



Die Tribüne

Vereinszeitung des TSV Marktbergel

VIEL GESCHAFFT!

Das Jahr ist mit Erscheinen dieser dritten Ausgabe unserer „Tribüne“ nun schon fast 11 Monate alt. Zeit ein erstes Resümee zu ziehen. Wir haben in diesem Jahr viel erreicht. In einer seiner ersten Sitzungen stellte der neue Vorstand die notwendigen Mittel zur Verfügung um die schon etwas in Jahre gekommenen Spielerkabinen und Duschen im Sportheim zu sanieren. Den ausführlichen Bericht dazu könnt ihr dem entsprechenden Artikel entnehmen. Dass wir diese Projekt überhaupt stemmen konnten ist zum Großteil dem Engagement unserer Fußballer zu verdanken. Hunderte von Stunden wurden hier freiwillig und ohne Bezahlung geleistet. Dafür sei hier an dieser Stelle ein ganz herzliches Dankeschön ausgesprochen.

Weiterhin haben wir im März unsere erste Fitnessnacht veranstaltet. Dabei haben sich verschiedene Abteilungen mit ihrem Programm präsentiert und die Besucherinnen und Besucher zum Mitmachen animiert. In der Summe sind zwischen zwei und dreihundert Leute auf den Rängen und in der Halle in Aktion gewesen. Wir haben aus allen Richtungen ein sehr positives Feedback bekommen und werden die Fitnessnacht 2017 wiederholen.

Auch diese Veranstaltung ist nur durch das große ehrenamtliche Engagement unserer Übungsleiter und Helfer möglich gewesen. Auch euch dafür vielen lieben Dank!

Am 17. Juni gelang es das Relegationsspiel zwischen dem SC Trautskirchen und dem TSV Lehrberg nach Marktbergel zu holen. Wegen des zu erwartenden großen Zuschaueransturms stellte uns

auch das vor eine große logistische Herausforderung. Zwar kamen am Ende wegen des schlechten Wetters nicht ganz so viele Fußballbegeisterte, aber Bernd Schuh und sein Team haben auch hier Großartiges geleistet. Vielen Dank!

Und schließlich haben wir am 10. Juli erfolgreich unseren 4. Petersberg-Berg-Crosslauf veranstaltet. Die einzelnen Wettbewerbe waren gut besucht. Trotzdem möchten wir weiter wachsen und mehr Läuferinnen und Läufer zu uns nach Marktbergel ziehen. Der Lauf und das ganze Drumherum erfordern viel Organisationsarbeit und ein Engagement, welches nicht nur von unseren Läufern und Walkern geleistet werden kann. In jedem Jahr melden sich als Verstärkung unzählige Freiwillige aus allen Abteilungen, die ihre Zeit und ihre Arbeitskraft für den Petersberglauf zur Verfügung stellen. Auch hier möchten wir uns bedanken.

Dass wir

gemeinsam all diese Leistungen vollbringen konnten macht deutlich, dass wir eine gesunde Vereinsfamilie sind. Ein Verein kann nur funktionieren, so lange es Leute gibt, die sich ehrenamtlich für diese Gemeinschaft einbringen. Das gelingt uns in hervorragender Weise auch abteilungsübergreifend und darauf können wir wirklich stolz sein. Sowas ist durchaus keine Selbstverständlichkeit mehr. Auf dieser Basis können wir den Herausforderungen der Zukunft relativ gelassen entgegenreten.

Die Vorstandschaft und das Redaktionsteam wünschen euch viel Spaß beim Lesen der neuen Tribüne.

Stephan Voss
2. Vorsitzender



INHALT:

1. Fitnessnacht	2
4. Petersberg-Crosslauf	3
Badminton Basketball	4
Damen-Gymnastik Kantaera	5
Fußball 1. Mannschaft Fußball 2. Mannschaft	6
Jugendfußball	7
Jugendfußball Fußball Alte Herren	8
Kinderturnen	9
Kraftraum Osteoprose	10
Walking Männer-Gymnastik	11
Lauffreß Leichtathletik Nachtrag Sportabzeichen ..	12
Tischtennis Pilates	13
Volleyball Tai Bo	14
Hobbyradler	15
Ausblick auf 2017 Neuer Defibrillator	16
Umbaumaßnahmen	17
Das Sportangebot	18
Die Fußballwoche	19
Terminliste Impressionen Schlusswort Impressum	20

1. FITNESSNACHT BEIM TSV AM 9. APRIL

In diesem Jahr haben wir unsere erste Fitnessnacht veranstaltet. Ziel war es dabei unser Programm und unsere Möglichkeiten zu präsentieren und zum Mitmachen einzuladen. Die Aktion wurde für den TSV zu einem vollen Erfolg. In der Summe hatten wir über den ganzen Abend verteilt an die 300 Zuschauer und Aktive, die auf der Tribüne und unten in der Halle mit dabei waren.

Start war um 20 Uhr. In Einheiten von maximal 20 Minuten präsentierten unsere Übungsleiterinnen und Trainerinnen kurze Einblicke in ihre jeweiligen Angebote. Jeder bekam die Möglichkeit mitzumachen und zu testen welches Angebot für einen ganz persönlich passt. Den Anfang machte Juliana Welker mit Zumba, gefolgt von Ida Widtmann mit einem Fitness-Gym-Programm. Anschließend folgten Manuela Thürauf mit TaiBo und Veronika Bärenfänger mit Kantaera. Wer jetzt eine kleine Pause benötigte konnte sich auf der Tribüne mit alkoholischen und alkoholfreien Cocktails stärken. Zusätzlich hatte unser Orga-Team belegte Brötchen und andere kleine Snacks organisiert. Danach ging es in den zweiten Programmteil. Juliana heizte den Teilnehmern ein weiteres mal mit heißen Zumba-Rhythmen ein. Ida Widtmann zeigte ihre Vielseitigkeit und präsentierte einen



kurzen Auszug aus „Drums alive“, bevor es dann mit Pilates und einer kurzen Entspannungseinheit als „Cool down“ merklich ruhiger wurde. Den ganzen Abend über waren auch unsere Krafräume geöffnet. Gegen 0 Uhr endete das Programm.

Alle Angebote wurden gut angenommen. Und viele, die zunächst nur mal kurz in der Halle vorbeischauchen wollten, blieben den ganzen Abend lang.

Was man mit Sicherheit sagen kann ist, dass wir durch solche und weitere Aktionen

neue Mitglieder dazugewonnen haben. Aus diesem Grund soll auch die Fitnessnacht im nächsten Jahr wiederholt werden.

Dem Orga-Team sei an dieser Stelle sehr herzlich gedankt. Es macht viel Arbeit eine solche Veranstaltung auf die Beine zu stellen und durchzuführen. Es ist schön zu sehen, mit wieviel Leuten und wieviel persönlichem Einsatz uns das gelingt. Und man sieht an den fast durchweg lächelnden Gesichtern, dass es allen Freude macht an dem Projekt mitzuwirken.

Stephan Voss



4. PETERSBERG-BERG-CROSSLAUF

Am 10 Juli war es wieder soweit. Unter dem Motto „Bist Du fit für den Berg?“ machten sich in der Summe 130 Läuferinnen und Läufer in den verschiedenen Wettbewerben vom Bambini-Lauf bis hin zum 10-Kilometer-Lauf auf den teilweise sehr fordernden Berg.

Den Schülerlauf über 1,4 Kilometer gewann Leni Goller aus Burgbernheim (6:35 Minuten). Bei den Jungs siegte Johannes Bauer vom TSV Burghaslach (5:46 Minuten). Bester Läufer aus Marktbergel wurde auf Platz 2 Jonathan Zapf (6:03 Minuten).

Bei den Walkern siegte Susanne Schuh (45:11 Minuten) nach fünf Kilometern vor dem Marktbergeler Dieter Füreder (45:38 Minuten).

Beim Hobbylauf ebenfalls über fünf Kilometer lief Christa Himmelein aus Burgbernheim als erste Frau nach 26:05 Minuten über die Ziellinie. Bei den Männern wurde Nico Ehrmann vom TV Bad Windsheim Sieger mit einer Zeit von 21:38 Minuten.

In der Königsdisziplin über zehn Kilometer war Petra Reinhard vom TSV Marktbergel der Sieg bei den Frauen nicht zu nehmen. Sie schaffte die anspruchsvolle Strecke über den Petersberg in 49:55 Minuten. Bei den Männern holte sich Patrick Weiler vom LAC Quelle Fürth den Sieg mit einer Zeit von 38:16 Minuten.



Die drei Sieger beim Hauptlauf: Patrick Weiler (LAC Quelle Fürth): 38:16 Min.; Jürgen Wittmann (LAC Quelle Fürth): 40:05 Minuten; Heiko Daßler: 43:54 Minuten.

Für uns war es sehr erfreulich, dass zahlreiche Vereinsmitglieder, die nicht zum Lauftreff gehören, im Vorfeld hart trainierten und mit auf die Strecke gingen. Ein besonderes Kompliment muss man dabei unseren Fußballern machen, die in großer Zahl über die fünf und zehn Kilometer an den Start gingen. Es kamen dabei auch beachtliche Ergebnisse zustande.

Der Petersberglauf mit seinem Rahmenprogramm ist die zurzeit größte Veranstal-

tung, die wir als Verein jährlich stemmen müssen und wollen. Dabei unterstützten uns zahlreiche Sponsoren.

Außerdem sind über hundert Vereinsmitglieder in der einen oder anderen Form in die Planung und die Ausführung involviert. Auch die Gemeindearbeiter sollen hier nicht unerwähnt bleiben, wo sie können, stehen sie uns teils in ihrer Freizeit stets hilfreich zur Seite. Euch allen auch hier nochmal recht herzlichen Dank.

Stephan Voss



BADMINTON - AUSRÜSTUNGSKOMPONENTE FEDERBALL

Wie in jedem Sport wird auch beim Badminton spezielle Ausrüstung und Material benötigt. Schläger / Rackets, Federbälle und die entsprechende Bekleidung. Im lockeren Folgen soll hier ein Einblick in die benötigten Materialien gegeben und Vor- und Nachteile aufgezeigt werden. Erster Schwerpunkt sollen die Spielbälle sein.

Die Bälle / Federbälle mit denen gespielt wird sind ein wichtiger Teil des Badmintonspiels. Unterschieden wird hier zwischen Kunststoff / Plastik-Federbällen (meist aus Nylon) und Natur-Federbällen, welche meist aus Gänsefedern gemacht werden. Grundsätzlich wird Badminton mit einem ungefähr 5 g schweren Federball gespielt. Dieser hat einen Kopf aus Kork und einen Federkranz, der die speziellen Flugeigenschaften beeinflusst. Der Kopf hat einen Durchmesser von 25 bis 28 mm, der Federkranz ca. 6 cm. Die 16 kreisförmig und in einem Winkel von 12 Grad

angeordneten Federn sind entweder echte Enten- bzw. Gänsefedern oder Nylonnachbildungen. Während die Kunststoffbälle besonders im Freizeit- und Jugendbereich zum Einsatz kommen, spielen Wettkampfsportler nahezu ausschließlich mit Naturfederbällen.

Der Naturfederball ist zweifellos der hochwertigere Ball und wird deshalb bei Turnieren der höheren Ligen bevorzugt. Er lässt sich rasanter spielen, da die Rotation nach dem Schlag schneller abläuft und die Flugbahn sich ebenfalls schneller stabilisiert, dies führt zu den spannenderen Ballwechseln. Leider ist die Haltbarkeit eines Naturfederballs sehr begrenzt, denn die Federkiele können leicht beschädigt werden, vor allem wenn der Ball unsauber geschlagen wurde. Und das Knicken der Federn macht den Ball zusätzlich weniger haltbar.

Da Naturprodukte in ihren Eigenschaften variieren können, müssen die Bälle einzeln

auf Flugeigenschaft und Geschwindigkeit getestet und sortiert werden. Aus den drei Geschwindigkeiten 76, 77 und 78 wählt man je nach Wärme der Halle. Je kühler es ist, desto schneller sollte der Ball gewählt werden.

Die Herstellung von Kunststoffbällen, die deutlich günstiger sind, wird permanent verbessert, so dass sich die Flugeigenschaften und Geschwindigkeit immer weiter denen der Naturfederbälle anpassen. Grundsätzlich sind die Nylonfederkranze deutlich weniger anfällig und halten sehr viel länger als die natürlichen. Auch Kunststoffbälle werden in drei verschiedenen Geschwindigkeiten angeboten. Diese werden mit einem farbigen Streifen am Kopf des Balls gekennzeichnet. Dabei steht „rot“ für schnell, „blau“ für mittel und „grün“ für langsam. Anfänger im Badminton wählen langsamere Bälle, je besser die Spieler werden, desto schneller können auch die Bälle sein.

Karl Hoppe

BASKETBALL - SOMMERPAUSE - NA UND?



Wir sind in unserer Basketballabteilung sehr froh, eine so gut ausgestattete Sporthalle zur Verfügung zu haben.

Umso nachvollziehbarer ist es, dass die Halle und die darin befindlichen Gerätschaften regelmäßig gewartet werden. Um die umfangreichen Wartungsarbeiten durchführen zu können, wird hier der Monat August genutzt und eine Sommerpause „verhängt“.

Trotzdem müssen wir in dieser Zeit nicht auf das Basketballspielen verzichten, da uns glücklicherweise sowohl in Marktbergel als auch in Burgberheim frei zugängliche Basketballanlagen zur Verfügung stehen, an denen wir uns regelmäßig treffen.

Christian Hufnagel



Zapf & Co. KG

Bauunternehmen



**Baustoffe
Grabsteingeschäft
Innen- & Außenputz**
Individuelle, schlüsselfertige
Planung und Ausführung



Mit uns
auf dem
richtigen Weg

91613 MARKTBERGEL • Tel.: 0 98 43/497 • Fax: 4 74

DAMEN-GYMNASTIK

Mit Bewegung und Spaß in jede neue Woche, geeignet für alle Altersgruppen!

Mit flotter Musik kommt das Herz-Kreislaufsystem richtig in Schwung. Unsere Trainingsstunde beinhaltet gezielte Übungen zur Kräftigung der Muskulatur von Bauch, Beinen, Armen und Schultern. In unserem Sommerprogramm haben wir dieses Jahr eine Wanderung ins Taubertal unternommen. Gerlinde Götz hat eine schöne Tour für uns zusammen gestellt. An der Schandtauber entlang, durch die Weinberge von Rothenburg, die man auch Riviera nennt, mit Besichtigung des Wildbades und des Topplerschlößchens. Der schöne Biergarten „unter den Linden“ war unser Ziel. Dort haben wir uns gestärkt bevor es zurück nach Marktbergel ging. Fazit: Es war wunderschön!!!
Ida Widtmann



KANTAERA®

Ihr sucht ein neues abwechslungsreiches Kursprogramm für eure Gesundheit und Fitness? Dann seid ihr bei uns genau richtig.

KANTAERA® bietet euch ein neues innovatives Gesundheitskonzept, das die Balance und Koordinationsfähigkeit gleichermaßen schult, sowie die Kondition und Flexibilität. Durch die perfekte Kombination von Tanz und kampfsportchoreographischen Bewegungen findet sich KANTAERA® außerhalb bisheriger Fitnesskurskonzeptionen wieder.

Es ist ein Wohlfühl-Training und entwickelt schonend die Herz-Kreislauf-Leistungsfähigkeit, die Muskelkraftausdauer und die Koordination. Dabei spricht es besonders die Menschen an, die Spaß an leicht umsetzbaren Bewegungen aus Karate und Taekwondo haben.

Haben wir euer Interesse geweckt? Dann kommt doch einfach Dienstag um 19 Uhr vorbei. Am 22.11./29.11. und 06.12. bieten wir kostenlose Schnupperstunden, in denen Ihr unverbindlich ausprobieren könnt, ob Euch das Konzept zusagt.



Wir freuen uns auf Euer Kommen.
Veronika Bärenfänger

Ansprechpartner und Trainingszeiten
siehe Seiten 18/19.



BLUMEN LOBER
die Gärtnerei

Kirchstraße 40 | 91613 Marktbergel | Telefon: 09843/1378

FUSSBALL - 1. MANNSCHAFT

Die letzte Saison beendete man auf dem 9. Tabellenplatz mit 33 Punkten und einem Torverhältnis von 39:46. Nun geht es darum, die aus der A-Jugend in die 1. Mannschaft aufgerückten Spieler zu integrieren.

Dazu sind auch zwei Neuzugänge mit Florian Mollwitz (FSV Bad Windsheim) und Kai Ehrmann (TSV Burgbernheim) zu verzeichnen (siehe Foto). Auch auf der Trainerbank gab es einen Wechsel. Nachdem Matthias Hegwein nach zweijähriger erfolgreicher Arbeit seine Tätigkeit beendete, wurde mit Thomas Markert aus Burgbernheim ein neuer Trainer verpflichtet.

In dieser Saison ist das Ziel, möglichst weit weg von den Abstiegsplätzen zu stehen. Um für die kommenden Jahre eine junge schlagkräftige Truppe hervorzubringen, die wieder an frühere erfolgreiche Zeiten anknüpfen soll *Bernd Schuh*



Oben, v. l.: Trainer Thomas Markert, Christoph Wagner, Sebastian Kroha, Philipp Keil, Niklas Hartung, Sven Thürauf; unten, v. l.: Andreas Schuh, Hannes Belzner, Lukas Arnold, Florian Mollwitz (FSV Bad Windsheim), David Haager. Auf dem Bild fehlen Daniel Gundermann und Kai Ehrmann (TSV Burgbernheim).

Spielplan bis zur Winterpause

Sonntag, 30.10., 15.00 Uhr Hohlacher SV – TSV
Samstag, 5. 11., 14.30 Uhr TSV – SC Trautskirchen

Sonntag, 13.11., 14.30 Uhr SpVgg Steinachgrund – TSV
Sonntag, 20.11., 14.30 Uhr TSV Langenfeld – TSV

„Die erste und zweite Mannschaft möchten sich bei ihren Sponsoren herzlich für die Spende von zwei Spielbällen anlässlich der Kirchweih bedanken.“

FUSSBALL - 2. MANNSCHAFT

Die zweite Mannschaft lieferte eine solide Saison 2015/2016 ab und belegte in der Abschlusstabelle der B-Klasse 5 Nürnberg/Frankenhöhe den 6. Platz. Aus 26 Spielen wurden bei einem Torverhältnis von 65:44 insgesamt 45 Punkte (15 Siege, 0 Unentschieden, 11 Niederlagen) erreicht.

Die Mannschaft startete eher durchschnittlich in die Saison und hatte bis zur Winterpause erst 18 Punkte auf der Haben-Seite. Nach der Winterpause legte das Team um Cheftrainer Domi Horn eine beeindruckende Serie hin und konnte das Punktekonto noch auf die angesprochenen 45 Punkte hochschrauben – lediglich zwei Mannschaften spielten eine noch bessere Rückrunde als die TSV-Reserve.

Die treffsichersten TSV-Akteure waren Vincent Fehler (9 Tore), Jörg Hornung (5 Tore) und Michael Steinmetz (5 Tore).



Nach einer guten Vorbereitung auf die neue Saison haben sich die TSV-Kicker in den ersten Meisterschaftsspielen in toller Form gezeigt und konnten sich im oberen

Tabellendrittel etablieren. Im weiteren Verlauf der Saison freut sich die Mannschaft über jeden Zuschauer im Petersbergstadion – man hat noch viel vor... *Dominik Horn*



KULMBACHER

VERANTWORTLICHE IN DER JUGENDARBEIT

in der Spielgemeinschaft TSV Marktbergel – TSV Burgbernheim

Abt. Fußball Jugend TSV Marktbergel	Frank Philipp
Abt. Fußball Jugend TSV Burgbernheim	Simone Kachelriß
A-Jugend	Marco Ehrl Fabian Sandmann Kai Ehrmann
B-Jugend	Keine B-Jugend
C-Jugend	Werner Knoop Andreas Hoffmann Nick Stoll
D-Jugend	Frank Ußmüller (1) Rene Oeser Sadik Kastrati Anke Pümmerlein (2) Hans-Sebastian Thürauf
E-Jugend	Harald Korn (1) Erwin Zapf Herbert Dehner (2) Kai Pümmerlein
F-Jugend	Andrea Geuder (1) Jasmin Angermann (2) Jannik Hoffmann Jannik Oeser
G-Jugend	Annette Sauerhammer Niki Zeisler Christoph Heidecker



Spielplan der A-Junioren in der Kreisklasse:

05.11.2016	SG Losaurach – TSV Mb./TSV Bgb.	14.00
12.11.2016	TSV Mb./TSV Bgb – JFG Aischgrund	13.00
19.11.2016	JFG Ehegrund – TSV Mb./TSV Bgb	14.30
26.11.2016	TSV Mb./TSV Bgb – SG Altenberg	13.00
11.03.2017	JFG Nördl. LdkrFü – TSV Mb./TSV Bgb	15.00
18.03.2017	SG Uffenheim – TSV Mb./TSV Bgb	14.00
25.03.2017	TSV Mb./TSV Bgb – SG Hagenbüchach	13.00
01.04.2017	JFG Südl. Rangau – TSV Mb./TSV Bgb	15.30
08.04.2017	TSV Mb./TSV Bgb – SG Steinachgrund	14.00
28.04.2017	SG Großhabersdorf – TSV Mb./TSV Bgb	18.30
06.05.2017	TSV Mb./TSV Bgb – SG Losaurach	14.00
12.05.2017	JFG Aischgrund – TSV Mb./TSV Bgb	19.00
20.05.2017	TSV Mb./TSV Bgb – JFG Ehegrund	14.00
27.05.2017	SG Altenberg – TSV Mb./TSV Bgb	15.45

Spielplan der C-Junioren:

04.11.2016	SG Colmburg – TSV Mb./TSV Bgb.	18.00	Colmburg
12.11.2016	TSV Mb./TSV Bgb. – SG Uffenheim	13.00	Bgb.
19.11.2016	TSV Mb./TSV Bgb. – SG Schillingsfürst	13.00	Bgb.
25.03.2017	SG Elpersdorf – TSV Mb./TSV Bgb.	14.30	Mittelbach
01.04.2017	TSV Mb./TSV Bgb. – SG Uffenheim II	13.00	Bgb.
08.04.2017	TSV Lichtenau – TSV Mb./TSV Bgb.	14.15	Lichtenau
22.04.2017	TSV Mb./TSV Bgb. – SG Großhaslach	13.00	Bgb.
29.04.2017	ESV Ansbach-Eyb II – TSV Mb./TSV Bgb.	14.00	Ansbach
06.05.2017	TSV Mb./TSV Bgb. – SG Flachslanden	13.00	Bgb.
13.05.2017	TSV Fichte AN II – TSV Mb./TSV Bgb.	12.00	Ansbach
20.05.2017	TSV Mb./TSV Bgb. – SG Colmburg	13.00	Bgb.
27.05.2017	SG Uffenheim – TSV Mb./TSV Bgb.	13.00	Uffenheim
26.05.2017	SG Schillingsfürst – TSV Mb./TSV Bgb.	14.15	Dombühl

Spielplan der D-Junioren:

05.11.2016	TSV Emskirchen – TSV Mb./TSV Bgb.	10.00	Emskirchen
11.11.2016	TSV Mb./TSV Bgb. – SG Uffenheim	18.00	Bgb.
19.11.2016	SVV Weigenheim – TSV Mb./TSV Bgb.	10.30	Weigenheim
25.11.2016	TSV Mb./TSV Bgb. – SG Geslau	18.00	Bgb.
25.03.2016	FSC Franken Neust. – TSV Mb./TSV Bgb.	14.30	Neustadt
01.04.2017	JFG Oberes Zenntal – TSV Mb./TSV Bgb.	10.00	Trautskirchen
07.04.2017	TSV Mb./TSV Bgb. – SG Weinberg	18.00	Bgb.
08.04.2017	TSV Fichte AN III – TSV Mb./TSV Bgb. II	15.00	Ansbach
21.04.2017	TSV Mb./TSV Bgb. – SG Dombühl	18.00	Bgb.
22.04.2017	TSV Mb./TSV Bgb. II – SG Uffenheim III	11.00	Bgb.
28.04.2017	SG Rothenburg – TSV Mb./TSV Bgb.	17.30	Rothenburg
29.04.2017	SG Dombühl – TSV Mb./TSV Bgb. II	13.00	Schillingsfürst
05.05.2017	TSV Mb./TSV Bgb. – SG Lehrberg	18.00	Bgb.
06.05.2017	TSV Mb./TSV Bgb. II – JFG Aischgrund	11.00	Bgb.
12.05.2017	TSV Markt Erlbach – TSV Mb./TSV Bgb.	17.30	Markt Erlbach
13.05.2017	TSV Mb./TSV Bgb. II – SG Rothenburg III	11.00	Bgb.
19.05.2016	SVV Weigenheim II – TSV Mb./TSV Bgb. II	17.30	Weigenheim
19.05.2017	TSV Mb./TSV Bgb. – TSV Emskirchen	18.00	Bgb.
27.05.2017	TSV Mb./TSV Bgb. II – SG Schalkhausen	11.00	Bgb.
27.05.2017	SG Uffenheim – TSV Mb./TSV Bgb.	13.00	Uffenheim
23.06.2017	TSV Mb./TSV Bgb. – SVV Weigenheim	18.00	Bgb.
30.06.2017	SG Geslau – TSV Mb./TSV Bgb.	18.00	Buch a. W.



Ansbacher Straße 30
91613 Marktbergel
Telefon: 09843/98 30-0



Spielplan der E-Junioren:

29.10.2016	FSC Franken Neust. – TSV Mb./TSV Bgb.	10.00	Neustadt
29.10.2016	TSV Mb./TSV Bgb. II – SG Uffenheim II	11.00	Mb.
08.04.2017	TSV Mb./TSV Bgb. II – TSV Markt Nordheim	11.00	Mb.
22.04.2017	FSC Franken Neust. – TSV Mb./TSV Bgb. II	11.00	Neustadt
29.04.2017	SV Ickelheim – TSV Mb./TSV Bgb. II	11.00	Ickelheim
06.05.2017	TSV Mb./TSV Bgb. II – Spvgg Thierberg	11.00	Mb.
12.05.2017	TSV Markt Erlbach III – TSV Mb./TSV Bgb II	17.00	Markt E.
20.05.2017	TSV Mb./TSV Bgb.II – FSV Bad Windsh. II	11.00	Mb.
26.05.2017	SG Uffenheim – TSV Mb./TSV Bgb. II	17.30	Uffenheim

Spielplan der F-Junioren:

29.10.2016	TSV Mb./TSV Bgb II – DTV Diespeck	10.00	Bgb.
29.10.2016	TSV Markt Bibart – TSV Mb./TSV Bgb.	10.00	M. Bibart
08.04.2017	ESV Ansbach-Eyb III – TSV Mb./TSV Bgb. II	11.00	An-Eyb
22.04.2017	TSV Mb./TSV Bgb II – SG Rothenburg	10.00	Bgb.
30.04.2017	Franken Neustadt III – TSV Mb./TSV Bgb. II	11.00	Neustadt
14.05.2017	FSV Ipsheim II – TSV Mb./TSV Bgb II	10.30	Ipsheim
20.05.2017	TSV Mb./TSV Bgb II – TSV Markt Erlbach II	10.00	Bgb.
27.05.2017	DTV Diespeck II – TSV Mb./TSV Bgb II	10.00	Diespeck



FUSSBALL - ALTE HERREN

Die Altherren-Fußballer stehen derzeit mit in der laufenden Saison. Mit 9 Siegen aus bisher 11 absolvierten Spielen sieht die Bilanz recht gut aus. Lediglich gegen Weigenheim und Flachslanden musste man eine Niederlage hinnehmen.

Die bisher beste Saisonleistung zeigte das Team um Trainerstab Goller/Neumeister/Distler gegen den TSV Burgbernheim, der klar und deutlich mit 5:0 Toren besiegt wurde. Mit den Neuzugängen Harald Hanauer, Matthias Hegwein sowie Martin und Gerhard Lawrenz aus Ottenhofen wurde der AH-Kader nicht nur quantitativ, sondern v.a. auch qualitativ verstärkt.

Weitere Neuzugänge sind jederzeit herzlich willkommen und können zu den Trainingszeiten (Mittwoch, 19-21 Uhr) jederzeit vorbeischaun.

An dieser Stelle noch einen herzlichen Dank an die Vorstandschaft für die Unterstützung zur Anschaffung eines neuen Trikotsatzes. *Thorsten Distler*



Ergebnisse (Stand: 17.9.2016):

Marktbergel – Weigenheim	2:3	Marktbergel – Neustadt	4:3
Marktbergel – Unteraltenbernheim	1:0	Marktbergel – Sugenheim	4:1
Marktbergel – Sugenheim	3:0	Marktbergel – Gollhofen	3:0
Marktbergel – Flachslanden	0:2	Marktbergel – Burgbernheim	5:0
Marktbergel – Adelshofen	3:0	Marktbergel – Markt Nordheim	5:0
Marktbergel – Diethofen	4:1		

brunnen
apotheker

Günter Opel e.K.
Apotheker

„Alles Gute für ihre Gesundheit“

UNSERE TURNGRUPPE FÜR KINDER VON 0 BIS 4 JAHREN

Auch weiterhin findet montags von 15 bis 16.30 Uhr die Turngruppe für unsere Kleinen statt.

Bei schönem Wetter waren wir den Sommer über am Sandkasten hinter dem Fußballfeld. Seit September bauen wir für die Kinder wieder Geräte in der Halle auf. Sehr beliebt ist eine Schaukel aus Ringen, einer Langbankrutsche und das Bällebad.

Das Schwungtuch macht den Kleinen momentan riesigen Spaß. Wir freuen uns, wenn noch mehr Kinder mit uns mitturnen würden.
Marion Grosch



Die Hypnose-Schule
Wir wissen wie

Unsere Leistungen:

- Raucherentwöhnung
- Gewichtsreduktion
- Psychische Blockaden lösen
- Tiefenentspannung
- Lernprobleme lösen
- diverse Hypnoseausbildungen
- u. v. m.

Hypnose-Mittelfranken
Hypnosetherapeut Frank Philipp
Holunderweg 7
91613 Marktbergel

Telefon: 09843-935842
E-Mail: info@hypnose-mittelfranken.de
Internet: www.hypnose-mittelfranken.de

NEUES AUS DEM KRAFTRAUM

Seit Anfang Oktober ist der Krafraum wieder fest in den Händen von Erwin Pümmerlein. Wir freuen uns sehr, dass damit wieder eine durchgängig kompetente Betreuung in den beiden Räumen gegeben ist. Die Öffnungszeiten haben sich geringfügig geändert (siehe Seite 18). Außerdem wird es am Dienstag- und Donnerstagvormittag eine zusätzliche Trainingsmöglichkeit für Frauen geben.

In den Krafräumen werden zukünftig zur Verbesserung der Hygiene Papiertücher und Desinfektionsmittel zur Verfügung gestellt. Um die dadurch entstehenden zusätzlichen Kosten aufzufangen wird der Vorstand in der nächsten Sitzung über eine geringfügige Anhebung des Zusatzbeitrages für



die Nutzung des Krafraums beraten. Z. Zt. liegt der Zusatzbeitrag bei 30,- Euro/Jahr. Um die Sicherheit aller Nutzer zu gewährleisten wurde eine Fachfirma mit der jährlichen Wartung aller Geräte beauftragt.



Weiterhin müssen alle neuen Krafraumnutzer eine Einweisung bei Erwin Pümmerlein durchlaufen. Diese Einweisung findet innerhalb der normalen Öffnungszeiten statt.
Stephan Voss

OSTEOPOROSE IN DER PRÄVENTION

Den Körper durch Balance-Übungen im Gleichgewicht halten, dehnen und strecken und sich in der Gruppe mit Freude bewegen. Das Herz-Kreislaufsystem mit rhythmischer Musik stimulieren, das ist unser Programm in dieser Stunde.

Vielfältige Gymnastikgeräte kommen abwechselnd zu Einsatz.

Unser Ziel: Gesunderhaltung der Knochen um die Sturzgefahr zu verringern oder vielleicht sogar zu verhindern.

Ida Widtmann



ABTEILUNG WALKER

Auch für die Walker steht nicht nur immer der Sport im Vordergrund. In diesem Jahr beteiligten wir uns am Jahresausflug der Läufer und fuhren gemeinsam nach Graunau am Fuße der Zugspitze.

Am frühen Freitagnachmittag reisten wir an und starteten zunächst mit einem gemütlichen Lauf bzw. Spaziergang rund um den Eibsee. Der Abend gehörte dann allein der Gemütlichkeit und klang gemütlich bei dem einen oder anderen Glas Weißbier im Biergarten aus.

Samstag ging es gleich nach dem Frühstück auf die gemeinsame Wanderung durch die Höllentalklamm bis zur Höllentalangerhütte. Bei herrlichem Wetter konnten wir von hier von der Terrasse aus den Gipfel der Zugspitze bewundern. Weiter ging es mit unserer Wanderung und harmlosen Klettereien gespickt zum Kreuzeck. Dort kehrten wir ein und füllten die verbrauchten Kalorien mit Kaffee und



Kuchen wieder auf. Der ursprüngliche Plan sah vor von hier aus mit der Seilbahn wieder ins Tal hinab zu fahren. Wegen des guten Wetters beschlossen wir jedoch den Abstieg auch wieder per pedes zu bewältigen. Dies war eine gute Gelegenheit um mal live zu erleben, wie schnell das Wetter im Gebirge umschlagen kann. Wir waren gerade auf halben Weg nach unten als der Himmel beschloss all seine Schleusen zu öffnen und uns nass bis auf die Unterhosen zu machen. Man hatte zwischendurch das

Gefühl, das gleich Noah vorbeikommen würde um zu verkünden, dass es nun bald Zeit sei mit dem Boarding zu beginnen. Pitschnass erreichten wir unser Hotel in dem bereits die Sauna angeschürt war. Abends lachten wir wieder lang bei Bier und Wein über diesen unvergesslichen Tag.

Am Sonntag traten wir wieder die Heimreise an. Wir sind uns alle einig, dass diese Ausflüge auch zukünftig fester Bestandteil der Jahresplanung bleiben sollen.

Stephan Voss

BERICHT DER MÄNNERGYMNASTIK-GRUPPE



Mittwoch, dd.mm.yy., 8.55 Uhr:
„Da sind wir aber gespannt,
wie uns die Ida heute wieder hernimmt.“



Mittwoch, dd.mm.yy., 9.20 Uhr:
„Geschüttelt, nicht gerührt!“ „Bei der nächsten
Cocktail-Party werde ich grandiose Cocktails mixen.“



Mittwoch, dd.mm.yy., 9.30 Uhr:
„Jetzt haben wir gehofft, dass sie diesmal
das Bauch-, Beine-, Rückenprogramm
vergisst.“



Wir üben jeden Mittwoch von 9 bis 10 Uhr. Wir sind am Beginn der Übungsstunde im Alter von 65 bis 82 Jahren, am Ende der Stunde fühlen sich viele jünger, manche aber ganz schön alt.

Ida Widmann/
Johann Schmidt

**Wir heißen Sie willkommen
in unserem italienischen Restaurant**

IL Gabbiano

Clemente Pontillo

Kirchstraße 15 | 91613 Marktbergel

Telefon: 09843/548886



DAS BESONDERE ETWAS.....

Öffnungszeiten: Mo. – Do. 17.00 – 24.00 Uhr
Fr. bis So. 11.30 – 14.00 Uhr und
17.00 – 24.00 Uhr

Dienstag Ruhetag (außer Feiertage)

Montag ist Pizzatag – Jede Pizza (26 cm) nur 4,- €

LAUFTREFF UND LEICHTATHLETIK

Der TSV hat in diesem Jahr beim Bayerischen Leichtathletik Verband eine eigene Leichtathletik – Abteilung gemeldet. Das wurde nötig, weil wir z.B. mit Reinhard Joas einen sehr starken Läufer haben, der auch an nationalen und internationalen Wettbewerben teilnimmt. Im Oktober wurde er z.B. Deutscher-Vizemeister im Cross-Duathlon. Damit er und andere Mitglieder unserer Laufabteilung an solchen Wettbewerben teilnehmen können brauchen sie einen Startpass. Dieser wird nur erteilt, wenn der Verein eine entsprechende Abteilung vorweisen kann. Neben Reinhard finden sich noch andere vielversprechende Talente unter unseren Läufern.

Die Laufabteilung wächst von Jahr zu Jahr weiter an. Auch in diesem Jahr nahmen wieder über 20 Leute am Lauf10!



Programm teil. Über einen Zeitraum von 10 Wochen lernen die Neulinge dabei eine Distanz von 10 km laufend oder walkend zu bewältigen. Viele Teilnehmer treten anschließend in den TSV ein und bleiben dem Lauf- bzw. Walkingtreff treu. Eines der Bilder zeigt die diesjährige Gruppe nach erfolgreich absolviertem Abschlusslauf.

Unser Lauftreff-Angebot wurde auch weiter ausgebaut. Zusätzlich zu den Trainingsmöglichkeiten am Dienstag und Donnerstag gibt es die Möglichkeit in der Gruppe am Sonntag-Vormittag zwischen 1 und 3 Stunden im Burgberheimer Wald lange Ausdauerläufe als Vorbereitung auf Halbmarathon und Marathon zu laufen.

In den Sommermonaten fand in diesem Jahr zum ersten mal ein weiteres Trainingsangebot auf der Sportanlage in Bad Windsheim am Galgenbuckweg statt. Hier gibt es die Möglichkeit auf der Laufbahn schnelle Intervall-Einheiten zu laufen (siehe Bild). Dieses über mehrere Wochen gesteigerte Training trägt zur Verbesserung der persönlichen Bestzeiten bei. Da auch



dieses Angebot sehr gut angenommen wurde, steht eine Fortführung im nächsten Jahr nichts im Wege.

Neulinge und Wiedereinsteiger sind uns beim Lauf- oder Walkingtreff sehr herzlich Willkommen. Wer ganz bei 0 anfängt ist beim Lauf10 (auch das findet 2017 wieder statt) bestens aufgehoben. Im Zweifelsfall einfach mal fragen. Wir laufen nicht nur zusammen, sondern haben auch ansonsten jede Menge Spaß.

Allen sportbegeisterten steht die Gymnastik-Stunde für Läufer und Walker am Montagabend offen. Die Muskeln die hier trainiert werden sind nicht nur für die angesprochene Zielgruppe wichtig, sondern auch für die Allgemeinheit wichtig. Hier kann jeder gern mal vorbeikommen und mitmachen.

Stephan Voss

NACHTRAG ZUM BERICHT IN DER TRIBÜNE 2

zur Sportabzeichen-Übergabe bei den Radlern für die Saison 2015

Bei der Frühjahrssitzung 2015 des Kreisverbandes des BLSV in Neustadt/Aisch wurde Christian Schor als ältester Teilnehmer beim Erwerb des Sportabzeichens 2015 im Landkreis besonders geehrt. Da er dabei nicht anwesend sein konnte, wurde die Ehrung nachträglich in Marktbergel vollzogen.

Vor der wöchentlichen Trainingstour überreicht Johann Schmidt an Christian Schor die besondere Ehrenurkunde.

Johann Schmidt



Ihr kompetenter Partner in allen
Geldanlagen sowie Bausparen, Versicherungen
und Immobilien.



Sparkasse
in Marktbergel

www.sparkasse-nea.de

NEUES VOM TISCHTENNIS

Am letzten Trainingstag vor der Sommerpause lud die Abteilung den Nachwuchs zum Vereinsturnier. Erfreulicherweise war die Beteiligung sehr gut, nahezu alle Ranglistenspieler liefen auf. Auch Spieler außerhalb der Rangliste nahmen teil.

Das Teilnehmerfeld war also mit 8 Personen gut besetzt, das Turnier im Spielmodus jeder gegen jeden dauerte gute zweieinhalb Stunden und nach 28 Partien stand mit Nils Fehler der verdiente Sieger fest. Auf den 2. Platz konnte sich Neuling Maximilian Weiß platzieren, seine guten Trainingsleistungen hatten dies bereits angedeutet. Jonathan Hasselt wurde äußerst knapp auf den 3. Platz verwiesen, nur ein verloreener Satz mehr trennte im vom 2. Platz, allerdings wurde auch er von Rene Zens verfolgt. Alle 3 hatten eine Bilanz von 5:2 Spielen. Da wir Maximilian Weiß für die neue Saison als Spieler gewinnen konnten, ist dies eindeutig

Hintere Reihe von links nach rechts:
 Karina Ehrmann, Rene Zens, Marc Wirth, Jakob Hasselt, Vanessa Zapf.
 Mittlere Reihe von links nach rechts:
 Jonathan Hasselt, Nils Fehler, Maximilian Weiß, Tobias Kohler, Noah Deffner.
 Vorne: Frank Fehler.



Die Platzierungen im Einzelnen:

Platz	Name	TTR	Sätze	S. Diff	Spiele	Sp. Diff
1.	Nils Fehler	860	21:2	19	7:0	7
2.	Maximilian Weiß		18:6	12	5:2	3
3.	Jonathan Hasselt	712	17:8	9	5:2	3
4.	Rene Zens	708	15:8	7	5:2	3
5.	Jakob Hasselt	736	9:15	-6	3:4	-1
6.	Tobias Kohler	685	6:18	-12	1:6	-5
7.	Marc Wirth	692	7:20	-13	1:6	-5
8.	Noah Deffner		4:20	-16	1:6	-5

als Verstärkung anzusehen. Jeder Teilnehmer erhielt eine Medaille, die drei Erstplatzierten einen Pokal. Im Anschluss bekam jeder Teilnehmer ein T-Shirt. Vielen Dank an den Sponsor „Steinbacher Mühle“.

Frank Fehler

PILATES TRAINIERT DEIN KÖRPERZENTRUM

Die Speziellen Übungen steuern gezielt die untenliegende Muskulatur an, kräftigen und stärken sie.

Das Ziel des Mattentrainings besteht darin, einen natürlichen Bewegungsfluss zu schaffen, der die Energie und Dynamik langsam steigert ohne dabei die Kontrolle zu verlieren.

Mit den 9 Pilatesgrundübungen, The hundred, Roll up and down, Single leg circle, Spine twist, Rolling like a ball, Single leg stretch, Shoulder bridge, Side leg series und Swimming werden innerhalb einer Stunde sämtliche Muskelgruppen sanft, aber bestimmt angesprochen und trainiert. Schon nach wenigen Stunden lässt sich eine Verbesserung der Körperhaltung erreichen. Gelenk- oder Rückenpro-



bleme lassen sich durch gezieltes Muskulaturtraining verringern, wenn nicht sogar beseitigen. Interesse geweckt? Kommt

doch einfach vorbei am Donnerstag von 19 bis 20 Uhr. Ich freue mich auf Euch.

Veronika Bärenfänger



KFZ Technik Kleppel

- Unfallinstandsetzungen
- Pannenhilfe
- Lackierarbeiten
- Klimageservice
- Reifenservice
- Glasservice
- Reparaturen aller Fabrikate
- und vieles mehr ...

Bergeler Straße 26 · 91593 Burgbernheim · Telefon 09843/431
 Fax 09843/3690 · E-Mail: kfz-technik-kleppel@web.de

BERICHT VOM VOLLEYBALL

In zwei spannenden Relegationsspielen gegen Altdorf und Ebermannstadt konnte das Team der Spielgemeinschaft um Trainer Kai Dietrich den Klassenerhalt und somit der Verbleib in der Bezirksklasse Süd sichern.

Trotz der angespannten und dünnen Personaldecke entschieden sich die Spieler in Absprache mit dem Trainer und den beiden Abteilungsleitern für die kommende Saison 2016/17 erneut eine Mannschaft zum offiziellen Spielbetrieb zu melden. Die kommende Saison wird eine große Herausforderung, zumal mit Jürgen Jänsch und Gerd Düll (Karriereende) zwei äußerst erfahrene Spieler dem Team nicht mehr zur Verfügung stehen und auch hinter dem Einsatz von Thorsten Zagel verletzungsbedingt noch ein großes Fragezeichen steht.

Der erste Spieltag der Saison findet am Samstag 15. Oktober ab 14:00 Uhr mit einem Heimspiel in der Schulturnhalle in Burgberheim gegen Dinkelsbühl und Dürrwangen statt. Hier wird sich zeigen, ob die personelle Situation ausreichend

ist und genügend Spieler zur Verfügung stehen. Bis dahin gilt es sich gut vorzubereiten, wobei die Trainingsbeteiligung nach Angaben von Trainer Dietrich ruhig noch etwas verbessert werden kann.

Thorsten Distler

Spielplan Bezirksklasse Süd Herren – Spielbeginn: 14.00 Uhr

Datum	Heimrecht		
15.10.2016	SG MB-BGBH (in BGBH)	Dinkelsbühl	Dürrwangen
12.11.2016	SG MB-BGBH (in MB – Kerwa)	Windsbach/Rednitzhembach	Solnhofen
26.11.2016	Bad Windsheim II	SG MB-BGBH	Zirndorf II
10.12.2016	Windsbach/Rednitzhembach	Dinkelsbühl	SG MB-BGBH
14.01.2017	Bad Windsheim II	SG MB-BGBH	Dürrwangen
28.01.2017	SG MB-BGBH (in BGBH)	Katzwang-Schwabach II	Solnhofen
18.02.2017	Rothenburg	SG MB-BGBH	Zirndorf III
18.03.2017	Rothenburg	SG MB-BGBH	Katzwang-Schwabach II

TAI BO

Seit dem Erscheinen der letzten „Tribüne“ hat sich in unserer Abteilung einiges ereignet. Im April fand in der TSV-Sporthalle die erste Fitness-Nacht statt. Hier hatten wir Gelegenheit der breiten Öffentlichkeit unsere Sportart etwas näher zu bringen. Mit vollem Einsatz haben die geübten TaiBo-Sportler eine Trainingseinheit absolviert, die so manchem Zuschauer ein anerkennendes „Boah“ über die Lippen brachte. Auch die teilnehmenden Fitness-Nacht-Gäste hatten sichtlich ihren Spaß dabei.

In den folgenden Wochen konnten wir dann etliche neue Mitglieder begrüßen. Sie haben einfach zum Ausprobieren bei den TaiBo-Stunden mitgemacht. Um die Techniken richtig zu erlernen traf sich die Trainerin nach Absprache vor den eigentlichen Trainingsstunden mit Ihnen um in Ruhe alles erklären zu können. Somit sind die „Neuen“ schon richtig gut und können problemlos an den Trainingsstunden teilnehmen. Im Juli folgte dann der Petersberglauf mit Rahmenprogramm. Hier ließen wir uns trotz der heißen Temperaturen nicht davon abbringen eine Kostprobe unserer



Sportart vorzuführen. Zum Abschluss vor der Sommerpause verbrachten wir im Biergarten der Pizzeria Belvedere einen sehr geselligen und lustigen Abend.

Nach dem von vielen herbeigesehnten Ende der Sommerpause finden die Trai-

ningsstunden wie gewohnt jeden Montag und Mittwoch statt, somit haben wir den Rücken-, Gelenk- und Gewichtsproblemen erneut den Kampf angesagt. Wer mit uns kämpfen möchte ist jederzeit herzlich willkommen.

Manuela Thürauf

Gasthof Dietz

Fränkische Gastlichkeit seit neun Generationen!



Übrigens: Wir bieten Ihnen auch drei Doppelzimmer und ein Dreibettzimmer zum Wohlfühlen und Entspannen, alle mit Dusche, WC und TV, gerne auch als Einzelzimmer belegbar.



Abonnieren Sie jetzt auf www.gasthof-dietz.de unseren Newsletter und verpassen Sie keine Aktionen mehr!

Gasthof Dietz
Anfelden 1 · Oberdachstetten
Tel. 09845 / 256

BERICHT DER HOBBYRADLER

In dieser Saison 2016 konnte unsere Radler-Gruppe ihr 20jähriges Bestehen feiern. Wie es einer Radler-Gruppe zu kommt, beging man das Jubiläum mit vier Tagestouren.

TAGESTOUR 1: Marktbergel-Aub –

Diese Tour brachte neben einigen kulturellen Sehenswürdigkeiten auch etliche statistische Besonderheiten. So führte die Tour - zumindest in kleinen Teilbereichen - auch durch ein zweites Bundesland, nämlich Baden-Württemberg. Außerdem radelte das Team durch drei Regierungsbezirke, Mittelfranken, Unterfranken und Stuttgart (B.-W. hat vier Regierungsbezirke: Freiburg, Karlsruhe, Stuttgart, und Tübingen). Schließlich lagen auf dem Weg auch vier Landkreise, NEA, WÜ, TBB und AN. Gesamtstrecke: 80 km, reine Fahrzeit 5 Stunden

THEMEN: Kunst- und Kulturhistorisches: Schloss Walkershofen, Kirche Mariä Himmelfahrt in Aub mit einer Kreuzigungsgruppe von Tilman Riemenschneider, Waldmannshofen mit dem Feuerwehrmuseum im Schloss, Frauental mit Klosteranlage, Kleinhartbach mit dem Glockenhäusle und dem Glaubensweg, Ohrenbach (Biergarten)

TAGESTOUR 2: Marktbergel-Uehlfeld –

In dieser Tour versuchten wir eine Verbindung aus Aischtalweg, Karpfenweg und Kräuterweg zu schaffen und es gelang. Nach der Zufahrt bis Neustadt radelten wir bis Dachsbach (Aischweg), bogen dann in östliche Richtung nach Rohensass ab und durchquerten das Weihergebiet bis Gottesgab und weiter nach Uehlfeld. Dort trafen wir auf den Kräuterweg und befuhren ihn bis Schornweisach, Vestenbergsgreuth und dann im schönen Wiesengrund der Kleinen Weisach bis nach Lonnerstadt. Von dort

ging es weiter auf dem Kräuterweg zurück nach Uehlfeld und Dachsbach. Das letzte Teilstück bis Neustadt war uns dann von der Hinfahrt her schon bekannt. Gesamtstrecke: 78 km, reine Fahrzeit 5 Stunden

THEMEN: Viele unterschiedliche Landschaften und viele Störche: Flussniederung, Weihergebiet, Steigerwald-Höhen, Bachgrund, Ackerland mit Gewürzen und Kräutern

TAGESTOUR 3: Marktbergel-Rothenburg –

Marktbergel-Windelsbach-Geslau-Schönbrenn-Golfplatz(!!!)-Faulenberg(!!!)-Kirnberg-Rothenburg(!!!)-Schweinsdorf-Nordenberg(!!!)-Oberrordenberg-Windelsbach-Burghausen-Ermethhof-Marktbergel. Gesamtstrecke: 68 km, reine Fahrzeit nicht ganz 4 Stunden, 617 Höhenmeter

THEMEN: Um und Hin und Durch Rothenburg, und „wir können auch Berge“ (!!! mind. 12%)



Bei Voggendorf/Uehlfeld.

TAGESTOUR 4: Marktbergel-Rügland –

Marktbergel-Obernzen-Sonderhohe-Virnsberg-Neustetten-Rügland-Kettenhöfsetten-Kellern-Rosenbach (MITTAG)-Oberdachstetten-Marktbergel. Gesamtstrecke: 51 km, reine Fahrzeit 3 Stunden

Themen: ohne, einfach Spaßradeln mit prima Mittagessen

Natürlich radelten wir in unserem Jubiläumsjahr auch unsere donnerstäglichen Trainingstouren. *Johann Schmidt*



Vor Schloss Walkershofen.

BERICHT ZUR SPORTABZEICHENABNAHME 2016

In dieser Saison unterzogen sich diesmal acht Männer der Radlergruppe den Prüfungen zum Deutschen Sportabzeichen und nach einigen Jahren Pause auch wieder

mehrere Frauen und einige Kinder aus den verschiedenen Abteilungen des TSV Marktbergel. Die Ergebnisse der Teilnehmer erfahren sie in Tribüne 4, denn die Leistungs-

abnahme war bei Redaktionsschluss noch nicht beendet. *Johann Schmidt*

Jeder Mensch hat etwas, das ihn antreibt.

„Das nächste Spiel“

Ein fairer Partner!

Wir machen den Weg frei.

www.raiba-bw.de



Raiffeisenbank
Bad Windsheim eG
zuverlässig - sicher - vor Ort



AUSBLICK AUF 2017

Es ist noch zu früh, um hier eine komplette Jahresplanung für 2017 abzugeben. Einen kleinen Ausblick möchten wir aber trotzdem schon wagen. Dabei muss jedoch berücksichtigt werden, dass einige Vorhaben erst noch durch die Vorstandschaft beschlossen werden müssen.

Wir wollen nach dem diesjährigen großen Erfolg im Frühjahr eine weitere Fitnessnacht veranstalten. Ein konkreter Termin dafür steht noch nicht fest. Ebenso wird der Petersberglauf auch wieder in 2017 stattfinden. Termin ist Sonntag, der 9. Juli. Weiterhin wollen wir daran arbeiten, unser Kurssystem mit Gesundheits- und Fitnessangeboten weiter auszubauen. Der sehr erfolgreiche Zumba-Kurs soll weiterlaufen.

Mit Martina Ullrich haben wir eine externe Übungsleiterin gewinnen können, die neben dem gerade laufenden „Drums for fitness“ noch weitere Möglichkeiten in petto hat. Lasst euch überraschen, was da noch alles kommt.

Als kleinere Baumaßnahme wollen wir den kleinen Schuppen, der früher die Spielerkabinen beherbergte, sanieren. Eine Überprüfung hat ergeben, dass das Dach und die Unterkonstruktion noch in gutem Zustand sind. Damit müsste nur die Außenverkleidung erneuert werden. Auch das wollen wir wieder für kleines Geld mit viel Eigenleistung in Angriff nehmen. Von der Terrasse des Sportheims aus soll das Gebäude wieder ein schöner Anblick neben den alten Linden bieten.

Ganz aktuelle Meldung:

Auf unseren Wunsch hin wird die Gemeinde der Straße, die von der B 13 hinauf zur Sporthalle und zum Sportheim führt, einen Namen geben. Die Straße wird zukünftig „Am Sportplatz“ heißen. Die Halle bekommt die Hausnummer „1“, das Sportheim die Nummer „2“. Damit ziehen wir die Konsequenzen aus dem letzten Rettungswagen-Einsatz. Der Fahrer war ortsunkundig und fuhr am Gelände vorbei die Steige hinauf. Bei einem wirklichen Notfall kann die Zeit, die er zum Wenden gebraucht hat, entscheidend sein. Mit der Vergabe eines Straßennamens ist die Halle zukünftig per Navi zu finden.

DEFIBRILLATOR IN DER SPORTHALLE

Bei einer der letzten Bürgerversammlungen in Marktbergel wurde darüber diskutiert, dass es im Ort zwei Defibrillatoren gibt, die in einer Entfernung von gerade mal 200 Metern stationiert sind.

Einer befindet sich im Eingangsbereich der Raiffeisenbank der andere war im Rathaus angebracht. Da es beim TSV zu diesem Zeitpunkt bereits Überlegungen gab selbst einen solchen Defi zur Lebensrettung anzuschaffen, wurde angeregt das Gerät vom Rathaus auf das Sportgelände zu

verlegen. Der Antrag wurde an den Gemeinderat gegen und dort beschlossen. Der Defi befindet sich nun seit Ende September in der Sporthalle. Das Hinweisschild wurde am Sportheim angebracht. Der TSV dankt dem Bürgermeister Dr. Manfred Kern und den Gemeinderäten sehr herzlich.



Manfred Karr, Kfz.-Meister

Mail: manfred.karr@t-online.de

Kirchstraße 7 • 91613 Marktbergel

tel (0 98 43) 31 65

mobil (0 16 0) 6 36 60 36

fax (0 98 43) 9 36 99 2

der **Schrauber**

hier schraubt der Meister selber

Kfz.-Reparatur aller Marken

UMB AU KABINEN UND DUSCHEN IM SPORTHEIM

In seiner ersten Sitzung beriet die neue Vorstandschaft unter anderem auch über den Zustand der alten Kabinen und Duschen im Sportheim. Dort bildete sich schon seit längerer Zeit Schimmel unter der Decke. Dieser Schimmel war nicht nur optisch unschön anzusehen, sondern kann auch zu einer Gefahr für das Gebäude und die Gesundheit der Nutzer werden. Mehrere Versuche in der Vergangenheit den Schimmel zu entfernen brachten keinen dauerhaften Erfolg.

Man ließ die Kosten für eine Sanierung der betroffenen Bereiche schätzen und gab dann die entsprechende Summe durch einstimmigen Beschluss frei. Maßgabe war dabei, dass die Sanierung zum größten Teil durch Eigenleistung erfolgen sollte.

Unsere Fußballer begannen unter der Bauleitung von Nicolas Dworschak unverzüglich mit den Arbeiten. Die Kabinen wurden komplett entkernt. Die Glasbausteine, die bisher nur ein unbefriedigendes Lüften ermöglichten wurde ausgebaut. Schon in dieser Phase zeigte sich, dass der Umbau aufwendiger als geplant werden würde. Beim Teilrückbau der alten Wasserleitungen zeigte sich, dass diese zahlreiche undichte Stellen aufwiesen, die das Mauerwerk schon seit Jahren durchfeuchtet hatten. Die Leitungen wurden stillgelegt und durch ein neues System ersetzt. Durch trockenbauliche Maßnahmen wurde dafür gesorgt, dass die Bildung von Tauwasser und die daraus resultierende Schimmelbildung minimiert wurde. Zudem ermöglichen die neuen Fenster in Zukunft ein richtiges Lüften.

Auch der Boden musste wesentlich aufwendiger als geplant saniert werden. Unter der Oberfläche befand sich einiges an lockerem Material. Hier musste ein



entsprechender Unterbau neu geschaffen werden. Nach Abschluss dieser Arbeiten konnte man mit dem Verputzen und Fliesen beginnen. Hier ist es der großen Erfahrung von Andreas Faske zu verdanken, dass die Arbeiten zu einem optisch sehr ansprechenden Ergebnis führten.

Zum Schluss folgten neben den Streifarbeiten noch die Montage der Duscharmaturen, der Waschbecken, der Bänke und Kleiderhaken. Die Räume erstrahlen nun in einem freundlichen und modernen Glanz.

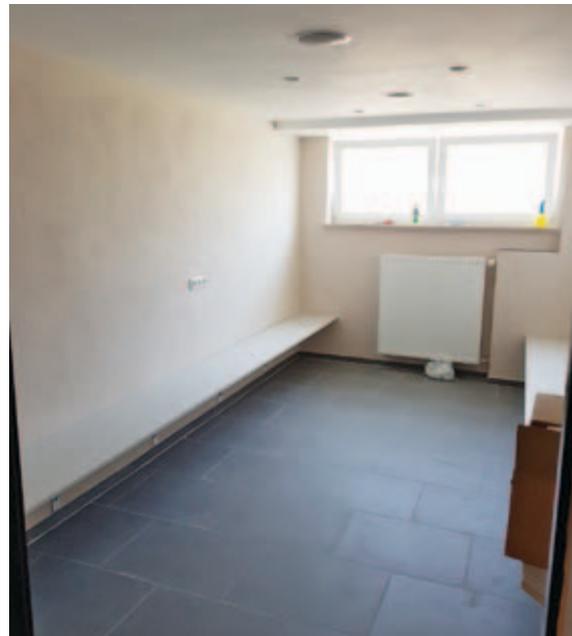
Wenn man hier nun liest, dass die Arbeiten wesentlich aufwendiger als geplant durchgeführt werden mussten, kann man leicht auf den Gedanken kommen, dass die Kosten ähnlich wie bei Stuttgart 21 oder der Elbphilharmonie in Hamburg aus dem Ruder gelaufen sind. Das ist aber nicht der Fall! Der vom Vorstand vorgegebene Rahmen

wurde fast auf den Euro genau eingehalten.

Die kostengünstige Sanierung war nur durch das sehr engagierte Einbringen von freiwilliger Arbeitsleistung durch unsere Jungs aus der Fussballabteilung möglich. Das Allein hat uns mehr tausend Euro an Lohnkosten gespart. Jungs ihr seid großartig!

Es ist leider nicht möglich hier alle Helfer und Unterstützer namentlich zu nennen, deshalb nur eine kleine Auswahl: Bauleiter Nicolas Dworschak, Fabian Sandmann, Andreas Faske, Fabian Horn, Matthias Sturm, Herbert Schmetzer, Wolfgang Neumeister, Dominik Horn, Erwin Siemund, Firma Zapf, Firma Wimmer, Zimmerei Ströbel. Ebenso Tine und Bernd Schuh, die sich um das leibliche Wohl unserer Helfer gekümmert haben und die Aufräumarbeiten übernahmen. Auch euch allen ein ganz herzliches Dankeschön!

Stephan Voss/Nicolas Dworschak



DAS SPORTANGEBOT DES TSV MARKTBERGEL 1900 E.V.

MONTAG				
Babykrabbelgruppe	Kleinkinder bis ca. 2 Jahre	15.00 – 16.30	Marion Grosch	m.grosch@tsvmarktbergel.de
Eltern- und Kind-Turnen	Kinder bis ca. 4 Jahre	15.00 – 16.30	Marion Grosch	m.grosch@tsvmarktbergel.de
Badminton	Jugendliche (8 – 15 Jahre)	17.00 – 18.00	Erna Eberlein	Telefon 09844/978546 e.eberlein@tsvmarktbergel.de
Kraftraum	Erwachsene	18.00 – ca. 20.00 Uhr	Erwin Pümmerlein	Telefon 09843/3958
Gymnastik für Läufer und Walker	Erwachsene	19.00 – 20.00	Stephan Voss	Telefon 0151/52433214 s.voss@tsvmarktbergel.de
TaiBo	Erwachsene	19.00 – 20.00	Manuela Thürauf	m.thuerauf@tsvmarktbergel.de
Basketball	Erwachsene	20.00 – 22.00	Christian Hufnagel	Telefon 09843/9357036 ch.hufnagel@tsvmarktbergel.de
DIENSTAG				
Kraftraum	Frauen	09.00 – 10.00	Erwin Pümmerlein	Telefon 09843/3958
Pilates	Erwachsene	09.00 – 10.00	Ida Widtmann	Telefon 09843/1629 i.widtmann@tsvmarktbergel.de
Walker	Erwachsene	18.00 – 19.00	Elke Kolb	e.kolb@tsvmarktbergel.de
Lauftreff	Erwachsene	18.30 – 19.30	Günther Otto-Goller	Telefon 09843/2710 g.ottogoller@tsvmarktbergel.de
Volleyball	Erwachsene	19.00 – 21.00 (Burgbernheim)	Thorsten Distler	Telefon 0163/6149177 th.distler@tsvmarktbergel.de
Badminton	Erwachsene	Sommer: 19.00 – 22.00 Winter: 20.00 – 22.00	Karl Hoppe	k.hoppe@tsvmarktbergel.de
Kantaera	Erwachsene	19.00 – 20.00	Veronika Bärenfänger	Telefon 09843/95545 v.baerenfaenger@tsvmarktbergel.de
Damen-Gymnastik	Frauen	20.00 – 21.00	Ida Widtmann	Telefon 09843/1629 i.widtmann@tsvmarktbergel.de
MITTWOCH				
Herren-Gymnastik	Männer	08.50 – 10.00	Ida Widtmann	Telefon 09843/1629 i.widtmann@tsvmarktbergel.de
Osteoporose-Vorsorge	Frauen	10.00 – 11.00	Ida Widtmann	Telefon 09843/1629 i.widtmann@tsvmarktbergel.de
TaiBo	Erwachsene	19.30 – 20.30	Manuela Thürauf	m.thuerauf@tsvmarktbergel.de
Kraftraum	Erwachsene	18.00 – ca. 20.00 Uhr	Erwin Pümmerlein	Telefon 09843/3958
DONNERSTAG				
Kraftraum	Frauen	09.00 – 10.00	Erwin Pümmerlein	Telefon 09843/3958
Radfahrer	Erwachsene	ab 18.00 (alte Schule)	Johann Schmidt	Telefon 09843/1538 j.schmidt@tsvmarktbergel.de
Lauftreff	Erwachsene	18.30 – 19.30	Günther Otto-Goller	Telefon 09843/2710 g.ottogoller@tsvmarktbergel.de
Pilates	Erwachsene	19.00 – 20.00	Veronika Bärenfänger	Telefon 09843/95545 v.baerenfaenger@tsvmarktbergel.de
FREITAG				
Kraftraum	Erwachsene	18.00 – ca. 20.00 Uhr	Erwin Pümmerlein	Telefon 09843/3958
Tischtennis	Jugendliche (ab 6 Jahre)	18.00 – 20.00	Frank Fehler	f.fehler@tsvmarktbergel.de
Tischtennis	Erwachsene	19.30 – 22.00	Frank Fehler	f.fehler@tsvmarktbergel.de
Kantaera	Erwachsene	19.00 – 20.00	Veronika Bärenfänger	Telefon 09843/95545 v.baerenfaenger@tsvmarktbergel.de

DIE FUSSBALLWOCHE DES TSV MARKTBERGEL 1900 E.V.

MONTAG				
E-Junioren (E1)	U11	17.30 – 19.00	Harald Korn, Erwin Zapf	Burgbernheim
C-Junioren	U15	18.30 – 20.00	Thomas Heckel, Frank Hofmann, Nina Pümmerlein	Burgbernheim
DIENSTAG				
E2-Junioren	U11	16.30 – 18.00	Anke Pümmerlein, Anett Kohler	Burgbernheim
D1-Junioren	U12/U13	18.00 – 19.30	Uwe Pampel-Strobel, Sadik Kastrati	Burgbernheim
D2-Junioren	U12/U13	18.00 – 19.30	Frank Ußmüller, Renè Oeser	Burgbernheim
A-Junioren	U19	ab 19.30	Bernd Schuh, Rainer Thürauf	Marktbergel
Erste Mannschaft		ab 19.30	Thomas Markert, Bernd Schuh	Marktbergel
Zweite Mannschaft		ab 19.30	Dominik Horn	Marktbergel
Alte Herren		ab 19.00 (Winter)	Thorsten Distler	Marktbergel
MITTWOCH				
F1-Junioren	U9	17.00 – 18.30	Herbert Dehner, Kai Pümmerlein	Burgbernheim
F2-Junioren	U9	17.00 – 18.30	Andrea Geuder	Burgbernheim
C-Junioren	U15	18.00 – 19.30	Thomas Heckel, Frank Hofmann, Nina Pümmerlein	Burgbernheim
Alte Herren		ab 19.00 (Sommer)	Thorsten Distler	Marktbergel
DONNERSTAG				
G-Junioren	U7	17.00 – 18.00	Jasmin Angermann, Nicki Zeisler	Burgbernheim
E2-Junioren	U11	16.30 – 18.00	Anke Pümmerlein, Annett Kohler	Marktbergel
E1-Junioren	U11	17.30 – 19.00	Harald Korn, Erwin Zapf	Burgbernheim
D1-Junioren	U12/U13	18.30 – 19.30	Uwe Pampel-Strobel, Sadik Kastrati	Burgbernheim
D2-Junioren	U12/U13	18.30 – 19.30	Frank Ußmüller, Renè Oeser	Burgbernheim
FREITAG				
Erste Mannschaft		ab 19.30	Thomas Markert, Bernd Schuh	Marktbergel
Zweite Mannschaft		ab 19.30	Dominik Horn	Marktbergel
A-Junioren	U19	ab 19.30	Bernd Schuh, Rainer Thürauf	Marktbergel

Und das tut sich sonst noch beim TSV

WANN?	WER?	WAS?	Wo?
8. Dezember	Radler	Weihnachtsessen	
9. Dezember	Läufer/Walker	Weihnachtsfeier	
10. Dezember	TSV gesamt	Laternenumzug	Sporthalle
20. Dezember	Damengymnastik	Weihnachtsfeier	
21. Dezember	Mittwochsgymnasten (Damen und Herren)	Weihnachtsessen Halle geschlossen	
5. Januar 2017	TSV gesamt	Jahreshauptversammlung	Sportheim
13. April 2017	jedermann	Schafkopfturnier	Sportheim
März/April	Stephan/Johnny	Die Tribüne 4	

WEITERE IMPRESSIONEN VOM PETERSBERGLAUF



SCHLUSSBEMERKUNG DER REDAKTEURE

Lieber Leser, wir hoffen Sie konnten/du konntest wieder einen Eindruck gewinnen, was so läuft bei uns im TSV Marktbergel.

Hier müssen wir einfach wieder herausstellen, dass unsere Übungsleiter bzw. Abteilungsleiter - auch die, die dem Erscheinen unseres Vereinsblattes zunächst etwas skeptisch gegenüberstanden - mit großem

Engagement ihre Abteilungen oder ihre Sportart mit informativen Texten und tollen Bildern aufs Beste präsentieren. Besonders gefreut hat uns diesmal auch, wie pünktlich sie zum gesetzten Termin ihre Beiträge abgeliefert haben. Da macht es einfach Spaß, Redakteur zu sein und im Frühjahr 2017 eine Tribüne 4 draufzusetzen. Wenn Sie/Du Anregungen für unsere Vereinszeitung

haben/hast, dann bitte bei Stephan Voss oder Johann Schmidt anrufen oder ihnen eine Mail schicken. Auf Seite 18 sind die entsprechenden Kontaktdaten zu finden.

Johann Schmidt und Stephan Voss

PS: Bitte beachten Sie bei Ihren privaten Vorhaben unsere Inserenten.

IMPRESSUM:

Herausgeber: TSV Marktbergel, 1. Vorsitzender Frank Philipp (Tel. 09843/935842 o. 01 75/276 29 21)
 Homepage: www.tsvmarktbergel.de
 Redaktion: Johann Schmidt (Telefon 0 98 43/15 38), Stephan Voss (Telefon 01 51/52 43 32 14)
 Auflage: 700 Stück, Ausgabe 3, kostenlose Verteilung
 Gestaltung, Druck: Delp-Verlag, Bad Windsheim