kundenbefragung: 08/2006
Befragte (Elektro) = 781 von N (Gesamt) = 901
MF Consulting Dipl. Kfm. Dieter Grett
www.kundenspiegel.de - Tel: 09901/948601

3. SINDELFINGER
KUNDENSPIEGEL

Platz 1
BRANCHENSIEGER

Untersucht: 5 Elektro-/Elektronikgeschäfte
90,9% Durchschnittlicher Zufriedenheitsgrad
Freundlichkeit: 93,0% (Platz 1)
Beratungsqualität: 90,7% (Platz 2)
Preis/Leistungsverhältnis: 88,9% (Platz 1)
Kundenbefragung: 09/2012
Befragte (Elektro) = 741 von N (Gesamt) = 913
MF Consulting Dipl. Kfm. Dieter Grett
www.kundenspiegel.de - Tel: 09901/948601

2. SINDELFINGER
KUNDENSPIEGEL

Platz 1
BRANCHENSIEGER

Untersucht: 5 Elektro-/Elektronikgeschäfte
83,4% Durchschnittlicher Zufriedenheitsgrad
Freundlichkeit: 85,6% (Platz 1)
Beratungsqualität: 84,5% (Platz 1)
Preis/Leistungsverhältnis: 80,1% (Platz 1)
Kundenbefragung: 09/2009; Fehlerbehebung: +/2,9%
Befragte (Elektro) = 767 von N (Gesamt) = 911
MF Consulting Dipl. Kfm. Dieter Grett
www.kundenspiegel.de - Tel: 09901/948601

4. SINDELFINGER
KUNDENSPIEGEL

Platz 1
BRANCHENSIEGER

Untersucht: 4 Elektro-/Elektronikgeschäfte
90,1% Durchschnittlicher Zufriedenheitsgrad
Freundlichkeit: 90,1%
Beratungsqualität: 88,1% (Platz 1)
Preis/Leistungsverhältnis: 90,7% (Platz 1)
Kundenbefragung: 10/2015
Befragte (Elektro) = 857 von N (Gesamt) = 904
MF Consulting Dipl. Kfm. Dieter Grett
www.kundenspiegel.de - Tel: 09901/948601

5. SINDELFINGER
KUNDENSPIEGEL

Platz 1
BRANCHENSIEGER

Untersucht: 4 Elektro-/Elektronikgeschäfte
90,7% Durchschnittlicher Zufriedenheitsgrad
Freundlichkeit: 93,4% (Platz 1)
Beratungsqualität: 88,1% (Platz 1)
Preis/Leistungsverhältnis: 90,7% (Platz 1)
Kundenbefragung: 10/2018
Befragte (Elektro) = 864 von N (Gesamt) = 910
MF Consulting Dipl. Kfm. Dieter Grett
www.kundenspiegel.de - Tel: 09901/948601

☎ **07031-877071**

✉ **info@euronics-elsaesser.de**

star euronicsXXL



www.euronics-elsaesser.de ☎ 07031-877071

Direkt gegenüber Breuningerland Sindelfingen

elsässer

Elektro
Elsässer GmbH,
Schwertstr. 37-39,
71065 Sindelfingen

EURONICS – Über 9.000 x in Europa.

Öffnungszeiten: Mo – Sa 10 – 19 Uhr