

T S F G s c h w e n d

Sportangebot



gs@tsf-gschwend.de



www.tsf-gschwend.de

Liebe Sportinteressierte,

wir, die Turn- und Sportfreunde Gschwend, blicken auf eine über 140-jährige Vereinsgeschichte zurück. Was einst als Turngemeinde Gschwend begann, ist heute ein Sportverein mit rund 800 Mitgliedern, die sich auf sieben Abteilungen verteilen: **Turnen, Ski, Fußball,**

Leichtathletik, Basketball, Badminton und Jiu Jitsu – daneben gibt es noch unser Kursangebot. Doch wir bieten nicht nur ein attraktives Sportangebot, sondern auch jede Menge Spaß und Geselligkeit.

Daher lade ich Sie ein: kommen Sie vorbei und überzeugen Sie sich selbst von uns und unserem Sportangebot.

Herzlich,
Jochen Ziehr (Vorstand Repräsentant)





Badminton

Kontakt: badminton@tsf-gschwend.de

Badminton ist eine Sportart, die bis ins hohe Alter betrieben werden kann.

Die Badmintonabteilung der TSF Gschwend nimmt schon jahrelang im aktiven Mannschaftsspielbetrieb teil.

Die zwei Gschwender Teams spielen in der Verbands- und Bezirksliga. Wir freuen uns immer über neue Spieler im Mannschaftsbetrieb oder auch Freizeitspieler, die hin und wieder einen Schläger in die Hand nehmen möchten.



Im Kinder- und Jugendbereich werden Kinder ab sechs Jahren in die Trainingsgruppe aufgenommen. Schritt für Schritt werden die Kids an das Badmintonspielen spielerisch herangeführt. Bei regelmäßigem Trainingsbesuch dürfen sie auch an den offiziellen Turnieren teilnehmen.

Trainingszeiten

Jugend: Dienstag und Freitag von 18-20 Uhr

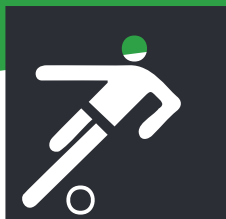
Aktive: Dienstag und Freitag von 20-22 Uhr



Abteilungsleiter: Daniel
Brumm (Mobil 0173/3113292)

Jugendleiter: Kevin Heinrich
(Mobil 01578/9692710)





Fußball

Kontakt: fussball@tsf-gschwend.de

Die Abteilung Fußball bietet ein Angebot für alle Altersgruppen.

Im Kinder- und Jugendbereich wird in einer Spielgemeinschaft Gschwend/-Sulzbach/Frickenhofen gespielt. Die verschiedenen Jugendmannschaften bieten ein jeweils altersgerechtes Training an.

Im Winter findet das Training in der Sporthalle statt.

Die Trainingszeiten werden zu Saisonbeginn im Amtsblatt und auf der Homepage veröffentlicht.

Ansprechpartner: Jugendleiter Mario Fernandez (Tel. 01575 6172580)



Die **Aktive Mannschaft** spielt in einer Spielgemeinschaft zusammen mit Sulzbach. Trainiert wird im Wechsel auf dem Sportgelände in Gschwend und Sulzbach. Wir freuen uns über Alle, die im regelmäßigen Wettkampf Fußball spielen möchten.

Ansprechpartner: Markus Pfisterer (Tel. 0176 41517941)

Die „**Alten**“ **Herren** trainieren immer donnerstags um 19 Uhr auf dem Sportplatz in Gschwend und im Winter in der Sporthalle. Jeder ist willkommen, der Spaß am Fußball hat. In unregelmäßigen Abständen werden Freundschaftsspiele und Turniere ausgetragen.

Ansprechpartner: Tobias „Heiner“ Börret. (Tel. 0174 9023332)

Das Vereinsheim ist am Donnerstagabend geöffnet. Hier freuen wir uns über einen Besuch aller Abteilungen und auch der „passiven“ Mitglieder.

Für Fragen und Anliegen rundum die Abteilung Fußball, ist Jörg Zimmer der Ansprechpartner. (0170 8924245)



Jiu-Jitsu

Kontakt: jiujitsu@tsf-gschwend.de

Jiu-Jitsu ist eine alte Kunst der Selbstverteidigung. Neben diesem doch sehr ernstesten Aspekt bietet Jiu-Jitsu jedoch auch sehr viele Möglichkeiten im sportlichen Bereich. Die Sportart basiert auf der Wahrnehmung der Selbstkontrolle. Vereint mit Wurf-, Hebel-, Schlag- und Tritttechniken ergibt sich die umfassende Kampfkunst des Jiu-Jitsus.

Gefördert wird neben der psychischen auch die mentale Stärke. Disziplin und Durchhaltevermögen, Respekt und Fairness werden verlangt. Liegestützen, Bauchaufzüge ... all das kommt mit der Zeit – jeder fängt mal klein an. Regeln müssen jedoch beachtet werden, auch um sich und seine Trainingspartner nicht zu gefährden. Dann ist die „sanfte Kunst“

(jap. Jiu-Jitsu) auch wirklich ein kameradschaftlicher Sport der Spaß macht!



Trainingszeiten:

Kindertraining ab 8 Jahre:

freitags 18-20 Uhr

Jugend- und Erwachsenentraining ab 14 Jahre:

mittwochs 19:15-21:30 Uhr

Foto: Abteilungsleiter Michael /
Trainer Jochen /
Stellv. Abteilungsleiter Oli



Ansprechpartner: Michael Kronmüller, Oliver Ettle



Leichtathletik

Kontakt: leichtathletik@tsf-gschwend.de

Kindertraining ab ca. 6 bis 11 Jahre

Schnell laufen, weit und hoch springen, sowie weit werfen zu können, ist für Kinder Erlebnis und Herausforderung zugleich. Im Kindertraining vermitteln wir den Mädchen und Jungen diese Basis der Leichtathletik auf spielerische Art und Weise. Einen hohen Stellenwert hat in unserer Arbeit die Entwicklung und Förderung koordinativer Fähigkeiten. Neben dem Spaß an Bewegung und der Grundlagenausbildung führen wir die Kinder an die spezifischen Disziplinen der Leichtathletik heran und nehmen an unterschiedlichen Wettkämpfen teil, um sich mit anderen zu messen – Urkunden und Medaillen sind der Lohn!



Jugendtraining ab 11 Jahre

Im Jugendtraining bauen wir auf der geleisteten Arbeit auf und versuchen uns in den einzelnen Disziplinen zu verbessern. Dabei stehen vor allem der individuelle Fortschritt und das Erlernen neuer Bewegungsmuster und -formen im Vordergrund. Hinzu kommt im Jugendtraining verstärkt Kraft- und Ausdauertraining. Außerdem nehmen wir je nach Bedarf an Wettkämpfen teil. Wenn du Lust hast in der Gruppe Leichtathletik zu betreiben: herzlich willkommen.

Trainingszeiten:

bei guter Witterung April – September:

Freitag, 16:30 Uhr – 17:30 Uhr Sportplatz

bei schlechter Witterung und von Sept. – März:

Freitag, 16:30 Uhr – 17:30 Uhr Mehrzweckhalle



Ansprechpartner: Andreas Stümpfig und Sandra Abele



Leichtathletik

Männersport

Mit einem abwechslungsreichen Fitness-, Gymnastik- und Spielprogramm wollen wir unsere Beweglichkeit, Ausdauer, Koordination, Kraft und Schnelligkeit altersgerecht erhalten und verbessern. Kleine Radtouren (auch mit E-Bike) sowie Skiausfahrten in der Ferienzeit stehen ebenfalls auf dem Programm. Und schließlich kommt in unserer Gruppe auch die Geselligkeit nicht zu kurz.

Ist Deine Gesundheit und Fitness für Dich wichtig? Dann würden wir uns freuen, Dich bei unserer Männersportgruppe begrüßen zu dürfen (Altersstruktur Ü50+).



Trainingszeiten:

April bis November: donnerstags 20 - 22 Uhr

Dezember bis März: dienstags 20 - 22 Uhr

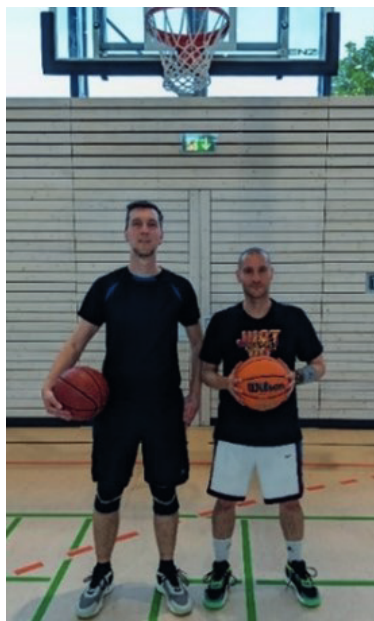


Ansprechpartner: Gerhard Stümpfig (01575/2231976)
& Thomas Dreher (0172/3546003)



Basketball

Kontakt: basketball@tsf-gschwend.de



Unser oberstes Ziel beim Basketball ist es, Spaß zu haben. Wir sind Hobbyspieler und verzichten daher auf ein systematisches Training. Wir nutzen unsere Zeit in der Mehrzweckhalle um Basketball zu spielen. Dennoch können wir Dir bei Interesse sicherlich den einen oder anderen Tipp geben, um dein Spiel zu verbessern. Falls wir Dein Interesse geweckt haben und du zwischen 16 und 60 Jahre alt bist, schreibe uns gerne eine E-Mail oder schau direkt bei uns vorbei.

Wir freuen uns auf dich, ganz egal ob mit oder ohne Basketballkenntnisse.

Trainingszeiten:

April bis November: Donnerstags 20 – 22 Uhr

Dezember bis März: Freitags 20 – 22 Uhr

Ansprechpartner:

Daniel Rosenberg & Markus Fuchs





Turnen

Kontakt: turnen@tsf-gschwend.de

Wir bieten Turnpaß von Klein bis Groß. Angefangen mit dem Eltern-Kind-Turnen über Vorschulturnen, allgemeines Gerätturnen im Grundschul- und Jugendbereich bis hin zum Fitnessangebot im Erwachsenenbereich ist für jeden etwas dabei. Das Erlernte kann u.a. beim Tag des Kinderturnens, den Vereinsmeisterschaften oder an vereinzelt, offiziellen Turngauwettkämpfen gezeigt werden.



Training findet hauptsächlich in der Mehrzweckhalle und einzelne Angebote in der Gemeindehalle Frickenhofen statt. Bei Interesse meldet euch bei den Ansprechpartnern der einzelnen Gruppen oder schaut beim Training vorbei.

Alle aktuellen Trainingszeiten sind auf der TSF-Homepage abrufbar.



Daniela Kaaz - 07972-912888
015120759811 - Felix Mangold

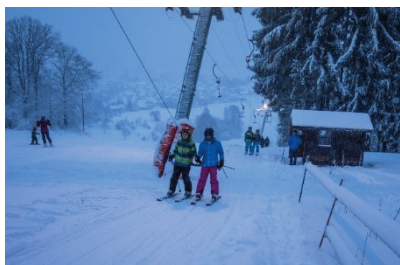




Ski

Kontakt: ski@tsf-gschwend.de

Dem Skiliffteam ist es zu verdanken, dass alljährlich im Herbst nicht nur der Schlepplift und Kinderlift, sondern auch die bewirtete Talstation für den Winter bereitstehen. Eine Flutlichtanlage sorgt dafür, dass auch in den Abendstunden Skifahren und Snowboarden möglich sind. Auch Rodler und Bobfahrer kommen am Parkplatzhang auf ihre Kosten.



Bei Interesse an Ski- und Snowboardkursen verweisen wir auf unseren Kooperationspartner: **www.skiclub-grossdeinbach.de**



Seit einigen Jahre erfreut sich das hierzulande wohl einmalige Skiliftwandern großer Beliebtheit. Dabei können die Gäste mit Unterstützung der Bügel des Schlepplifts bis zur Bergstation hoch wandern. Bei einer Rast kann die Aussicht über Gschwend genossen und mit etwas Glück kann beim Abstieg über die Familienabfahrt auch der Eiskeller besichtigt werden.

Um den Winter- und Sommerbetrieb auch zukünftig gewährleisten zu können, freut sich die TSF-Skiabteilung auf neue Helferinnen und Helfer

Ansprechpartner Heinz Förstner 0152/28457352



Kursprogramm

Karten erhältlich unter: gs@tsf-gschwend.de

Neben den vielfältigen Sportarten an denen du als TSF-Mitglied teilnehmen kannst, bieten wir auch dieses Jahr wieder 4 Kurse mit unterschiedlichen Schwerpunkten an:

„Fit for Life“ mit Alina

Montag 18.15- 19.00 Uhr in der Mehrzweckhalle

„Stretching“ mit Alina

Montag 19.05- 19.50 Uhr in der Mehrzweckhalle



„Rücken-fit“ mit Timo

Donnerstag 19:00 - 19:45 Uhr in der Gemeindehalle

„HIIT-Training“ mit Timo

Donnerstag 19:50 - 20:35 Uhr in der Gemeindehalle

Eine ausführliche Beschreibung der Kurse sowie eine Vorstellung unserer Trainer Alina und Timo findest du in unserem Kursflyer auf www.tsf-gschwend.de. Für die Teilnahme an unserem Kursprogramm müssen über die Geschäftsstelle sogenannte 8er-Karten gekauft werden. Die Kosten für eine 8er-Karte betragen 30€ für Vereinsmitglieder und 40€ für Nichtmitglieder.





TSF Vereinsheim und Sportgelände



mit freundlicher Unterstützung von Alina Samko von



zur Website