

AUSGABE  
01/14

HERRENBERG

# SPOTLIGHT

1. AUSGABE 10/2014 – OKTOBER 2014 BIS MÄRZ 2015

20 JAHRE VFL-CENTER

20 AKTIVE ABTEILUNGEN

JAHRE DER JUGEND IM EHRENAMT

Verbindend  
fortschrittlich  
Leistungsstark

DER Verein.

## Rubriken

|                                   |    |
|-----------------------------------|----|
| Vorwort .....                     | 3  |
| 20 Jahre VfL Center .....         | 4  |
| Fitness-Studio .....              | 8  |
| Studio Kurs .....                 | 10 |
| Kindersportschule KiSS .....      | 12 |
| Forum für Ehrenamt .....          | 14 |
| Nachruf Karl Haug .....           | 25 |
| Wandertipp .....                  | 56 |
| <br>                              |    |
| Vorstand .....                    | 55 |
| Geschäftsstelle / Impressum ..... | 58 |

## Abteilungen

|                      |    |
|----------------------|----|
| Badminton .....      | 16 |
| Basketball .....     | 18 |
| Cheerleading .....   | 20 |
| Faustball .....      | 22 |
| Fechten .....        | 24 |
| Freizeitsport .....  | 26 |
| Fußball .....        | 28 |
| Handball .....       | 32 |
| Kampfkunst .....     | 34 |
| Leichtathletik ..... | 36 |
| Radsport .....       | 38 |
| Schwimmen .....      | 40 |

|                        |    |
|------------------------|----|
| Senioren-sport .....   | 42 |
| Ski .....              | 44 |
| Tanzsport .....        | 46 |
| Tischtennis .....      | 48 |
| Turnen .....           | 50 |
| Volleyball .....       | 52 |
| Versehrten-sport ..... | 54 |

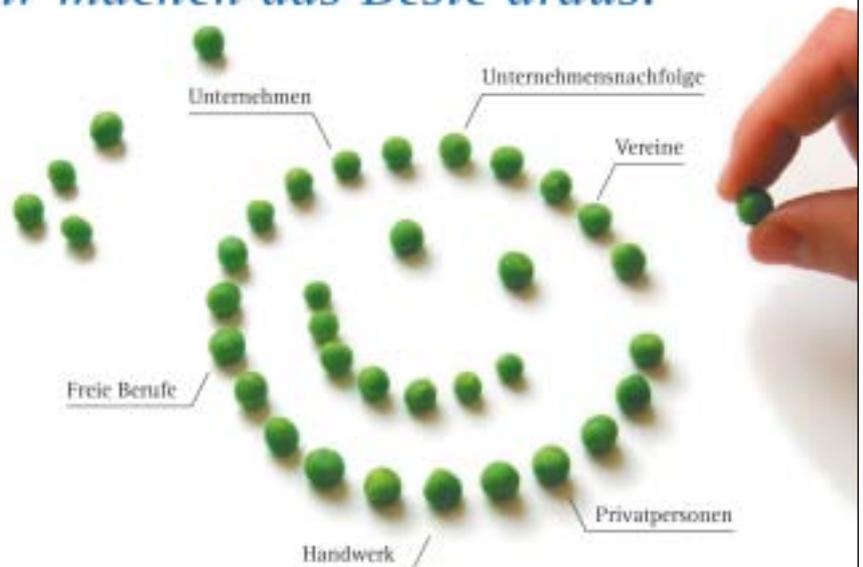


## Können Steuergesetze freundlich sein? Wir machen das Beste draus.

Sie suchen eine Steuerberatung, die Ihnen ein rundum gutes Gefühl gibt? Unsere moderne Kanzlei bietet Ihnen ein umfassendes Beratungsspektrum in Steuer-, Rechts- und Wirtschaftsfragen. Wir unterstützen Sie bei vielen Aufgaben wie z.B. der Finanz- und Lohnbuchhaltung, der Steuererklärung oder bei Ihrem Jahresabschluss. Selbst wenn's mal ums Erbsenzählen geht: Wir sind gerne für Sie da!

Horber Straße 65/1  
71083 Herrenberg  
Tel. 0 70 32 / 92 70 - 0  
[www.kanzlei-dr-kern.de](http://www.kanzlei-dr-kern.de)

**KERN** Kanzlei  
Dr. Eberhard Kern



**Liebe Vereinsmitglieder,  
sehr geehrte Freunde des Sports,**

### **Nichts ist beständiger als der Wandel**

Sie haben es sicher sofort bemerkt – unsere VfL Nachrichten präsentieren sich komplett neu! Das Magazin hat nicht nur ein neues Format und einen neuen Namen. Auch die Inhalte liefern jetzt noch mehr Information, vermitteln gleichzeitig aber auch den einen oder anderen Blick hinter die Kulissen. Das Heft, das Sie in der Hand halten, ist bereits die 50. Ausgabe unserer regelmäßigen Mitgliederinformationen der vergangenen 38 Jahre. Wir sind auf Ihre Resonanz gespannt.

### **Tanzsportclub Schwarz- Rot und der VfL sind jetzt ein Verein**

Der TSC ergänzt als neue 20. Abteilung unser bisheriges Angebot für jedes Alter und jeden Anspruch in idealer Weise. Mit überwältigender Mehrheit haben die Mitglieder in ihren Hauptversammlungen für

die Verschmelzung gestimmt. Das ist ein klarer Beweis für die Entschlossenheit der bislang eigenständigen Vereine, in Zukunft gemeinsame Wege zu gehen. Gleichzeitig ist das Votum ein großer Vertrauensvorschuss für die handelnden Personen, die mit der Integration und Vereinheitlichung alle Hände voll zu tun haben. Ein herzliches Willkommen allen Tanzsportlern. Dank euch knackt der VfL die Marke von 5.000 Mitgliedern!

### **VfL Radsport macht den Weg frei**

Voraussichtlich im Spätherbst wird es soweit sein. Die jungen Mountainbiker unserer ebenso jungen Radsportabteilung werden dann legal auf der Downhillstrecke im Schönbuch fahren. Wir freuen uns über so viel Engagement der Abteilungsgründer. Ihr Beispiel zeigt, dass sich Dranbleiben lohnt, auch wenn es manchmal mühsam und zeitaufwändig ist.

### **Zwei Jahrzehnte VfL Center – eine Erfolgsgeschichte**

Verbindend, fortschrittlich, leistungsstark – was könnte den großen Erfolg unseres VfL-Centers besser umschreiben als unsere Leitwerte. Wie groß waren vor Baubeginn die Sorgen und Ängste, ob der Verein ein solches Projekt finanziell stemmen kann. Doch bald war klar; es war der richtige Schritt zum richtigen Zeitpunkt. Von Beginn an war das VfL-Center die „Heimat“ unseres Vereins. Denn neben hervorragenden Möglichkeiten für den Sportbetrieb bietet es Raum für die Mitarbeiter unserer professionellen Geschäftsstelle und einen Treffpunkt für die Abteilungen.

### **VfL-Ehrenvorsitzender Karl Haug verstorben**

Im hohen Alter von fast 93 Jahren verstarb unser langjähriges Ehrenmitglied und Ehrenvorsitzender. Fast sein ganzes Leben hat er dem Sport und dem Verein gewidmet. Für sein herausragendes Engagement in Herrenberg und auch überregional wurde er vielfach gewürdigt und ausgezeichnet. Mehr von seinem jahrzehntelangen Wirken und seinen Verdiensten lesen Sie auf Seite 25.

### **Wir sagen danke!**

Es gäbe noch viel zu berichten. Vom 25. Geburtstag der Abteilung Seniorensport, damals gegründet von unserem Ehrenmitglied Otto Räth, bis hin zum tollen Erfolg der SG Handballerinnen, die nach einer souveränen Saison verdiente Meisterinnen und gleichzeitig Pokalsieger wurden. Jetzt spielen sie in der zweithöchsten Spielklasse Deutschlands! Doch lesen Sie selbst.

Zuvor sage ich im Namen des Vereinsvorstands allen Mitgliedern und Freunden des VfL Herrenberg, die sich sportlich oder ehrenamtlich in ihrer Freizeit für den Verein einbringen, ein großes Dankeschön.

Ihr

Werner Rilka





Da braucht man sich eigentlich nicht hinter dem Schild zu verstecken: 20 Jahre Vfl-Center will schon etwas heißen.

# Wir bewegen Herrenberg!

Ein Interview zum 20jährigen Center-Jubiläum mit Stefanie Wunder und Detlef Langer

**Detlef, wie war das vor mehr als 20 Jahren als die Entscheidung für oder gegen das VfL-Center anstand?**

**Detlef:** Die Diskussionen im Verein und mit der Stadt schwankten zwischen einer reinen Begegnungsstätte samt Geschäftsstelle und einem professionellen Fitnesscenter. Man hat sich dann nach langen Diskussionen für den Bau einer Begegnungsstätte für alle Altersgruppen und für das Fitnessstudio als zentralen Anlaufpunkt für den Verein entschieden. Das war damals eine echte Innovation, weil es nur sehr wenige Vereine in Württemberg gab, die diesen Schritt wagen wollten.

**Mit welchen Erwartungen ist man damals an diese große Investition herangegangen?**

**Detlef:** Von der damaligen Vorstandschaft mit dem Schatzmeister Winfried Funk war das ein sehr mutiger Schritt. Denn das war schon eine Riesensumme und ein hoher Kredit, die der Verein geschultert hat. Es gab ja überhaupt keine Zahlen für eine Wirtschaftlichkeitsbetrachtung. Der VfL wurde zwar durch den WLSB beraten und man konnte schauen, was zwei, drei andere Vereine machen. Aber ob das in Herrenberg funktionieren würde und wenn ja wie, das wusste keiner. Deshalb waren die Besucherzahlen extrem vorsichtig kalkuliert um ja auf der sicheren Seite zu sein. Denn kläglich scheitern wollte natürlich niemand.

**Haben sich die Wünsche und Hoffnungen von damals erfüllt?**

**Detlef:** Schon kurz nach der Eröffnung im Juni 2004 war klar, dass das Angebot angenommen wird. Seitdem sind das VfL-Center und unsere Angebote eine stetige Erfolgsgeschichte.

**Steffi:** Heute kann man sagen, dass wir die Wünsche und Hoffnungen von damals weit übertroffen haben. Das ließ sich beim Start nicht vorhersagen, dass es so gut laufen wird.

**Welche Rolle spielt das VfL-Center für den Verein heute?**

**Detlef:** Selbst wenn man das Fitnessstudio außen vor lässt, kann man sagen, dass das Center für alle Abteilungen die Anlaufstelle, quasi ein Stück Heimat für den Verein ist. Hier trifft man sich, hier erhält man Rat und Hilfe durch die Geschäftsstelle und die Abteilungen nutzen in zunehmendem Maß die Sport- und Besprechungsräume, von der Abteilungsversammlung bis zur Weihnachtsfeier.

**Das Fitnessstudio ist in dieser Konstellation nicht mehr wegzudenken, oder?**

**Steffi:** Das stimmt. Der VfL macht jetzt schon seit 20 Jahren das, worüber viele Vereine heute erst nachdenken. Wir finanzieren im VfL-Center den ganzen ehrenamtlichen Bereich mit. Das professionelle Vereinsmanagement von der Mitgliederverwaltung bis zum Steuerberater wäre ohne das Fitnessstudio und das VfL-Center im heutigen Rahmen gar nicht möglich.

Zudem ist das Center ein wichtiger sportlicher Treffpunkt für die Abteilungen, nicht zuletzt in den Schulferien, wenn die städtischen Hallen geschlossen sind. Auch für externe Nutzer ist das VfL-Center ein Anlaufpunkt. Vom Kindergarten über Schulen bis hin zu Betrieben kommen viele Kooperationspartner zu uns. Die Investition von damals zahlt sich heute aus.

**Detlef:** Durch die mutige Entscheidung vor 20 Jahren sind wir heute in der relativ komfortablen Lage, das Ehrenamt in Herrenberg zu unterstützen und lebendig zu erhalten. Viele andere, vor allem kleinere Vereine, stoßen da an ihre Grenzen. Ein Beispiel ist die Ganztagesesschule: Mit seinen qualifizierten Trainern und Übungslei-

## Zur Person: Detlef Langer

Detlef Langer ist seit 14 Jahren im Vorstand des VfL Herrenberg und einer von zwei stellvertretenden Vorsitzenden. Der ehemalige Handballer hat die Diskussionen um den Bau des VfL-Centers persönlich miterlebt und kümmert sich nicht zuletzt um die Instandhaltung und Verbesserung des Gebäudes.



tern kann der VfL Herrenberg hier eine wichtige Rolle spielen. Ohne eine professionelle Geschäftsstelle geht das nur mit einem extrem hohen ehrenamtlichen Aufwand.

### **Erfolg hat auch Schattenseiten in Form von räumlicher Enge.**

**Detlef:** 2000 hatten wir 750 bis 800 Besucher im Studio und etwa 200 bis 250 zahlende Kursteilnehmer. Das war schon reichlich eng und führte vor allem im Winterhalbjahr zu berechtigten Beschwerden. 2004 folgte dann der erste Anbau für eine Million Euro, 2008 gab es dann sogar einen zweijährigen Aufnahmestopp fürs Studio,

der erst 2010 durch den dritten Bauabschnitt gemildert wurde. Heute, vier Jahre später, wird es im Winter schon wieder eng. Positiv gesehen kann man sagen, unser Angebot schafft Nachfrage. Heute haben wir etwa 2.650 Mitglieder im Studio und in den Kursen.

### **Der Verein hat sich in den letzten 20 Jahren ebenfalls verändert. Woran merkt man das?**

**Steffi:** Unser Angebot wird thematisch immer breiter, zudem gehören Sport und Bewegung zu den gesellschaftlichen Megatrends, der Gesundheitssport boomt. Den Leistungssport gibt es immer noch,

aber in der Gesamtschau wird der Anteil geringer. Der VfL hat sich dieser Entwicklung angepasst. Zum Beispiel mit der KiSS, unserer Kindersportschule. Dazu kommen die Professionalisierung, hauptamtliche Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter erbringen eine hochwertige Dienstleistung für die Mitglieder, die sich wohlfühlen und einen langfristigen Erfolg für ihre Gesundheit erfahren.

### **Welches Selbstverständnis steht dahinter?**

**Steffi:** Wir wollen der Ansprechpartner für Gesundheit und Sport für alle Alters- und Zielgruppen in Herrenberg sein und stellen uns der damit verbundenen gesellschaftlichen Verantwortung. Wir unterscheiden uns damit grundlegend von anderen Anbietern in diesem Segment. Uns geht es nicht darum, möglichst viel Geld umzusetzen. Die Liebe zum Sport, die Unterstützung des Ehrenamts aber auch ein qualitativ hochwertiges Angebot für jeden Geldbeutel stehen im Mittelpunkt. Wir arbeiten auch mit Einrichtungen für Menschen mit Behinderungen zusammen – Inklusion ist für uns selbstverständlich.

### **Hat sich durch die Rolle des VfL in und für die Stadt geändert?**

**Detlef:** Bevor das VfL-Center stand, war der VfL für die Stadt ein Sportanbieter wie jeder andere auch. Durch die Existenz dieses Hauses und seiner räumlichen und personellen Kapazitäten nehmen wir eine große Resonanz in der Stadtverwaltung und der kommunalen Gremien wahr. Ich denke wir sind der wichtigste Ansprech-



partner im Bereich Sport überhaupt, etwa für die Themen Ganztageschule oder frühkindliche Bewegungserziehung. Das ist ein sehr gutes, partnerschaftliches Verhältnis. Gemeinsam suchen wir mit der Stadtverwaltung nach guten Lösungen und neuen Ansätzen. Da wird offen diskutiert, aber immer an der Sache entlang. Nicht zuletzt sind ein gutes Vereinsleben und ein starker Sportverein ein wichtiger Standortfaktor für eine Kommune.

**Steffi:** Vor 20 Jahren war der VfL Herrenberg ein Sportverein, heute sind wir eine Marke, nicht zuletzt dank unserer 5.000 Mitglieder. Man kann schon sagen „Wir bewegen Herrenberg“. Auch als Bildungs-



#### Zur Person: Stefanie Wunder

Stefanie Wunder ist seit acht Jahren hauptamtliche Geschäftsführerin des VfL Herrenberg. Die ausgebildete Bankkauffrau und Mediatorin führt die Geschäftsstelle und leitet den Großverein mit 65 Mitarbeitern im VfL Center und seinen 20 Abteilungen betriebswirtschaftlich, vereinsrechtlich und organisatorisch.



partner der Stadt und ihrer Bürger. Intern ist das Gemeinschaftsgefühl unter den vielen Ehrenamtlichen im Verein durch das VfL-Center viel intensiver geworden. Früher waren die Abteilungen häufig Vereine im Verein, heute ist man selbstverständlich beim VfL.

#### Welche Pläne gibt es zur Weiterentwicklung des VfL-Centers?

**Detlef:** Aktuell gibt es keine konkreten Pläne für neue Erweiterungen. Natürlich optimieren wir das Gebäude stetig, etwa um Energiekosten zu senken. Die Solaranlage für die Duschen und der Umstieg auf stromsparende LED-Leuchten sind die wichtigsten Beispiele. Aber ans Bauen denkt im Moment niemand.

#### Spielt dabei die Stadt- und Verkehrsplanung in Herrenberg eine Rolle?

**Detlef:** Natürlich ist das auch für uns eine spannende Phase. Das alte Freibad geht, das Neue ist im Bau. Für welche Variante

der Verkehrsentlastung entscheidet sich der Gemeinderat? Was passiert mit dem alten Sportplatz, der ja in direkter Nachbarschaft zum VfL-Center ist? Wir sind da seit zwei Jahren in guten und intensiven Gesprächen, wir werden beteiligt und reden auch aktiv mit den Verantwortlichen. Wir haben viele Ideen, aber deren Realisierungschancen hängen auch von den Rahmenbedingungen ab.

**Steffi:** Im Prinzip sind wir in einer ähnlichen Situation wie vor 20 Jahren. Mut, Ideen und Kreativität sind gefragt. Pläne können wir nur in Absprache mit der Stadt, ihren Bürgern und unseren Abteilungen und Mitgliedern machen. Aber eines ist klar: Wir sind offen, wir sind bereit und wir können es auch leisten. Volker Lehmkühl



© J. Metz

...von Ralf Müller gut betreut

## Das VfL Fitness- und Gesundheitsstudio

Öffnungszeiten: Mo. bis Fr., 7 - 22 Uhr; Sa, 12 - 19 Uhr; So, 9 - 14 Uhr

Sportliche Leitung: Chris Ansel, [chris.ansel@vfl-herrenberg.de](mailto:chris.ansel@vfl-herrenberg.de), Tel. 070 32/895 58 27

## Fit in die Wintersaison

Auch in der kalten Jahreszeit beweglich bleiben

Der Winter steht vor der Tür und die diesjährige Fitnesssaison ist bereits in vollem Gange. Sportbegeisterte von jung bis alt treffen sich bei uns im VfL-Center, um ihrem Körper und ihrer Gesundheit etwas Gutes zu tun. Und das ist auch gut so! Denn gerade in der kalten und düsteren Jahreszeit, bei der das Sporttreiben im Freien häufig schwer fällt, benötigt man einen passenden Ort um seiner körperlichen Aktivität nachzugehen. Und genau diesen Ort finden Sie bei uns im Fitness- und Gesundheitsstudio des VfL Herrenberg.

### Regelmäßige Bewegung

ist ein enorm wichtiger Einflussfaktor für unsere Lebensqualität und trägt wesentlich zur Aufrechterhaltung von Gesundheit und Wohlbefinden bei. Aus sportwissenschaftlicher Sicht und auf Empfehlung der Weltgesundheitsorganisation (WHO), sollte man pro Tag mindestens 30 Minuten moderate körperliche Aktivität aufbringen, um unter anderem der Entwicklung von Krankheiten und Beschwerden entgegenzuwirken. Auch bei Zeitmangel sollten Sie das Sport treiben nicht vernachlässigen. Bereits zwei bis drei kurze, intensive Trainingseinheiten pro Woche reichen aus, um Ihre Gesundheit zu fördern!

### Nutzen Sie die Zeit

ebenfalls, um gemeinsam mit uns einen Blick auf Ihren aktuellen Trainingsplan zu werfen und bei Bedarf entsprechende Änderungen oder Variationen einzubauen. Gerade beim Fitnesstraining ist es besonders wichtig, ständig neue Reize zu setzen, damit Ihr Körper optimal gefordert wird. Stillstand ist der erste Rückschritt! Ein erfolgreiches Training benötigt regelmäßige Abwechslung, um die Muskulatur bestmöglich zu kräftigen. Scheuen Sie sich nicht, uns auf eine Überarbeitung Ihres Trainingsplans anzusprechen und vereinbaren Sie einen persönlichen Termin mit einem unserer qualifizierten Trainerinnen und Trainer. Wir freuen uns sehr darauf, Sie beim Erreichen ihrer individuellen Ziele zu unterstützen!

### Night-in-Motion

Wir feiern das 20-jährige Bestehen des VfL Centers und möchten Sie ganz herzlich zu unserem Jubiläumswochenende am 8. und 9. November einladen! Los geht es am Samstagabend mit einer Night-in-Motion, welche erneut einige spannende Kurs-Specials zu bieten hat. Nach einer erfolgreichen und intensiven Trainingseinheit freuen wir uns, Sie an unserer Eiweiß-Cocktailbar mit verschiedenen tollen Drinks zu erfrischen. Bringen Sie Freunde und Verwandte mit, um gemeinsam mit uns das diesjährige Jubiläum zu feiern und einen sport- und ereignisreichen Abend zu



© J. Metz

erleben. Seien Sie auch in der darauffolgenden Woche auf viele kleine Aktionen im und um das VfL Center gespannt.

Ich freue mich sehr darauf, Sie bei uns im VfL-Center zu begrüßen, mit Ihnen gemeinsam den kalten Wintermonaten zu trotzen und durch ausreichend Sport und körperliche Aktivität ihre Gesundheit zu fördern.

Ihr  
Chris Ansel  
(Studioleiter)



## Von Problemzongymnastik zu Zumba

Seit 20 Jahren ein Erfolgsrezept – »Night in Motion« im November

20 Jahre VfL Center – das sind 20 Jahre Schwitzen, Auspowern, sich an die Grenzen bringen oder einfach Freude an der Bewegung haben, Geselligkeit, Gruppengefühl, Entspannung, gesund bleiben oder gesund werden.

So breit das Spektrum der Besucher und deren Wünsche, so breit ist auch das Gesundheits- und Fitnesskursangebot des VfL Centers. Was mit Problemzonen- und

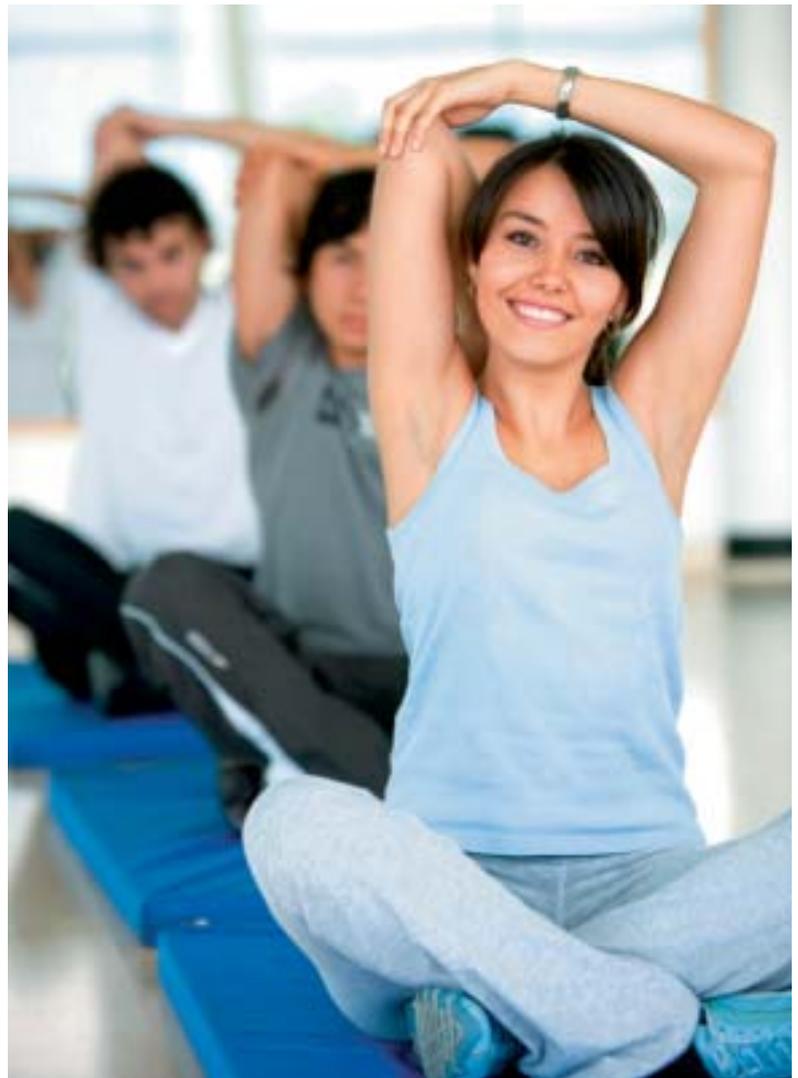
Jazzgymnastik begann, ist heute ein umfangreiches Angebot für jeden Wunsch, jedes Alter und jeden Fitnesslevel. Wöchentlich bieten wir 42 Fitnesskurse und 42 Gesundheitskurse an. Dazu kommen Kooperationen mit Firmen und der AOK sowie 22 KiSS-Stunden. Dank der Anbauten 2004 und 2010 stehen den VfL-Mitgliedern mittlerweile drei Kursräume zur Verfügung. Die Teilnehmerinnen und

Teilnehmer füllen das VfL-Center von früh bis spät mit Leben.

### Martina und Heidi – von Anfang an dabei

Manche Kurse gab es bereits vor 20 Jahren und sind auch heute noch ein Erfolg. Genauso wie einige Übungsleiterinnen von damals, zum Beispiel Martina Hörmann und Heidi Langer.

Martina Hörmann,  
die Fachfrau für  
Gesundheitskurse



Martina Hörmann begann vor 20 Jahren als erste Studioleiterin des VfL Centers und kennt das VfL Center besser als ihre Hosentasche. Ohne sie wäre der Gesundheitssport im VfL Center kaum denkbar. In ihren Kursen vereint Martina fachliches Wissen mit spielerischen Elementen und einer großen Portion Humor und Warmherzigkeit. Dies macht sie für die Kursteilnehmer/innen so einzigartig und unverzichtbar!

Auch bei den Fitnesskursen gibt es eine Übungsleiterin, die schon vor 20 Jahren den Kurs „Bauch Beine Po“ gegeben hat und dies heute immer noch mit viel Freude macht: Heidi Langer. Sie muss heute noch darüber schmunzeln, wie sie damals von Martina in der ersten Übungsstunde begutachtet wurde und ganz aufgeregt war. Selbst nach 20 Jahren als Übungsleiterin versprüht Heidi immer noch eine Energie, von der manch 30-Jährige nur träumen kann. Da lässt man sich gerne mitreißen.

Wir sagen Beiden ganz herzlichen Dank für 20 Jahre tolle Arbeit und hoffen auf 20 weitere gemeinsame Jahre Sporteln und Schwitzen mit Euch!

### Feiern bei der Night in Motion

20 Jahre Kurse im VfL Center - das muss natürlich gefeiert werden! Deshalb gibt es am Wochenende 8. und 9. November 2014 die zweite Night in Motion mit kostenlosem Mitmach-Angebot für alle VfL-Mitglieder, VfL-Sportler, Verwandte, Freunde und Bekannte. Egal ob Gesundheitskurse oder Fitnesskurse, schnuppern ist erlaubt und gewünscht. Machen Sie mit und lassen Sie uns gemeinsam mit einem Glas Sekt oder einem Cocktail auf weitere 20 Jahre Gesundheits- und Fitnesskurse im VfL Center anstoßen!

Andrea Häfele



Heidi Langer –  
Power im  
Fitnesskurs





In der KiSS ist das ganze Jahr was los



# Kinder lieben Bewegung

## Alles, was Kinder fit hält

Bewegungsmangel – ein Schlagwort, das gerade in aller Munde ist. Was bei Erwachsenen zu Übergewicht, Herz-Kreislaufkrankungen und Diabetes führt, hat auch bei Kindern fatale Folgen.

Viele Kinder können ihren Bewegungsdrang heute nicht mehr ausleben. Doch genau das wollen sie! Für eine gesunde Entwicklung eines Kindes ist ausreichende, zielgerichtete körperliche Bewegung und ein Ausleben des natürlichen Bewegungsdrangs von elementarer Bedeutung für die persönliche und körperliche Entwicklung. Wissenschaftliche Untersuchungen belegen, dass eine vielseitige, sportartübergreifende Grundlagenausbildung, die sich an den Entwicklungsstand des Kindes anlehnt, die beste Voraussetzung für Vitalität und Gesundheit im Jugend- und Erwachsenenalter schafft.

### Brüllende Löwen und Schlammsuppe

Die Kindersportschule des VfL Herrenberg vermittelt optimale körperliche und motivationale Grundlagen für langfristiges Sporttreiben. Wir vermitteln Freude an der Bewegung. Dieses Ziel verfolgen nicht nur die wöchentlichen KiSS-Stunden, sondern auch die vielen zusätzlichen Bewegungsangebote innerhalb eines KiSS-Schuljahres.

Bewegung in der Natur war früher für Kinder alltäglich und selbstverständlich. Heute ist das Bespaßungsangebot so groß

und technikdominiert, dass das freie Spielen und Toben draußen in der Natur zur Seltenheit geworden ist. Jedes Jahr in den Osterferien gibt es deshalb für die KiSS-Kinder die Waldtage. Egal ob es schneit, regnet oder ob die Sonne scheint, bei den Waldtagen heißt es klettern, springen, Schlammsuppe kochen und Indianer-Tipis bauen.

Unser Camp in den Sommerferien fördert zusätzlich zum Bewegungsdrang auch die Kreativität und Fantasie der Kinder. Bei der Zirkusvorstellung für die Eltern traten brüllende Löwen, jonglierende Clowns und schwingende Tarzans auf.

### Gemeinsam sind wir stark

Der KiSS-Cup im Juni forderte im Teamwettbewerb gegen die beiden anderen Kindersportschulen Sindelfingen und Schönbuch alles von den KiSS-Kindern. Stolz zeigten Sie Gelerntes und zählten die gewonnenen Chips nach jeder Station.

Das KiSS-Weihnachtsturnen ist ebenfalls für viele KiSS-Kinder ein Highlight. Hier können sie sich gemeinsam mit ihren Geschwistern und Eltern an einem großen Bewegungsparcour austoben. Auch der Nikolaus schaut immer gerne vorbei und hat für die Kinder etwas in seinem Geschenkesack dabei. Letztes Jahr brachte er zum Beispiel für jedes Kind ein Springseil mit der Aufforderung, daheim fleißig das Seilspringen zu üben.

Egal ob in den KiSS-Stunden, bei den Waldtagen, im KiSS-Camp, beim KiSS-Cup oder beim Weihnachtsturnen. Es begegnen einem immer leuchtende Kinderaugen und Kinder voller Bewegungsdrang und Freude an der Bewegung.

Andrea Häfele



### Kindersportschule KiSS

Andrea Häfele, Tel. 07032/895 58 19  
andrea.haefele@vfl-herrenberg.de



## »Der Spaß am Sport ist meine größte Motivation«

Warum engagieren sich Jugendliche ehrenamtlich?



Vereinssport braucht das Ehrenamt, das Ehrenamt braucht Jugendliche. Das Forum für Ehrenamt des VfL hat 2014 zum Jahr der Jugend ausgerufen.

Fünf Jugendliche erzählen, wie sie zum Engagement gekommen sind, warum sie sich engagieren, was ihnen dabei besonders gut gefällt und wie noch mehr Jugendliche für ein Engagement gewonnen werden können.

»Gemeinschaftsgefühl; Respekt als wundervoller Dank; Alternative zur Playstation und Co; früher war ich eher schüchtern, heute kann ich mich vor eine Gruppe stellen und ein Training leiten.«

(interviewt durch  
Jürgen Metz und Katja Stamer)



**Georg Gerlach**  
(21 Jahre, Haupttrainer Jugendliche Tischtennis, Student)

Mein Vater war Abteilungsleiter und hat mich gefragt ob ich mir nicht vorstellen kann eine Lizenz zu machen. Ich habe mich vom Jugendspieler der im Training hilft, über die C-Lizenz zum Haupttrainer für die Jugendlichen entwickelt. Da mir der Verein am Herzen liegt, bin ich nun auch in der Abteilungsleitung aktiv. Der Spaß am Sport ist wohl die Motivation.

Es macht Spaß, Training zu geben und es ist schön zu sehen, wie sich die jungen Talente entwickeln. Wenn du in dem Sport drin bist, kann man Einiges was man früher gelernt hat, weitergeben.

Bei der Suche nach Mitstreitern zieht am Besten doch die Vergütung. Ein kleiner Verdienst ist wichtig. So kann man sein Hobby mit dem Nützlichen verbinden und alle haben etwas davon. Früher war ich eher schüchtern, heute kann ich mich hinstellen und sicher ein Training leiten.



**Lea Hörmann**  
(16 Jahre, Übungshelferin Turnen, Schülerin)

Ich kam zu meiner Aufgabe, weil die Turnabteilung jemanden zur Mithilfe gesucht und ich gefragt wurde. Dann habe ich es mir mal angeschaut und es hat mir sofort Spaß gemacht und jetzt bin ich dabei.

Es macht viel Spaß, mit den Kindern zusammen zu sein und zu sehen, wie sie sich weiterentwickeln. Es ist schön, ein Teil eines Vereins zu sein und ich etwas beitragen kann. Da ich Lehramt studieren möchte, bringt mir meine Aufgabe mit Kindern Erfahrung und einen Nachweis für meinen zukünftigen Beruf.

Um mehr Jugendliche für ein Engagement zu gewinnen, ist es am besten die Leute direkt anzusprechen oder eine Freundin zum Mitmachen zu motivieren.



*Jahr der Jugend  
im Ehrenamt*

**Nathalie Sarraf**  
(17 Jahre, Jugendsprecherin Kampfkunst, Schülerin)

Für meine Aufgabe wurde ich vom Trainer angesprochen. Ich habe immer gerne im Training geholfen und wollte mich einfach mehr für meinen Verein einsetzen. Durch das Engagement kommt man besonders mit den Leuten aus dem eigenen Verein und auch mit anderen Vereinen in Kontakt. Das "Gemeinschafts Gefühl" gefällt mir gut.

Ich erzähle Freunden gerne von meinen Erfahrungen im Ehrenamt. Die wirkungsvollste Werbung für ein Ehrenamt ist immer noch die, Menschen direkt anzusprechen. Um Jugendliche zu einem Ehrenamt zu motivieren ist eine "Belohnung" meiner Meinung nicht nötig. Der Respekt, den man durch eine Arbeit bekommt, ist ein wunderbarer Dank.



**David Schubert-Medinger**  
(21 Jahre, Jugendleitung Basketball und Sportstudent VfL Herrenberg)

Ich kam zu meiner Aufgabe über mein freiwilliges soziales Jahr beim VfL Herrenberg. Die Basketballabteilung hat bei mir angefragt, ob ich ihnen unter die Arme greifen kann. Es ist wichtig, dass man in der Abteilung, in der man Sport treibt, etwas tut, damit die Abteilung wächst und das es dort rund läuft. Man lernt Einiges dazu und entwickelt sich persönlich weiter.

Am meisten Spaß macht es mir Events zu organisieren und es ist toll, wenn die Mannschaften kommen und ich sehe, nach der ganzen Vorbereitung, dass die Kinder Spaß haben.

Um noch mehr Jugendliche für ein Engagement zu gewinnen, müsste die Werbung über die neuen Medien verbreitet werden und über die Mund-zu-Mund Propaganda.



**Jasmin Weckenmann**  
(24 Jahre, C2-Junioren Trainerin und Schriftführerin Fußball, Studentin)

Eine Freundin und ich haben auf der Straße Fußball gespielt, dann wurden wir von einem Trainer angesprochen, ob wir nicht Kinder trainieren wollen. Theo Kontos hat uns gleich im Auto zum Stadion mitgenommen und einen Tag später, waren wir, 17 Jahre alt, Trainerinnen.

Die wesentlichen Gründe für mein Engagement sind die Herausforderungen, mit einer Mannschaft zusammenzuarbeiten und mich weiterzuentwickeln.

Am meisten Spaß macht mir, dass ich meine Jungs nun schon sieben Jahre begleite und ich bei jedem Einzelnen Lernerfolge sehe.

Um Jugendliche zu gewinnen, würde ich Jugendliche zum Spiel mitnehmen, dann sieht man, da steckt etwas dahinter, da ist etwas organisiert. Ich denke jeder Jugendliche braucht einen Ausgleich, lieber auf den Sportplatz, als vor dem PC zum Zocken zu sitzen. Da ist Sport die bessere Variante als Fernsehen, Playstation und Co.

Ich habe die ganzen Jahre das gleiche Team begleitet. Das ist mega-cool. Die konnten am Anfang gar nichts, wir haben gespielt wie ein Hühnerhaufen und jetzt sind sie so gut geworden. Und ich kann sagen, ich habe ihnen das Fußball spielen beigebracht.



## Badminton = Federball? Ein Irrtum!

Der Wettkampfsport funktioniert auch als Hobby

Federball hat bestimmt schon jeder gespielt. Badminton hingegen haben noch nicht viele ausprobiert. Lange Zeit war es unter Badmintonspielern verpönt, den eigenen Sport als „Federball“ zu bezeichnen. Worin liegt denn nun der Unterschied? Federball spielt man miteinander,

ohne Punkte, ohne Spielfeld und das Ziel liegt darin möglichst oft hin-und-her zu spielen. Man spielt mit seinem Partner. Badminton hingegen ist ein anspruchsvoller Wettkampfsport. Es wird nach Regeln gespielt, die Spielfeldgröße ist vorgegeben und das Ziel liegt darin den Gegner

auszuspielen. Badminton stellt hohe Ansprüche an die körperlichen und geistigen Fähigkeiten des Spielers.

**Martin Knupp definierte 1986:**

»Ein Badmintonspieler sollte verfügen über die Ausdauer eines Marathonläufers,

Tim Fleck im Training



die Schnelligkeit eines Sprinters, die Sprungkraft eines Hochspringers, die Armkraft eines Speerwerfers, die Schlagstärke eines Schmiedes, die Gewandtheit einer Artistin, die Reaktionsfähigkeit eines Fechters, die Konzentrationsfähigkeit eines Schachspielers, die Menschenkenntnis eines Staubsaugervertreters, die psychische Härte eines Arktisforschers, die Nervenstärke eines Sprengmeisters, die Rücksichtslosigkeit eines Kolonial-

herrn, die Besessenheit eines Bergsteigers sowie über die Intuition und Phantasie eines Künstlers.«

Zur Untermauerung dieser Aussage hier einige Zahlen des Badminton WM-Finalspiels 1985 im Herreneinzel:

Spielzeit: 1 Stunde 16 Minuten; gelaufene Strecke: 6,4 km. Im Vergleich hierzu liefen die Tennisspieler im gleichen Jahr im Wimbledon Finale 3,2 km - in 3 Stunden 18 Minuten! Das ist die halbe Strecke in mehr als der doppelten Zeit.

### Im Mix

Die Badminton Abteilung des VfL Herrenberg nimmt in der kommenden Saison 2014/2015, als Spielgemeinschaft mit dem TSV Gärtringen, mit drei aktiven Mannschaften am Ligaspielbetrieb teil. Unsere aktiven Mannschaften starten in der Verbands-, Landes- und Bezirksliga. Die Standardaufstellung einer Badmintonmannschaft besteht aus zwei Damen und vier Herren.

### Hobby Badminton

Der Landesverband führt für die kommende Saison eine Hobbyliga ein. Diese richtet sich an alle, die ohne feste Verpflichtungen ihr Können mit anderen Spielern messen möchten. Bisläng geht für den VfL Herrenberg keine Hobbymannschaft an den Start. Wenn sich genug Interessierte finden, ist die Meldung einer Hobbymannschaft in der nächsten Saison denkbar. Und beim Badminton können Frauen ebenbürtig gegen Männer spielen. Es ist also Paaren möglich, gemeinsam diese Sportart mit Wettkampfcharakter zu betreiben und gemeinsam Zeit im Sport zu verbringen.

### Jugend

Die gute Jugendarbeit der letzten Jahre macht sich bezahlt. Zwei Spieler sind nun im Baden-Württembergischen Talentteam aufgenommen worden: Iva Andreeva und Tim Fleck. Sie werden zusätzliche Trainingseinheiten am Landesstützpunkt in Mössingen erhalten.

Mit Shabal Ahmad haben wir einen guten, motivierten neuen Trainer gewinnen können, der die jungen Talente im Verein weiter fördern wird. Er wird die Leistungsgruppe trainieren, während sich Claus Fleck und Dietmar Hechler primär um die wichtigen Grundlagen der Schlag- und Lauftechniken kümmern.

Wir empfehlen ab dem 8. Lebensjahr mit dem Training zu beginnen. Die zeitliche Belastung für die Familie an den Wochenenden ist überschaubar. Jährlich finden 9 Turniere statt, die sich auf jeweils einen Tag beschränken. Uns ist wichtig Spaß am Sport zu vermitteln und keinen Leistungsdruck aufzubauen. Auch unser Jugendtraining ist gemischt für Mädchen und Jungen in der Altersgruppe von 9 bis 17 Jahre.

Jeder, der Lust bekommen hat Badminton zu spielen, ob als reines Hobby oder im Wettkampf, alleine, mit Partner oder mit Freunden, ist zu unseren Trainingszeiten jederzeit willkommen.

Conny Hudy



### Badminton

|                                  |                       |                 |                 |
|----------------------------------|-----------------------|-----------------|-----------------|
| <b>Abteilungsleiter:</b>         | Michael Rammler       | 07034 / 992251  |                 |
| <b>Jugendleiter:</b>             | Cornelia Hudy         | 07032 / 919022  |                 |
| <b>Übungsleiter/innen:</b>       | Claus Fleck           | 07032 / 833 84  |                 |
|                                  | Dietmar Hechler       | 07032 / 736 56  |                 |
| <b>Anfänger/Fortgeschrittene</b> | Mi. 17.30 - 19.00 Uhr | Längenholzhalle | Claus Fleck     |
| <b>Schüler/Jugend</b>            | Fr. 17.30 - 19.00 Uhr | Längenholzhalle | Dietmar Hechler |
| <b>Leistungsgruppe</b>           | Mi. 17.30 - 19.00 Uhr | Längenholzhalle | Claus Fleck     |
| <b>Schüler/Jugend</b>            | Fr. 17.30 - 19.00 Uhr | Längenholzhalle | Dietmar Hechler |
| <b>Aktive Mannschaft</b>         | Mi. 19.00 - 22.00 Uhr | Längenholzhalle | Dietmar Hechler |
|                                  | Fr. 19.00 - 22.00 Uhr | Längenholzhalle | Dietmar Hechler |
| <b>Freizeitspieler</b>           | Fr. 20.30 - 22.00 Uhr | Längenholzhalle | Dietmar Hechler |



## Der Heimspielplan des Männer-Teams (Kreissporthalle Herrenberg nahe Hallenbad):

| Datum      | Uhrzeit | Begegnung                           |
|------------|---------|-------------------------------------|
| 11.10.2014 | 18:00   | VfL Herrenberg — SpVgg Mössingen    |
| 18.10.2014 | 18:00   | VfL Herrenberg — VfL Sindelfingen 2 |
| 22.11.2014 | 18:00   | VfL Herrenberg — TSG Reutlingen 2   |
| 29.11.2014 | 18:00   | VfL Herrenberg — TV Derendingen 4   |
| 17.01.2015 | 18:00   | VfL Herrenberg — TSV Pliezhausen    |

Alle weiteren Spielpläne sowie Trainingszeiten und die aktuellsten Informationen sind auf der Website [www.herrenberg-hurricanes.de](http://www.herrenberg-hurricanes.de) und auf Facebook unter [www.facebook.com/herrenberghurricanes](http://www.facebook.com/herrenberghurricanes) zu finden. Reinschnuppern ist jederzeit möglich und ausdrücklich erwünscht.

# Ist Basketball langweilig?

## Die Herrenberg Hurricanes – eine coole Truppe

„Basketball ist kontaktlos, einfach und langweilig!“ Denkste. Basketball ist in den USA die mit Abstand beliebteste Indoor-Sportart und auch in Deutschland mit Eishockey und Handball ganz an der Spitze. Zurecht, denn Basketball ist alles andere als langweilig. 90 Minuten Rumgeplänkel ist dabei schon mal gar nicht möglich, da ein Spiel lediglich 4 x 10 Minuten dauert, eventuell noch eine oder mehrere Verlängerungen zusätzlich. Bei jedem Pfiff wird die Spielzeit gestoppt, wodurch das tatsächliche Spiel inklusive Pausen auch etwa 90 Minuten dauert. Die Unterbrechungen machen das Spiel fairer, Zeitspiel wird aufgrund der begrenzten Zeit für einen Angriff ausgeschlossen. In vielen Spielen kommt es zu einem offenen Schlagabtausch und häufig zum beliebten spannenden Schlussviertel. Spiele werden oft in einem Bruchteil einer Sekunde entschieden. Den Korb in 3,05 m Höhe mit zwei hart verteidigenden Gegnern auf der Pelle zu treffen ist auch nicht immer ganz einfach.

### Anforderungen an einen Basketballer

Neben den konditionellen Anforderungen wie in vielen anderen Sportarten ist im Basketball insbesondere Balance und Koordination gefragt. Die Chance den Korb zu treffen ist deutlich höher mit einem

festen Stand. Eine gesunde Portion Krafttraining kann hierbei unterstützend wirken. Da Berührungen absolut erlaubt sind, ist es wichtig sich durch den Gegner möglichst wenig beeinflussen zu lassen. Die Koordination kommt vor allem beim Dribbeln, Passen und Werfen zur Geltung. Da Basketball auch eine Mannschaftssportart ist, benötigen die Akteure eine ordentliche Portion Teamspirit um als Mannschaft erfolgreich zu sein.

### Immer auf der Suche

Viele Kinder und Jugendliche wissen nicht, was genau hinter Basketball steckt. Dabei wird BASKETBALL in Herrenberg groß geschrieben. Mit drei Jugendteams und einer Männermannschaft starten die Herrenberg Hurricanes in die kommende Saison. Die Altersspanne ist gut abgedeckt: Die U10/12 wird gemeinsam von Christoph Küpfer und Mattias Hornung betreut, Julia Kretschmer und Mahmud Dogan kümmern sich um die U14, Felix Schlude betreut die U16 und Kosta Solomonidis ist für die U18/20 zuständig. Ebenfalls von Christoph Küpfer gecoacht wird das Männerteam.

### Küpfer sorgt für Struktur

Seit letzter Saison betreut Christoph Küpfer wieder die Trainer. Dabei soll ein für die gesamte Abteilung einheitliches Konzept eingeführt werden, damit sich die Jugendspieler mit steigendem Alter auch in den

|   |   |                 |
|---|---|-----------------|
| <b>Basketball</b>                                       | www.herrenberg-hurricanes.de<br>info@herrenberg-hurricanes.de |                 |
| <b>Abteilungsleiter:</b>                                | Bennet Melcher  | 0177 / 3255118  |
| <b>Stellv. Abt.leiter:</b>                              | Ronnie Gründler   | 0163 / 4238848  |
| <b>Jugendleiter:</b>                                    | David Schubert-Medinger                                       | 0162 / 6649179  |
|   | Felix Schlude   | 0157 / 36206211 |
| <b>Trainer:</b>   |   |                 |
| <b>U10 / U12</b>  | Christoph Küpfer  | 0176 / 32738968 |
|   | Matthias Hornung  | 0157 / 3892458  |
| <b>U14</b>  | Mahmud Dogan  | 0176 / 66406008 |
|   | Julia Kretschmer  | 0157 / 74633076 |
| <b>U16</b>  | Felix Schlude   | 0157 / 36206211 |
| <b>U18/20</b>   | Kosta Solomonidis   | 07032 / 76910   |
| <b>Männer</b>   | Christoph Küpfer  | 0176 / 32738968 |
| <b>weibl. U19+Frauen</b>                                | Christoph Küpfer  | 0176 / 32738968 |
| <b>Freizeitspieler</b>                                  | Günther Schmickl  | 07032 / 24142   |
| <b>Trainingszeiten:</b>                                 |   |                 |
| <b>U10/12/14</b>  | Mo. 17:30 – 19:00   | Kreissporthalle |
|   | Mi. 17:30 – 19:00   | Kreissporthalle |
| <b>U16/18, und weibl. U19/Damen</b>                     | Mo. 19:00 – 20:30   | Kreissporthalle |
|   | Mi. 19:00 – 20:30   | Kreissporthalle |
| Wir würden gerne wieder ein Damen/Mädchen Team bilden!  |   |                 |
| <b>U20 / Männer und Freizeit</b>                        | Mo. 20:30 – 22:00   | Kreissporthalle |
|   | Mi. 20:30 – 22:00   | Kreissporthalle |
| <b>allgem. Training</b>                                 | Fr. 19:00 – 20:30   | Kreissporthalle |
| <b>Achtung:</b> Wintertrainingszeiten auf der Homepage! |   |                 |

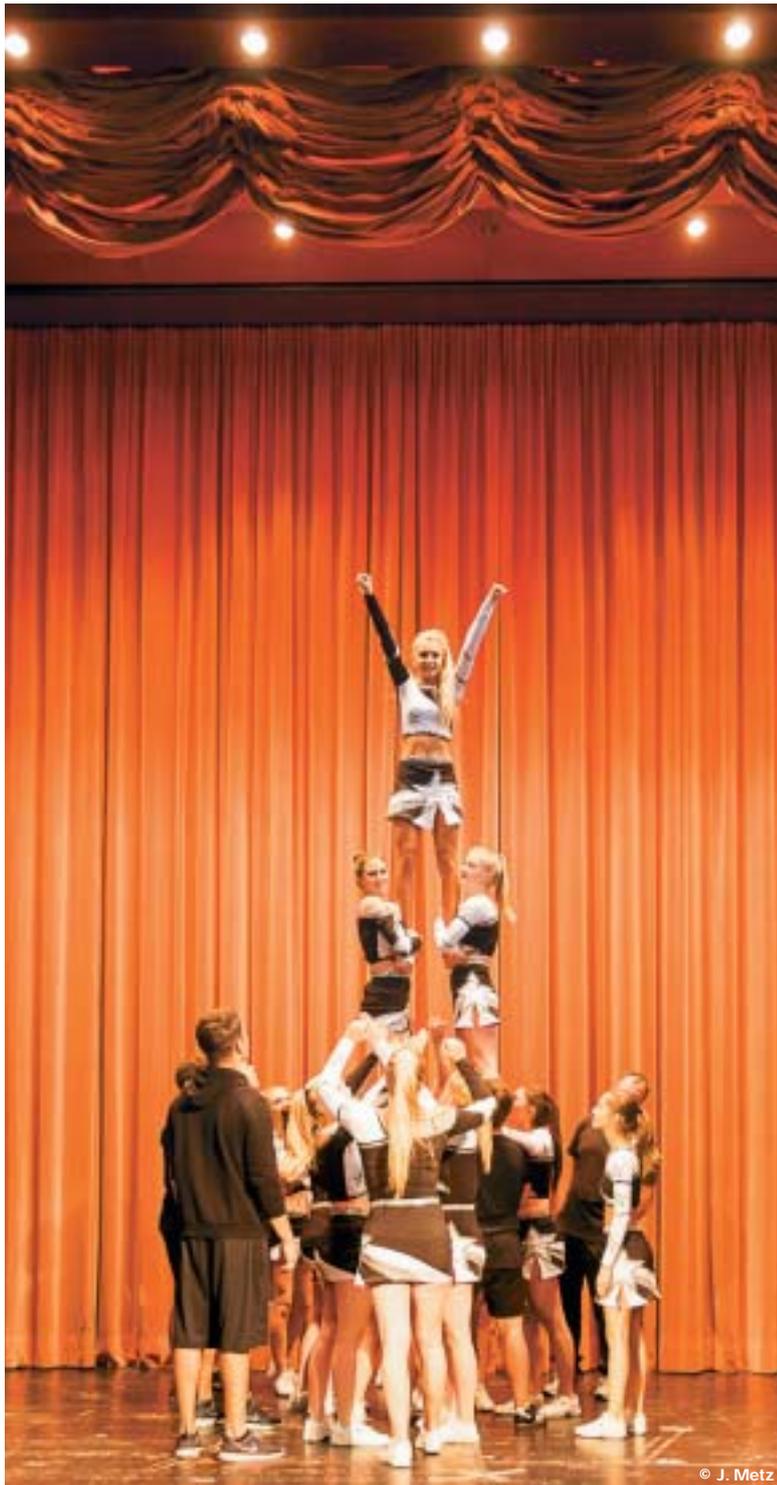
nächsthöheren Jugenden zurechtfinden. Umfang und Schwierigkeitsgrad werden stufenweise je Jugend angepasst. Das volle Programm bekommen die Männer diese Saison in der Kreisliga ab. Das Ziel ist ganz klar: Aufstieg in die Bezirksliga.

Ronnie Gründler



## Auch Kartoffeln können fliegen

Erlebnisse einer Cheerleaderin



Regelmäßig einstecken und immer wieder dieselbe Frage: „Blutet’s schon?!“ Mein „Flyer“ hat mal wieder seinen Job vergessen und schlägt ungebremst als Kartoffel-sack voll auf mich ein. Für die Physiker unter uns: 50 bis 55 Kilo Körpermasse aus zwei bis fünf Metern Höhe. Ungebremst. Blaue Flecken sind beim Cheerleading normal und deshalb kein Thema. Ernst wird es erst wenn Blut fließt, ansonsten heißt es einstecken und weitermachen. Vertrauen ist gut, Können ist besser. Wenn „Flyer“ sich von einer Pyramide aus circa vier Metern rückwärts in die Tiefe stürzen, ist Vertrauen in das Können der Fänger unabdingbar. Ansonsten knallt’s! Kopf auf Kopf tut nun mal weh. Volle Konzentration ist angesagt, sonst wird der Sport ganz schnell lebensgefährlich. Merke! Cheerleader sind Leistungssportler und keine Hupfdolen mit Wuschel!

### „Hals- und Beinbruch“ mal anders

Momentan stehen die Senior „Unique Eagles“ des VfL Herrenberg mitten in der Wettkampfvorbereitung für die Landesmeisterschaft 2015 in Stuttgart. Bis Februar ist Schwitzen und Durchhalten angesagt. Voller Motivation werden für zweieinhalb Minuten Wettkampf kombinierte Cheerleaderelemente (Pyramiden, Tumbling, Jumps, Cheer/Chants, Dance) trainiert. „Oh mann, aua“ rutscht es mir raus, mein Kopf hat den Ellenbogen des Flyers gestoppt. Wiedermal gab es einen Aufprall. Schwerverletzte bleiben aber zum Glück aus. Sicherheit hat oberste Priorität. Überall läuft der „Sabber“ runter. Handtücher liegen bereit. Die Dusche ruft nach jedem Training, aber aufgeben ist nicht! Ab jetzt zählt!

„One Team Eagles! Unique Eagles“

Danja Deffner

Die Cheerleader bei der ARGE Sportwoche in der Alten Turnhalle

© J. Metz



## Besondere Cheerleader

**Name:** Ines Sattler

**Team:** Unique Eagles

### Beschreibe dich mit 3 Worten:

kreativ, zielstrebig, Cheerleader

### Wie bist du zum Cheerleading gekommen?

Ich kam damals mit zwei Freundinnen zum Probetraining und bin seitdem dabei.

### Seit wann machst du Cheerleading?

Seit 6 Jahren.



## Warum ist Cheerleading DER Sport für dich?

Weil er unglaublich viel vereint und doch ganz anders ist. Diese Sportart ist unglaublich vielfältig und man sollte es ausprobiert haben.

### Wie erklärst du jemand, was Cheerleading ist?

Voller Körpereinsatz, absolutes Vertrauen, ein starker Wille, unzählige blaue Flecken und doch unglaublich viel Spaß!

### Zur letzten Landesmeisterschaft hast du für unsere drei Teams die tollen Cheerschleifen gemacht. Wie viel Meter Band hast du verarbeitet und wie viel Schleifen sind es geworden?

60 Schleifen aus insgesamt 115 Metern Band sowie einem Dutzend Glitzersteinplatten

### Welche Ziele möchtest du für dich und dein Team in den nächsten Jahren erreichen?

Meine persönlichen Ziele decken sich mit denen, die ich für das Team habe. Durch die umgestellte Altersstruktur mussten einige Juniors einschließlich mir zu den Seniors wechseln. Jetzt stellt sich die

## Cheerleading

**Abteilungsleiter:** Danja Deffner 0157/89 09 46 25 Danja.Deffner@t-online.de  
**Jugendleiter:** Jessica Deffner 0157/84 05 60 99 Jessica.Deffner@t-online.de  
**Headcoach:** Danja Deffner siehe oben

**PeeWees:** 6-12 J. Di. 17:30 -19:00 Uhr Albert Schweizer Turnhalle  
 Fr. 17:30 -19:00 Uhr Albert Schweizer Turnhalle

**Juniors:** 12-16 J. Di. 19:00 - 20:30 Uhr Albert Schweizer Turnhalle  
 Fr. 19:00 - 20:30 Uhr Albert Schweizer Turnhalle

**Seniors Coed:** Di. 20:30 - 22:00Uhr Albert Schweizer Turnhalle  
 Ab 16 Jahren Fr. 20:30 - 22:00 Uhr Albert Schweizer Turnhalle

Aufgabe, zu einem leistungsstarken, motivierten und harmonischen Team zusammen zu wachsen, das sich stetig weiterentwickelt.

### Was gefällt dir am Cheerleading besonders?

Die Vielfältigkeit, die tollen Möglichkeiten, zum Beispiel an den deutschen Meisterschaften teilzunehmen oder Teil der baden-württembergischen Landesjugendauswahl zu werden.

### Welche Stunts und Elemente machst du am liebsten?

Abgänge aus einem Stunt bei denen sich der Flyer zweimal um die Körperlängsachse dreht (= Cradle Double Full).

### Was war dein schönstes Erlebnis?

Als wir mit unserem Groupstunt (5 Cheerleader und 1:10 Minuten Zeit, um Elemente zu zeigen), mit denen wir auf der Baden-Württembergischen Meisterschaft letztes Jahr gestartet sind. Landesmeister in dieser Kategorie wurden. Wir haben nämlich die Verkündung der Punkte nicht mitbekommen und bekamen es schließlich von den Zweitplatzierten erzählt.

Jessica Deffner



© J. Metz

## Special Expressions

Hupfdolen = Hampelnde, auffallende Gören  
 Pom Poms = Wuschel  
 Stunts = Freistehende Hebefiguren  
 Pyramiden = kombinierte Stunts  
 Tumbling = Turnelemente (Salto, Flick-Flack,...)

Cheer/Chant = Sprechgesang, Anfeuerungsruf  
 Dance = Tanz  
 Jumps = Vorgegebene Sprungelemente  
 Flyer = Personen die oben stehen bzw. geworfen werden  
 Basket = frei nach oben geworfene Flyer

## Knut. Knie. Kehle.

Ein Interview mit Knut Kliempt

Montagabend. In der Längenholzhalle trainieren die Faustballe - bis auf „Mister Faustball“. Der sitzt auf der Tribüne und schaut dem Treiben wehmütig zu, weil er wegen eines Knie-Schadens leider nicht mehr aktiv daran teilnehmen kann.

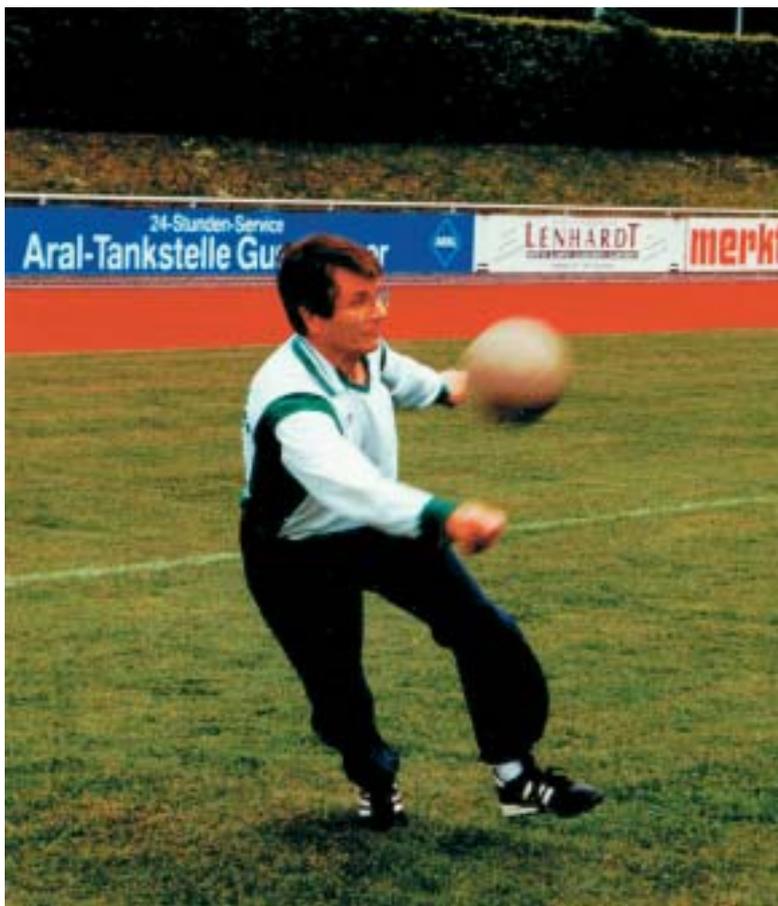
**Hallo Knut, wieviel Jahre bist Du eigentlich dem Faustball hinterher gerannt?**

Einspruch! Wenn Du beim Faustball dem Ball hinterher rennen musst, ist das meist ein Zeichen mangelhaften Stellungsspiels. Also, ich habe als Jugendlicher in Fellbach Leichtathletik betrieben. Freunde haben

mich zum Faustballtraining geschleppt. Ich fand schnell Gefallen an der Sportart und blieb dabei. Da war ich 19 Jahre alt.

**Du hast den größten Teil Deiner Karriere aber in Herrenberg verbracht?**

Anfang der 1960er Jahre bin ich nach Herrenberg gezogen und schloss mich der Faustball-Abteilung an. Diese bestand damals nur aus Senioren, die den Sport auch nach der Gründung als VfL-Abteilung weiterhin als ihr Hobby betrachteten. Und plötzlich stand dieser junge Kerl da und wollte mitspielen.



**Es war also ein etwas holperiger Anfang?**

Ja, aber es besserte sich. Sehr geholfen hat uns dabei die Idee, jährlich eine Stadtmeisterschaft für Hobbymannschaften zu organisieren, um Faustball einem größeren Personenkreis näher zu bringen. Dies war über Jahre hinweg ein Renner und brachte der Abteilung viele neue Spieler. Dadurch konnten wir eine Mannschaft zu den Meisterschaftsspielen der M30 in der Gauliga melden.

**Ihr wart dann ja ziemlich erfolgreich.**

Der Erfolg kam mit dem Zuzug unseres späteren, wichtigen Angreifers, Peter Gebhard. Über die Landesliga ging es zweimal bis in die Verbandsliga, der höchsten Liga des Schwäbischen Turnerbundes (STB). Einmal feierten wir sogar den Württembergischen Meistertitel. Dieses Niveau war wegen unserer zu kurzen Personaldecke aber leider nicht zu halten.

**War denn der wunde Punkt nicht der fehlende Nachwuchs?**

Genau, das ist ein sehr komplexes Thema, das sich nicht mit ein paar Sätzen beschreiben lässt. Wir hatten Schwierigkeiten, ausreichend Jugendliche in derselben Altersstufe zu gewinnen. Außerdem fehlten abends Hallenkapazitäten für ein eigenes Jugendtraining beziehungsweise ein Übungsleiter für den Nachmittag.

**Du hattest eine zweigeteilte Karriere. Zum einen gab es den Spieler Knut Kliempt, zum anderen den Dienstleister.**

Zunächst für die Pressearbeit zuständig, war ich dann in den folgenden Jahren stellvertretender Abteilungsleiter, technischer Leiter und Übungsleiter. Nach einer entsprechenden Ausbildung erwarb ich die

B-Lizenz und durfte auch höherklassige Mannschaft trainieren. Beim STB übernahm ich den männlichen B-Jugend-Kader als Ausbilder und formte eine württembergische Auswahlmannschaft, die lange zu den besten in Deutschland zählte.

### Wie wird es, ganz allgemein gesehen, weiter gehen mit der Sportart Faustball?

Faustball ist heute eine Randsportart, deren Überleben vom Einsatz der Macher abhängt. Faustball verlangt Ballgefühl und – das wird meist unterschätzt, weil man es diesem Sport nicht ohne weiteres ansieht – viel Technik. Das sollten Anfänger bedenken und Geduld mitbringen.

### Wie verbringt der Rentner Knut Kliempt seine Freizeit ohne Faustball?

Das Interesse ist ungebrochen, meine alten Kontakte werden weiter gepflegt. Ich freue mich auch, beim Besuch von Bundesligaspielen den einen oder anderen von mir betreuten früheren Jugendspieler zu treffen, der heute in der Bundesliga spielt. Und schließlich kann ich jetzt meinem zweiten Vergnügen nachgehen: Ich bin Mitglied in einem Pop- und Gospelchor.

Haben wir Ihr Interesse geweckt? Dann sind Sie herzlich eingeladen, bei uns reinzuschnuppern und völlig unverbindlich an unseren Übungsabenden teilzunehmen.

Dietmar Walter



### Faustball

#### Abteilungsleiter:

Dr. Roland Feil, Tel. 07032 / 5144

#### Übungsleiter:

Wolfgang Bacher, Tel. 07032 / 21825  
wg.bacher@web.de

#### Alle Altersklassen

Mo. ab 18.30 – 20.30 Uhr, Längenholzhalle



## Faszination Fechten

### Schnelligkeit, Konzentration und Geschicklichkeit

Fechten, das klingt nach mutigen Muskettieren, die elegant und mit viel Geschick für eine gute Sache kämpfen, dabei Abenteuer erleben und viel Spaß haben.

Mit den spannenden Büchern von Alexandre Dumas und den mehr als zwei Dutzend Verfilmungen, Musicals und Operetten hat die olympische Sportart Fechten natürlich wenig zu tun. Aber auch hier faszinieren Schnelligkeit, der Wettkampf Eins gegen Eins und die Eleganz der Bewegungen.

Fechten ist keine Ausdauersportart. Man muss also nicht viel rennen. Trotzdem ist der Sport ganz schön schweißtreibend. Geht es doch darum, mit höchster Konzentration dem Gegner und dessen Geschick standzuhalten und eigene Treffer zu platzieren. Eine umfangreiche Schutzausrü-

stung sorgt dafür, dass es keine Verletzungen gibt.

Sportfechten kann man nicht überall. Für den Wettkampf braucht man eine Kampfbahn, die sogenannte Planche, eine elektronische Messanlage, die die blitzschnell erzielten Treffer registriert und einiges an weiterer Ausrüstung. Trainieren kann man aber problemlos in einer normalen Sporthalle. Trotz dieses vergleichsweise hohen Aufwands kann die Fechtabteilung des VfL Herrenberg diese spannende Einzelsportart in unserer Stadt anbieten.

### Diese sieben Meter gehören mir!

Geübt wird bei uns in zwei der drei Fechtdisziplinen, nämlich mit dem Degen und

#### Fechten

##### Abteilungsleiter:

Detlef Zander, Telefon: 07032 / 34868

##### Jugendleiter:

Thomas Feser, Telefon: 07032 / 24109

##### Übungsleiterin:

Elke Eichhorn, Telefon: 07032 / 74600

Kinder/Jugendliche Mi., 19.00-20.00 Uhr  
Albert-Schweitzer-Schule, große Turnhalle

Erwachsene Mi., 20.00-22.00 Uhr  
Albert-Schweitzer-Schule, große Turnhalle

dem Florett. Neben allgemeiner Fitness und dem Einstudieren spezifischer Bewegungsabläufe trainieren wir natürlich auch Wettkampfsituationen. Kurz gesagt geht es hier darum, die eigenen sieben der 14 Meter langen Planche gegen den Gegner zu verteidigen und selbst Angriffe erfolgreich auszuführen. Je nach Disziplin gilt ein Treffer, wenn bestimmte Körperteile mit dem Degen oder dem Florett berührt werden.

Dabei zählen Schnelligkeit, Beweglichkeit, Hartnäckigkeit und Taktik – Fechten ist also auch Kopfsache. Fechten kann jeder lernen, von Klein bis Groß. Empfehlenswert ist der Einstieg ab dem Alter von 9 Jahren. Einsteiger können auf die vereins-eigene Ausrüstung zurückgreifen, sodass bis zur erfolgreichen Anfängerprüfung nur geringe Kosten entstehen. Nicht zuletzt hält Fechten bis ins Alter fit und wach.

Wer also Lust hat, diese besondere Sportart kennenzulernen, ist herzlich zu einem Probetraining eingeladen.

Björn Sippel / Volker Lehmkuhl

Fotoshooting für den Stadtjugendring



Der VfL Herrenberg trauert  
um seinen Ehrenvorsitzenden

## Karl Haug

\* 5.10.1921 † 29.09.2014

Wir müssen von unserem langjährigen Ehrenvorsitzenden Abschied nehmen. Als Mitglied des VfL Herrenberg seit 1947 prägte er den VfL über Jahrzehnte entscheidend mit.

Von 1960 bis 1975 war er Abteilungsleiter der Skiabteilung. Von 1970 bis 1990 war er zunächst sechs Jahre stellvertretender Vorsitzender und anschließend 1. Vorsitzender des Gesamtvereins. Zum Ende seiner Amtszeit 1990 wurde er zum Ehrenvorsitzenden ernannt.

1977 brachte Karl Haug den ersten »VfL-Spiegel« heraus, gründete bereits 1965 die erste Skischule im VfL, sowie weitere vier Abteilungen und absolvierte 1978 die staatl. anerkannte Ausbildung zum Übungsleiter. In dieser Funktion stand er verschiedenen Abteilungen des VfL zur Verfügung.

Er war der Initiator beim VfL Centerbau und leitete seinerseits den Bauausschuss. Mit seiner Weitsicht und seinem zuversichtlichen Denken erkannte er bereits damals die Zeichen der Zeit und stellte die Weichen für die fortschrittliche Weiterentwicklung des VfL Herrenberg.

Für sein herausragendes Engagement im Sport wurde Karl Haug neben zahlreichen Auszeichnungen der Sportbünde und Verbände die Ehrennadel in Silber des Landes Baden-Württemberg und 2012 die Staufermedaille des Landes Baden-Württemberg verliehen. Seit 2002 war er Ehrenmitglied im Württembergischen Landessportbund. Die Stadt Herrenberg überreichte ihm 1990 die Bürgermedaille.

Wir danken für sein überaus großes Engagement und sein Wirken im VfL Herrenberg.

Er stand unserem Verein bis zum Schluss mit seinem großen Wissen beratend und mit Anregungen zur Seite. Wir werden ihm ein bleibendes Andenken bewahren.



Seiner Frau Paula und allen Angehörigen gilt unsere herzliche Anteilnahme und unser aufrichtiges Mitgefühl.

Für den Vorstand und die Mitglieder  
Werner Rilka, Vorsitzender

## Immer wieder mittwochs

Fit und vergnüglich fahren die Freizeitsport-Radler durch die Region



„Fahr'n wir los?“ Willi Behr blickt auffordernd in die Runde. Trotz des für Anfang September ungewöhnlich trüben und kühlen Wetters und der Urlaubszeit sind acht Radlerinnen und Radler aus der Abteilung Freizeitsport zum Treffpunkt beim Herrenberger Hallenbad gekommen. So wie jeden Mittwoch zwischen April und Ende Oktober.

Der Weg führt diesmal über Fahrradwege und wenig befahrene Straßen durchs Ammertal über Gültstein und Reusten nach Unterjesingen und wieder zurück nach Herrenberg. Rund 40 Kilometer mehr werden die routinierten Radler am Abend auf dem Tacho haben. Dazu kommt noch die individuelle Anfahrt. Etwa 70 perfekt ausgearbeitete Touren hat Willi Behr parat, alle zwischen 30 und 45 Kilometer lang. „Unser Radius reicht von Rottenburg bis Weil der Stadt und den Schönbuch, dabei sind wir jedes Mal zwei bis drei Stunden unterwegs“, berichtet Willi Behr. Seit 2005 führt der drahtige Senior die Radausfahrten an, deren Tradition bis in die Anfänge der Abteilung in den 1980er Jahren reicht.

### Für alle Fälle gerüstet

Insgesamt treffen sich mittwochs 15 bis 20 Radler in unterschiedlicher Besetzung. „Wer Zeit und Lust hat, fährt mit, eine absolute Anwesenheitspflicht gibt es

Insgesamt etwa 1.000 Kilometer legen die Mittwochsradler in jeder Saison zurück.



Selbst eine Panne ist kein Problem: Heinz Lutz hält Funkkontakt zu Frontmann Willi Behr.

nicht“, erklärt Willi Behr. Auch sportliche Höchstleistungen werden nicht erwartet, bei Bedarf wird etwa alle zehn Kilometer eine Trinkpause eingelegt. Und nach der Tour steht immer ein Einkehrschwung in einer Wirtschaft an. Denn der gemeinsame Austausch und die Gespräche sind mindestens ebenso wichtig wie der Sport.

Nach so vielen Jahren gemeinsamen Radfahrens überlässt die Gruppe nichts dem Zufall. Werkzeug, Flickmaterial und Kabelbinder für kleinere Reparaturen sind immer dabei, ebenso Verbandszeug. Per Funk hält Willi Behr an der Spitze Kontakt zum letzten Mann, Heinz Lutz. „Sollte jemand eine Panne haben oder wir kommen nicht alle zusammen über eine Kreuzung, sage ich Willi Bescheid. Der hält dann an oder macht langsam“, erklärt Heinz Lutz das Zusammenspiel. Bei den Teilnehmerinnen und Teilnehmern kommen die gemeinsamen Ausfahrten gut an: „Man bewegt sich, hat Spaß in der Gruppe und fährt interessante Routen“, ist gleich mehrfach zu hören.

## Freizeitsport

**Abteilungsleiter:** Volker Lehmkuhl, 07032 920670, [vfl@lehmkuhl-pr.de](mailto:vfl@lehmkuhl-pr.de)

|   | Winterzeit                                       | Sommerzeit                                       |
|---|--|--|
| Mo. <b>Radfahren</b> ab Hallenbad<br>Ansprechpartner: Volker Beck 07032 26512<br><b>Jonglieren</b> , Längenholzhalle, Fitnessraum 1<br>Ansprechpartner: Gernot Vobornik 07032 29895   | 19:00 Uhr  | 18:00 Uhr<br>19:00 Uhr                           |
| Di. <b>Walking und Nordic Walking</b> ab Waldfriedhof<br>Ansprechpartnerin: Renate Fleck 07032 26476<br><b>Gymnastik</b> im VfL-Center<br>Ansprechpartner: Helga Stoll 07032 318 99   | 08:30 Uhr<br>17:00 Uhr                           | 08:30 Uhr<br>17:00 Uhr                           |
| Mi. <b>Radfahren</b> ab Hallenbad<br>Ansprechpartner: Willi Behr 07032 24122<br><b>Walking und Nordic Walking</b> ab Waldfriedhof<br>Ansprechpartnerin: Anne Christian-Kano 07032 23607<br><b>Laufftreff</b> ab Waldfriedhof<br><b>Laufftreff</b> ab Hallenbad<br>Ansprechpartner: Siegfried Scheffler 07032 31856  | 19:00 Uhr  | 17:00 Uhr<br>18:30 Uhr<br>18:30 Uhr              |
| Do. <b>Gymnastik und Ballspiele</b> im VfL Center<br>Ansprechpartner: Helga Stoll 07032 31899<br><b>Teensport</b> 14 bis 16 Jahre, Kreissporthalle<br>Ansprechpartnerin: Ulrike Döhl 07032 919568<br><b>Gymnastik und Hallenhockey</b><br>Jerg-Ratgeb-Realschule<br>Ansprechpartner: Herbert Rost 07032 23147<br><b>Allround-Sportgruppe</b> , Jerg-Ratgeb-Realschule<br>Ansprechpartner: Axel Flettner 07457 9563569 | 17:00 Uhr<br>19:00 Uhr<br>19:00 Uhr<br>20:30 Uhr | 17:00 Uhr<br>19:00 Uhr<br>19:00 Uhr<br>20:30 Uhr |
| So. <b>Walking und Nordic Walking</b> ab Waldfriedhof<br><b>Laufftreff</b> ab Waldfriedhof<br>Ansprechpartner: Siegfried Scheffler 07032 31856  | 08:30 Uhr<br>08:30 Uhr                           | 08:30 Uhr<br>08:30 Uhr                           |

- Während der Schulferien und an Feiertagen finden die Hallensportarten nicht statt. Das Jahresprogramm und die regelmäßigen Termine finden Sie auch im Internet unter: [www.vfl-herrenberg.de/Freizeitsport/](http://www.vfl-herrenberg.de/Freizeitsport/)

## Winterquartier VfL-Center

Wenn die Tage kürzer werden und das Wetter ungemütlich nutzen die Mittwochsradler das VfL-Center als Treffpunkt. Einmal in der Woche wird gemeinsam trainiert um die im Sommer angesammelte Fitness über den Winter zu retten. Dann fällt auch der Start in die nächste Radsaison nicht schwer.

Die Radfahrgruppe am Mittwoch ist eine von zwei regelmäßigen Radtreffs der Freizeitsportabteilung. Die zweite startet

unter der Leitung von Volker Beck am Montagnachmittag ebenfalls vom Hallenbad aus. Mitradlerinnen und Mitradler jeden Alters sind herzlich willkommen, für Informationen stehen die Ansprechpartner gerne zur Verfügung.

Volker Lehmkuhl

## Gutes Miteinander im »kleinen Unternehmen«

Interview mit den »Köpfen« der Fußballabteilung

**Was bewegt Dich beim VfL Fußball ehrenamtlich engagiert zu sein?**

**Rainer Braun (Abteilungsleiter):**

Eine Abteilung in dieser Größe ist organisatorisch, betriebswirtschaftlich und sportlich wie ein kleines Unternehmen. Dies kann ehrenamtlich nur mit Menschen erfolgreich gestaltet werden, wenn großer Idealismus und die Liebe zum Fußball vorhanden ist. Dieses permanent am Laufen zu halten sehe ich als Aufgabe für eine Abteilungsleitung. Menschen zu motivieren, die in einer Firma arbeiten, ist ein-

facher, als Menschen in ihrer Freizeit für ein Ehrenamt zu gewinnen. Dies spornt aber meist noch an und macht Spass, wenn an einem Wochentag im Sommer auf dem ganzen Sportgelände bis zu hundert Kinder mit ihren Trainern Sport treiben. Diese Leistung haben Trainer und Funktionäre für mich als Kind und Jugendlicher Fußballspieler vor Jahren erbracht. Dieses Engagement möchte ich zurück geben und arbeite nun seit vielen Jahren mit einem tollen Team an dieser täglichen Herausforderung.

**Markus Rühle (stv. Abteilungsleiter):**

Da ich als aktiver Spieler viele schöne und erfolgreiche Jahre in Herrenberg genießen durfte, wollte ich etwas nach meiner aktiven Zeit davon zurückgeben. Der Zeitpunkt war dann, wie bei so vielen, dass mein Sohn Tim beim VfL in der Jugend Fußball spielte und dringend Jugendbetreuer und Trainer gesucht wurden. Das war der Einstieg in die ehrenamtliche Zeit. Danach Jugendkoordinator und jetzt stellv. Abteilungsleiter. Ehrenamtliche Arbeit trägt zu privater und beruflicher Weiterentwicklung bei.



**Jasmin Weckenmann****(Schriftführerin):**

Als Trainer investiere ich neben meinem Studium und der eigenen Fußballleidenschaft eine Menge Zeit in Trainingseinheiten, Spiele und Turniere, bekomme aber auch eine Menge von meinen Jungs zurück. Nichts ist schöner, als die Fortschritte eines einzelnen Spielers, besser noch des gesamten Teams, über Jahre hinweg mitzuerleben. Die Schriftführertätigkeit ermöglicht es mir, mich fortzubilden und gleichzeitig eine verantwortungsvolle Aufgabe im Verein zu übernehmen.

**Harald Kenke (Kassier):**

Ich bin seit 1977 Mitglied im Verein und habe viele Höhen aber auch Tiefen in der Fußballabteilung miterlebt. Um Verant-

wortung zu übernehmen habe ich das Ehrenamt gewählt. Wir haben ein Klasse Team, bei dem Zusammenarbeit gelebt wird. Auch der Kontakt auf unserem Sportplatz mit Jung und Alt macht mir sehr viel Spaß.

**Müjdat Andic (Jugendleiter und Assistenz der Abteilung Fußball):**

Die Geschäftsstelle Fußball wird von mir jetzt seit mehr als 5 Jahren ausgefüllt. Zuvor war ich als Trainer und Spieler in Herrenberg und verschiedenen Vereinen aktiv. Seit 2013 bin ich als Jugendleiter in Funktion und habe hier eine Doppelrolle, welche jedoch in den meisten Fällen zusammenpasst. Das Passwesen, Anfragen beim Verband oder bei der Verwaltung in Herrenberg, Turnierplanungen auswärts

und vor allem bei den eigenen Turnieren, die Schiedsrichteranmeldungen und vieles mehr wird in den meisten Vereinen von einem hauptamtlichen Jugendleiter oder einer hauptamtlichen Geschäftsstelle erledigt. Beim VfL Herrenberg entlasten die Koordinatoren den Jugendleiter in den sportlichen Themen. Deshalb ist für mich das Engagement beim VfL Herrenberg ein gutes Miteinander, ohne welches der gesamte Spiel- und Trainingsbetrieb gar nicht möglich wäre. Ich sehe mich als wichtigen Baustein in der Abteilung Fußball. Die gute Zusammenarbeit mit den 40 Trainern und Betreuern sowie mit der Abteilungsleitung bestätigt, ein ehrenamtlich wertvolles Amt zu haben.

Jasmin Weckenmann



## Zahlen, Daten, Fakten

### Wissenswertes rund um den Fußball in Herrenberg

Beim Fußball in Herrenberg sind ca. 300 Spielerinnen und Spieler aktiv, welche natürlich auch trainiert und betreut werden wollen. Neben dem normalen Sport sind pro Jahr mindestens noch ein Trainingslager sowie natürlich Weihnachtsfeier und eine Rundenabschlussfeier auf dem Programm, aber auch Arbeitseinsätze, um den Verein zu unterstützen.

#### 35 Trainer im Einsatz

Den Umfang der Aktivitäten kann man schwer messen, da alles ehrenamtlich oder gegen Aufwandspauschale, die sogenannte Übungsleiterpauschale von den Trainern durchgeführt wird. Berechnet man, dass eine Spielerin bzw. ein Spieler im Jahr im Durchschnitt folgende Einsätze hat:

- 30 Meisterschafts- und Pokalspiele
- 80 Trainingseinheiten (in den Ferien ruht der Ball)
- 10 Turnierteilnahmen

kommt man auf eine stattliche Summe von fast 200 Stunden im Jahr, in denen direkt am Sport gearbeitet wird. Die Vorbereitung bei den Trainern, Fahrtzeit, Organisation der Einsätze mit Telefonaten, Umkleiden und Duschen sind hier nicht eingerechnet. Die linke Tabelle verdeutlicht den Umfang um einen „Betrieb“ wie der Fußballabteilung grob zu umreißen:

In Jahren gerechnet sind dies pro Saison: ca. 8 Personen, die rund um die Uhr vom 1. Januar bis 31. Dezember Fußball spielen! Hinzu kommt natürlich noch die gesamte Organisation um den Spielbetrieb herum.

Die sogenannten Funktionäre im Hintergrund oder die Helfer während den Spielen sind auch das ganze Jahr über im Einsatz. Hierzu gehört:

- Organisation Belegung der 5 Sportplätze an der Schießmauer
- Planung und Durchführung der eigenen Turniere wie Gäubote-Cup, Kreissparkassen JuniorCup und Schittenhelm Bau Juniortiger Cup
- Verwaltung Passwesen und Abstimmung Verband, Stadtverwaltung
- Bestellungen beim Metzger oder Getränkeshändler
- Bestellung und Abwicklung Trikots und Trainingsklamotten
- Betreuung Werbepartner
- Betreuung Ehrenamtliche
- Kassenverwaltung mit ca. 800 Online-Buchungen und zwei großen Belegordnern pro Jahr
- Trainer- und Spielerbesprechungen
- Elternabende
- Organisation Vereinsheim mit Reinigung und Betrieb
- Bewirtung Grillhütte an jedem Spielwochenende
- Kassieren bei Heimspielen
- Ansage über Lautsprecher bei Heimspielen...

Die rechte Tabelle zeigt die Aufwände um den Fußballbetrieb herum:

Auf ein Jahr umgerechnet könnte man fast 6 Personen in einer 40-Stunden Woche fest einstellen um dieses Pensum zu bewältigen!

Natürlich kann das nicht bezahlt werden. Deshalb sind wir froh und dankbar, dass

#### Fußball (Winterplan)

**Abteilungsleiter:** Rainer Braun, 07032-21815  
**Stellv. Abt.leiter:** Markus Rühle, 07032-22011  
**Kassier:** Harald Kenke: 07032-5264  
**Spielleiter Herren 1:** Heinz Bolle, 07032-26135  
**Spielleiter Herren 2:** Serkan Kacar, 07032-23421  
**Spielleiter Damen:** Steve Henrich, 07032-7840549  
**Jugendleiter:** Müjdat Andic, 07032-917629  
**Schriftführerin:**  
 Jasmin Weckenmann, 07032-34677

|               |        |                   |
|---------------|--------|-------------------|
| Herren I + II | Di, Do | 20.30 - 22.00 Uhr |
| AH Herren     | Fr     | 20.30 - 22.00 Uhr |
| Frauen        | Fr     | 20.30 - 22.00 Uhr |

|           |        |                   |
|-----------|--------|-------------------|
| A1 Jugend | Di, Do | 20.30 - 22.00 Uhr |
| A2 Jugend | Di, Do | 20.30 - 22.00 Uhr |
| B1 Jugend | Di, Do | 20.30 - 22.00 Uhr |
| B2 Jugend | Fr     | 19.00 - 20.30 Uhr |

**Koordinator:** Markus Rühle, 07032 / 22011

|           |        |                   |
|-----------|--------|-------------------|
| C1 Jugend | Di     | 19.00 - 20.30 Uhr |
| C2 Jugend | Do     | 19.00 - 20.30 Uhr |
| D1 Jugend | Di, Do | 17.30 - 19.00 Uhr |
| D2 Jugend | Di, Do | 17.30 - 19.00 Uhr |
| D3 Jugend | Di, Do | 17.30 - 19.00 Uhr |
| E1 Jugend | Di     | 16.30 - 17.30 Uhr |
|           | Fr     | 17.30 - 19.00 Uhr |
| E2 Jugend | Di     | 16.30 - 17.30 Uhr |
|           | Fr     | 17.30 - 19.00 Uhr |
| E3 Jugend | Di     | 16.30 - 17.30 Uhr |
|           | Fr     | 17.30 - 19.00 Uhr |

**Koordinator:** Didi Krauß 07032 / 74709

|             |    |                   |
|-------------|----|-------------------|
| F1/1 Jugend | Mo | 17.00 - 19.00 Uhr |
|             | Fr | 18.00 - 19.00 Uhr |

|             |    |                   |
|-------------|----|-------------------|
| F1/2 Jugend | Mo | 17.00 - 19.00 Uhr |
|             | Fr | 18.00 - 19.00 Uhr |

|             |        |                   |
|-------------|--------|-------------------|
| F2/1 Jugend | Mi, Fr | 17.30 - 19.00 Uhr |
| F2/2 Jugend | Mi     | 17.00 - 18.30 Uhr |
|             | Fr     | 18.00 - 19.00 Uhr |

|         |    |                   |
|---------|----|-------------------|
| Bambini | Do | 17.30 - 19.00 Uhr |
|         | Fr | 17.00 - 18.00 Uhr |

**Koordinator:** Dirk Hoffmann 07032 / 28328

|               |    |                   |
|---------------|----|-------------------|
| B Juniorinnen | Mi | 19.00 - 20.30 Uhr |
| C Juniorinnen | Mo | 17.30 - 19.00 Uhr |

**Koordinator:** Steve Henrich 07032 / 7840549

Die **Hallenbelegungen** stehen auf der Homepage.

aktuelle und ehemalige Spieler/innen, aber auch Eltern von Spielern/innen sich heute in unserer Fußballabteilung als Ehrenamtliche einbringen.

Über jede weitere tatkräftige Unterstützung freuen wir uns natürlich sehr!



| <b>Stunden im Sport</b>       | Anzahl | Stunden pro Jahr | Summe Std. pro Person |
|-------------------------------|--------|------------------|-----------------------|
| Spielerinnen/Spieler          | 300    | 200              | 60.000                |
| Trainer / Betreuer            | 35     | 200              | 7.000                 |
| Schiedsrichter beim VfL       | 14     | 100              | 1.400                 |
| <b>Summe Stunden pro Jahr</b> |        |                  | <b>68.400</b>         |

| <b>Stunden in der Orga</b>                       | Anzahl | Stunden pro Person | Summe Std.   |
|--|--------|--------------------|--------------|
| Teammanager                                      | 15     | 160                | 2.400        |
| Bewirtschaftungs- und Spielbetriebsteam          | 10     | 200                | 2.000        |
| Wirtschaftsrat und Werbung                       | 5      | 50                 | 250          |
| Koordinatoren, Spielleiter und Abteilungsleitung | 15     | 300                | 4.500        |
| <b>Summe Stunden pro Jahr</b>                    |        |                    | <b>9.150</b> |

## Super Saisonbilanz

Der VfL bildet junge Handballtalente für die SGH2Ku aus

Strahlende Gesichter der weiblichen E-Jugend am Saisonende in Rutesheim. Wieder blieben die Mädels verlustpunktfrei. Die weiße Weste der Runde blieb in beeindruckender Weise gewahrt.

Der Übungseifer aus den Trainingseinheiten zahlt sich aus. Das Koordinationstrai-

ning ist inzwischen die Paradedisziplin der Mädels. Und die vielen eintrainierten Spielzüge machen das Team schier unschlagbar. Den letztendlich errungenen Staffelsieg hat sich die Mannschaft hart erarbeitet. Die agile und stabile Abwehrarbeit war ein Erfolgsgarant. Ein Super-

Ergebnis und eine Super-Saison der Mädels....das Betreuerteam wünscht für die weitere Handballkarriere alles Gute und weiterhin Spaß am Spiel mit dem Handball. Bleibt weiterhin so gute Teamplayer.

### Vize-Staffelmeister

Bei den Jungs der E-Jugend lief die Runde nicht ganz so erfolgreich wie bei den Mädels. Letztlich erzielte man einen her-



Angelina Baier hoch konzentriert

vorragenden zweiten Platz in einer doch gut umkämpften Bezirksligastaffel. Hier fand man eindeutig den Meister in der Mannschaft der JSG Echaz-Erms, die ohne Verlustpunkte Staffelsieger wurden, und die VfL-Jungs mit 8:2 Punkten auf den 2. Platz verwiesen. Aber der Einsatz und auch die Top-Koordinationsergebnisse bei den Jungs waren schon vielversprechend und haben auch hier Lust auf mehr gemacht... bleibt gut am Ball und weiterhin spaßgeladen bei Eurer handballerischen Karriere.

### Jetzt heißt's Ärmel hochkrepeln

Mit einer gemischten und einer weiblichen Mannschaften bei der E-Jugend und zwei Mannschaften bei den Minis startet die VfL-Handballjugend in die neue Hallenrunde 2014/2015. Seit Mai 2014 sind regelmäßig in den Dienstags- und Donnerstags-Trainingseinheiten immer ca. 16 bis 20 Kinder in der Halle eifrig am Werkeln. Auch durch die Neugewinnung handballinteressierter Kinder ist weiterhin reges Interesse erkennbar und die Handballabteilung kann zuversichtlich in die Hallenrunde 14/15 blicken.

### Danke an die Betreuer

Das Betreuerteam der Minis wurde leicht verändert. Die Betreuerkarriere von Stefanie Fouquet wurde am Ende der abgeschlossenen Runde 13/14 aus beendet. Für die tolle und zuverlässige Arbeit mit den Kids auch nochmals auf diesem Weg ein herzliches Dankeschön. Zugewonnen werden konnte Stefanie Zinser, die zusammen mit Anja Koimsidis nun die Verantwortung übernommen hat. Unterstützt werden die Hauptbetreuer von den Jugendspielerinnen Nele, Sabina und Eva. Auch in dieser Spielrunde ist es ein Anlie-

gen der Jugendleitung, weiter die Augen nach engagierten erwachsenen Mitbetreuern und ehrenamtlichen Helfern aufzuhalten.

### Ohne Eltern geht nix

Die Unterstützung der Eltern sei hier besonders erwähnt, ohne die wir keine Spiel- tage, keine Vereinsveranstaltung wie den jährlich stattfindende GTÜ-Cup für die C- bis A-Jugend und der kleinere Bruder, den GTÜ-Juioir-Cup im Januar für die Minis bis D-Jugend, oder sonstige Events außerhalb der gewohnten Hallenumbauung, stattfinden lassen könnten... Vielen Dank für diese Unterstützung und Helferbereitschaft.

Ralf Ferdinand



Die erfolgreichen und strahlenden VfL-Teilnehmerinnen auf einem Bild. Eine ganz starke Leistung Mädels – bleibt weiterhin so stark am Ball!

### Handball

|                                       |  |   |
|---------------------------------------|--|---|
| <b>Abteilungsleiter:</b>              | Bernd Nüssle<br>Tel.07032 / 74419              | bernd-nuessle@t-online.de   |
| <b>Jugendleiter:</b>                  | Ralf Ferdinand<br>Tel. 0178 / 9826470          | fernandoralf@freenet.de   |
| <b>gemischte Minis (2006/2007)</b>    | Do. 16.00 – 17.30 Uhr                          | Kreissporthalle<br>Stefanie, Anja   |
| <b>gemischte Minis (2008)</b>         | Do. 16.00 – 17.30 Uhr                          | Kreissporthalle<br>Nele, Sabina und Eva                                   |
| <b>männliche E-Jugend (2004/2005)</b> | Mo. 17.30 – 19.00 Uhr<br>Do. 17.30 – 19.00 Uhr | Kreissporthalle<br>Kreissporthalle<br>Ralf Ferdinand                      |
| <b>weibliche E-Jugend (2004/2005)</b> | Mo. 17.30 – 19.00 Uhr<br>Do. 17.30 – 19.00 Uhr | Kreissporthalle<br>Kreissporthalle<br>Brigitte Mohr<br>Athanasia Chasioti |

Die Trainingszeiten der D-A Jugend sind über die Jugendleitung zu erfahren.  
Nähere Infos unter [www.sgh2ku.de](http://www.sgh2ku.de)

## Kampfkunst mal drei

Taekwondo – Kickboxen – Katori Shinto Ryu



Unsere bisherige Abteilung Taekwondo heißt jetzt Kampfkunst. Der neue Name geht einher mit einem erweiterten Angebot an Sportarten. Hier eine kurze Vorstellung

### Taekwondo

#### Süddeutsche Meisterschaft in Herrenberg

Am Samstag, 15. November 2014 findet in der Aischbachhalle die süddeutsche Meisterschaft im Taekwondo statt. Neben Kämpfen sind auch zahlreiche „Tuls“ zu sehen, Formenläufe, die einen Abwehrkampf mit vorgeschriebenen wechselnden Stellungen und Bewegungen gegen mehrere imaginäre Gegner darstellt. Dynamik, Effektivität und Gleichmäßigkeit werden bewertet, bevor der Ringrichter durch den Ruf „Geuman“ den Kämpfer aus seiner Endposition erlöst.

#### Konzentration vor dem „Sijak“

Anspannung, Konzentration und dann ein „Sijak“ vom Kampfrichter. Übersetzt heißt das für die Athleten „Kampfbeginn“, dieses Mal sogar mit einem Heimvorteil für Herrenberg. Es werden gut 20 Taekwondolier aus dem VfL am Start sein. Wenn sich unser Erfolgskurs fortsetzt, müssen sich die Gegner warm anziehen.

#### Kickboxen im VfL

Bei der Meisterschaft werden auch Kickboxstile zu sehen sein. Seit September gibt es auch Kickboxtraining im VfL. Wer reinschauen und mitschwitzen möchte, ist herzlich eingeladen.

Frank Bühler

## Katori Shinto Ryu (KSR)

Nichts zählt so sehr wie der gegenwärtige Augenblick – zu lesen im Hagakure – Ehrenkodex der Samurai, der von ca. 1710 stammt. KSR ist eine der ältesten, bis heute unverändert praktizierten japanischen Kampfkunstschulen und wurde dafür zum "lebenden Kulturerbe des japanischen Volkes" ernannt. Bei uns ist diese Samurai Schwertkunstschule noch selten.

## Faszination Samurai

Bushido, der ritterliche Ehrenkodex und die Ethik des Samurai-Standes, fordert Selbstaufopferung, absolute Loyalität, Tapferkeit und höchste Waffenbeherrschung. Was dort Gerechtigkeit und Schutz der Schwachen heißt, bezeichnen wir heute als Zivilcourage. Diese traditionellen Werte gelten heute mehr denn je.

## Das Schwert im Mittelpunkt

Wir üben mit dem Schwert in Verbindung zu anderen Waffen (Schwert, Langstock (Bo) oder Naginata, die Schwertlanze) aber auch unbewaffnete Selbstverteidigungstechniken. Wichtigster Übungsinhalt sind Formen – japanisch „Kata“, festgelegte Abfolgen von Kampftechniken mit einem Partner. Tenshin Shoden Katori Shinto Ryu gehört zu den „alten Künsten“, im Gegensatz zu den nach dem zweiten Weltkrieg neu geordneten Kampfkünsten bzw. Kampfsportarten wie z.B. Judo, Karate, Kendo oder Aikido.

## Interesse?

Lernen Sie bei uns im Training die Samurai und ihre berühmten Kampfkünste kennen. Ein Einstieg ist jederzeit möglich.

Andreas Uhlig



## Kampfkunst

**Abteilungsleiter:** Ingolf Welte ,  
Telefon 07032 / 78 41 71 mit AB  
Ingolf.welte@kabelbw.de  
Bitte grundsätzlich vor dem ersten Training anrufen!

**Taekwondo:** Albert-Schweitzer-Sporthalle

|             |  |
|-------------|--|
| Kinder      | Di. 17.30 - 18.15 Uhr<br>Fr. 17.30 - 18.15 Uhr |
| Jugendliche | Di. 18.15 - 19.15 Uhr<br>Fr. 18.15 - 19.15 Uhr |
| Erwachsene  | Di. 19.15 - 20.30 Uhr<br>Fr. 19.15 - 20.30 Uhr |

**Kickboxen:** Einstiegs-Kampftraining  
Fr. 18.15 - 19.15 Uhr

**Katori Shinto Ryu:**

Jerg-Ratgeb-Sporthalle Klein  
Mo. 19.45 - 21.45 Uhr  
Mi. 17.45 - 19.15 Uhr  
Spartenleiter: Andreas Uhlig 0174 1944624



## Lauftreff - besser kann's nicht laufen

Orga-Team kümmert sich um die Nachwuchsarbeit



Kennengelernt haben sich Daniela Hartmann und Joachim Brenner 2011 beim VfL-Lauftreff. Die Grundschullehrerin verliebt sich nicht nur in den Laufstil des Laufkollegen und langjährigen SG H2Ku Handballers. Und auch er schwärmt für ihre Qualitäten jenseits des Lauf-ABCs und Bahntrainings. Schritt für Schritt entscheiden sich Dani und Joachim für einen gemeinsamen Weg. Neben dem gemeinsamen Training engagieren sich beide im Orga-Team Lauftreff und Joachim als Schriftführer der Abteilung Leichtathletik.

### Lauf-treff, Lauf-lust, Lauf-stall

Das gemeinsame sportliche Highlight der beiden war der gemeinsame Marathon 2012 in München. Getoppt wird dieses Erlebnis durch ihr privates Glück und die Geburt ihrer Tochter Paulina. Das Lauftreff-Baby absolvierte den ersten „Lauf“ bereits sechs Wochen nach der Geburt im Baby-Jogger und ist seither regelmäßig mit dabei. Vorzugsweise nutzt sie die Zeit für ein kleines Nickerchen an der frischen Luft.

Wir gratulieren Dani und Joachim ganz herzlich und freuen uns über den Läufer Nachwuchs. Fazit: Besser kann's nicht laufen!

Anita Klenner

*Vier Füße groß bis mittelklein  
joggten lange Zeit allein  
jetzt joggen bald auf Schritt und Tritt  
zwei winzigkleine Füße mit!*

© J. Metz

# Leichtathletik – im Stadion geht's rund

Mehr als nur Rennen



Sich keuchend im überhitzten Stadion um die Bahn quälen und das mit Zeit- und Notendruck – das sind Erinnerungen von gestern. Laufen ist heute Trendsportart. Immer mehr Menschen kommen auf den Geschmack, sich mit Spaß in der Natur zu bewegen. Kinder und Jugendliche nehmen begeistert an Läufen teil, egal ob an Sponsorenläufe für ihre Schulen oder am Herrenberger Frühlingslauf.

## Leichtathletik ist erstaunlich vielseitig

Doch Leichtathletik ist viel mehr als Laufen. Springen und Werfen und das Überwinden von Hindernissen gehören genauso dazu. Damit ist die Leichtathletik eine der wenigen Sportarten, in denen das komplexe Zusammenspiel der gesamten Muskulatur vielseitig trainiert wird.

Beim Kugelstoßen zum Beispiel ist es nicht nur entscheidend, wer die meiste Kraft im Oberkörper, sondern auch wer die schnellsten Beine hat. Die Abfluggeschwindigkeit der Kugel ist, neben der Abstoßhöhe und dem Abstoß-Winkel, eine der drei entscheidenden Faktoren für einen erfolgreichen Stoß. Deshalb ist der Deutsche David Storl bereits mehrfacher Welt- und Europameister, obwohl er seinen Gegnern von der reinen Körpermasse her unterlegen ist.

## Training rundherum

Im Leichtathletiktraining des VfL wird der Körper also rundherum trainiert und geschult. Schnelligkeit, Kraftausdauer, Sprungkraft, Explosivkraft, reine Ausdauer.... Vielseitigkeit ist gefragt. Aber natürlich gibt es auch Spezialisten, die sich einer der vielen Disziplinen besonders widmen.

## Leichtathletik

**Abteilungsleiter:** Steffen Rau, 07457 / 9567555

**Jugendleiter:** Jochen Nüssle

|                      |  |   |
|----------------------|--|---|
| U 16 aufwärts        | Mo. 19.00-20.30 Uhr  | Volksbankstadion (April-September)<br>Kreissporthalle (Oktober-März)  |
| 15 bis 99            | Mi. 19.00-20.30 Uhr  | Volksbankstadion (April-September)<br>Kreissporthalle (Oktober-März)<br>Melanie Buchmüller                            |
| Lauftreff Erwachsene | Mi. 18.30 Uhr<br>Do. 18.30 Uhr<br>Sa. 8.30 Uhr<br>So. 8.30 Uhr | Waldfriedhof, bis April 13 Uhr Hallenbad<br>Waldfriedhof, bis April 19 Uhr VfL Center<br>Waldfriedhof<br>Waldfriedhof |
| Fitness              | Mi. 19.00-20.30 Uhr  | Kreissporthalle; Eberhard Schilling   |
| Fußball (Lullis)     | Mo. 19.00-20.30 Uhr  | nach Absprache (April-September)<br>Schickhardtalle (Oktober-März)<br>Volkhard Günter                                 |

**Achtung:** Winterzeiten bitte auf der Homepage nachschauen

Die Schulung des Körpergefühls und des Gleichgewichts durch die Ausführung koordinativer Übungen ist fester Bestandteil eines jeden Trainings. Hier lernen die Athleten, wie sie einzelne Bereiche ihres Körpers gezielt „ansprechen“ und trainieren können. Die Vorteile dieser, früher rein Leichtathletik-spezifischen Übungen, haben mittlerweile viele andere Sportarten erkannt. Sie haben entsprechende Trainingsansätze der Leichtathletik übernommen und profitieren von den Erkenntnissen.

Man sieht also, hinter der Leichtathletik steckt viel mehr als nur das reine Rennen.

Steffen Rau

## Projekt Downhill

Die neue Radsportabteilung geht mit Engagement zur Sache

Seit dem 16. Mai 2014 gibt es die VfL Abteilung Radsport und schon seit November 2013 läuft das Projekt der Legalisierung einer Mountainbikestrecke in Herrenberg. Der Sinn und Zweck der neuen Radsportabteilung des VfL Herrenberg ist das Erschaffen eines Treffpunktes für Mountainbiker und andere Radsportler,

welche vor kurzem noch keiner Organisation angehörten und somit auch keinen Ansprechpartner hatten.

### Startschuss im Schönbuch

Der eigentliche Startschuss der Abteilungsaktivitäten wird mit Baubeginn der Mountainbikestrecke eintreten. Dieser

wird nach aktuellem Stand im Oktober fallen. Der Vorstand der Abteilung ist derweil nicht untätig gewesen, so wurde bereits ein Abteilungstrikot designt, für das auch ein Sponsor sowie eine Druckfirma gefunden werden konnte. Nebst kleineren Aktionen wie das Gründen eines Vereinskontos und Einweisungen in die Ämter hat-



© J. Metz

ten wir im Juni ein entscheidendes Gespräch, bei dem der Oberbürgermeister Thomas Sprißler, Zuständige von Landratsamt, Umweltschutzamt und Forstamt, der Geschäftsführer des Radsportverbands, der Geschäftsführer des Stadtjugendrings, Stefanie Wunder als Geschäftsführerin des VfL und Ina Mohr von der Stadtverwaltung, die uns tatkräftig unterstützt, anwesend waren.

Wir waren von den Reaktionen aus dem Landratsamt positiv überrascht, was auch daran liegen kann, dass sich Herr Sprißler gleich am Anfang des Gesprächs positiv für das Projekt ausgesprochen hatte. Nach unserer Präsentation wurden dann Fragen beantwortet und die Vorgehensweise für die Zukunft besprochen. Der nächste Schritt der von uns ausgeführt wurde, war, ein Konzept für einen Projektantrag zu verfassen. Der wurde dann bei der Stadt durchgesehen, ergänzt und dann an das Landratsamt geschickt.

### Im Herbst 2014 geht's los

Auf die Frage von Frau Wunder, wann denn die Genehmigung zum Bau etwa erfolgen würde, antwortete der zuständige Beamte vom Landratsamt, dass dies etwa im Herbst der Fall sein würde. Das bedeutet für uns jetzt erst einmal Warten. Das einzige was noch anstand, während die Mühlen der Bürokratie mahlen, war ein Gespräch mit den Wandervereinen, also dem Schwäbischen Albverein und den Naturfreunden Schönbuch, damit sich die Personen von dieser Seite nicht überrumpelt fühlen und auch in das Projekt miteinbezogen werden. Bei diesem runden Tisch stellte sich heraus, dass der Pfad, auf dem die Mountainbikestrecke gebaut wird, kein eingetragener Wanderweg vom Naturpark

ist, und erstaunlicherweise meinte der SAV, dass somit keine Ausweichstrecke für Wanderer gebaut werden sollte. Das vereinfacht den ganzen Legalisierungsprozess nochmal um ein Vielfaches. Wir schreiten bereits mit großen Schritten der Eröffnung der Strecke entgegen und freuen uns, als Abteilung zum VfL Herrenberg dazuzugehören.

Simon Eyselein und Mathis Ochsenmeier



© J. Metz



© J. Metz

### Radspport

**Abteilungsleiter:** Daniel Hohpe, 07032/992 908

**Organisation:** Mathis Ochsenmeier  
Simon Eyselein  
Mtb-herrenberg@gmx.de

## Vorfreude auf die neue Badesaison

Neues Freibad bietet neue Möglichkeiten für VfL-Schwimmer

Endlich geht es voran! Seit dem Frühjahr 2014 kann man rund um das neue Freibadgelände im Längenholz die Veränderungen fast täglich wahrnehmen. Zunächst rollte schweres Gerät an, um neue Straßen zu bauen und Erde für die Schwimmbecken auszuheben. Danach werden Springturm, Umkleidekabinen und Kassenhäuschen errichtet. Das 83 Jahre alte Freibad am

Aischbach schloss am 13. September 2014 mit einem großen Abschiedsfest. Verschiedene Events und kulinarische Leckereien trugen zu dem besonders gelungenen Abschlussfest bei. So konnte man beispielsweise Gegenstände wie Schilder und Bänke ersteigern oder an der von der Schwimmabteilung durchgeführten Familienstaffel teilnehmen.

**Frühling, Freude, Freibad...**

Schon jetzt freuen sich Jung und Alt auf das neue Freizeitbad, das ab Mai 2015 maximal 3.000 Besuchern pro Tag zur Verfügung stehen wird. Das Bad wird 1.600 Quadratmeter Wasserfläche und 11.000 Quadratmeter Wiesen- und Spielfläche bieten und neben einem Nichtschwimmer- und einem 50-Meter-Becken noch viele



© Hans Lalka

weitere Attraktionen. Für aktive Besucher dürfte der Fun-Bereich und der 5-Meter-Sprungturm für jede Menge Spaß sorgen. Und wer Ruhe oder Urlaubsstimmung sucht, wird auf der terrassenförmigen Liegewiese und einem flachen Strand fündig. Einmalig in der Region ist die biologische Wasseraufbereitung. Der neue Standort mit der Anbindung an das modernisierte Hallenbad bringt viele Vorteile wie wetterunabhängiges Baden, die Nähe zum Schulzentrum und eine gute Verkehrsanbindung.

### In großen Wässern kann man große Fische fangen...

Die Kinder und Jugendlichen der Schwimmabteilung freuen sich auf das Training im neuen Freibad, da sie sich so besser auf Meisterschaften auf der Langbahn vorbereiten können. Bislang ist für viele die Teilnahme an den Wettkämpfen in Mühlacker und Leonberg oder Bad Friedrichshall die einzige Möglichkeit, sich auf der 50-Meter-Bahn zu beweisen. Bedingt durch die Wartungsarbeiten im Hallenbad fanden Trainingseinheiten im Nagolder Freibad statt. Da dort die Wassertemperatur nur 21 Grad Celsius betrug, waren die Schwimmer schon nach einer Stunde Training sehr stark ausgekühlt. Nach dieser Erfahrung machen sich manche Herrenberger Schützlinge jetzt Gedanken darüber, wie das Training im neuen Freibad sein wird. Das Wasser wird dort auf maximal 23 Grad beheizt werden können.

### Reibungsloser Ablauf trotz vielfältiger Herausforderungen...

Für Renovierungsarbeiten wurde das Hallenbad bereits vier Wochen vor den Sommerferien geschlossen. Für die VfL-



© Hans Lalka

Schwimmer hatte dies zum Teil gravierende Auswirkungen. Für einzelne Wettkampfschwimmer gab es noch Trainingseinheiten an den Ausweichstandorten Nagold, Horb und Ehningen. Die Höhepunkt der Saison sind die Württembergischen Meisterschaften in Schwäbisch Gmünd und in Stuttgart-Untertürkheim. Die Planung und Durchführung war für Abteilungsleiterin Edeltraud Neff und Trainer Markus Mackert eine echte Herausforderung, denn es galt, alle Kinder und Jugendliche im Alter von 8 bis 19 Jahren mit ihrem unterschiedlichen Können unter einen Hut zu bringen. Umso größer ist die Vorfreude auf das neue Freibad mit seinen neuen Möglichkeiten für die Sportschwimmer des VfL.

Birgit Frasch / Hans Lalka

### Schwimmen

#### Abteilungsleiterin:

Edeltraud Neff, 07459 / 1383

#### Jugendleiter:

Patrik Fronk, 07032 / 3 24 48

Tobias Kohler, 7032 / 22665

Leslie Wiegand, 07032 / 795143

#### Ort:

Hallenbad Herrenberg

Kinder: Mo. 17.00 - 17.45 Uhr

Nachwuchs: Mo. 17.45 - 18.45 Uhr

Di. 16.30 - 17.30 Uhr

Do. 17.00 - 18.00 Uhr

Wettkampf: Mo. 18.45 - 20.15 Uhr

Di. 17.30 - 18.45 Uhr

Do. 18.00 - 19.00 Uhr

Fr. 17.00 - 18.30 Uhr

Sa. 11.00 - 12.30 Uhr

Masters: Mo. 19.45 - 21.45 Uhr

Sa. 10.00 - 11.00 Uhr

Trocken- Mi. 19.00 - 22.00 Uhr

Training: Jerg-Ratgeb-Schule, kleine Halle

Info zu Schwimmkursen und Vorschwimmen:

[www.vfl-herrenberg/schwimmen](http://www.vfl-herrenberg/schwimmen)



Gymnastik im VfL Center



# Aktiv und geschätzt – Senioren beim VfL

Seit 20 Jahren ein Treffpunkt im VfL Center

Fit auch im Alter, das ist beim VfL Herrenberg nicht nur so daher gesagt. Die Abteilung Seniorensport blickt demzufolge auf eine lange Geschichte zurück.

Schon seit 1976/77 Jahren waren zwei ältere Mitglieder im VfL damit beauftragt, sich um Senioren, die nicht mehr aktiv im Wettkampf- oder Trainingsprogrammen beschäftigt waren zu kümmern. Aber erst 1983, als der Verein aus Anlass seines 135jährigen Jubiläums und des Totengedenkens auf dem Alten Rain, seine älteren, inaktiven Mitglieder, die auch teilweise keinerlei Verbindung zum Verein mehr hatten, zu einer „Demonstration der Bewegungsmöglichkeiten im Alter“ in die Längenholzhalle und Hallenbad einlud, zeigte sich nachhaltiges Interesse der älteren Generation, wieder aktiv gemeinsam Sport zu treiben. Nicht wenige, auch Quereinsteiger, trafen sich damals in der Gemeindehalle in Affstätt. Otto Räth und Emil Kern bildeten eine Gruppe, deren Männer und Frauen größtenteils in den Abteilungen Turnen und Fußball beheimatet waren. Erste Übungsleiterin wurde dankenswerter Weise Inge Graf, die aus der Trimm-Trab Gruppe des Freizeitsports stammte, die ebenfalls noch keinen Abteilungsstatus besaß.

Die Senioren blieben auch abseits ihrer sportlichen Betätigung nicht untätig und richteten sich in der Bronngasse 13, über der Geschäftsstelle des VfL, einen Gemeinschaftsraum ein. Hier traf man sich von Zeit zu Zeit und hatte einen Treff für kleinere Festlichkeiten.

## Erstausrüstung des VfL-Centers

Als eine weitere Seniorengruppe Bedarf für ein Fitnesstraining an Geräten anmeldete, wurde unter der Regie von Karl Haug 1987 ein Aufwärmraum in der Längenholzhalle eingerichtet, der dann auch anderen Sportgruppen und der Öffentlichkeit zugänglich war. Die stattliche Summe von 27.000 Mark zur Anschaffung der Geräte wurde durch den Erlös von zwei Stadtfesten des Vereins, durch Altpapiersammlungen und einen Zuschuss des WLSB finanziert. Der langjährige Ehrenvorsitzende Karl Haug selbst hatte zwei Wochenlehrgänge in der Sportschule Schöneck absolviert und trainierte die Gruppe, die sich dann Fitnessgruppe nannte und unter die Fittiche der Gymnastikgruppe schlüpfte.

## 25 Jahre Seniorensport

Im November 1989 wurden die Gymnastik-Senioren dann als elfte, vollwertige Abteilung nach einstimmigem Beschluss der Mitglieder aufgenommen. Seit 2010 sind auch die Senioren der Fitnessgruppe in die Abteilung integriert.

Nach Fertigstellung des VfL-Centers im Juni 1994 waren dann die Fitnesssenioren die ersten, die in das neue Gebäude einzogen. Dabei brachten sie ihre sogenannten „Folterinstrumente“ überholt und frisch gestrichen als „Morgengabe“ mit ins Haus. Seit 1999, damals unter der Leitung von Richard Dietl, bietet die Seniorengruppe im VfL Herrenberg das ganze Jahr über ein abwechslungsreiches Programm aus Feiern, Ausflügen, Wanderungen und Wochenfreizeiten an. Gäste und Neueinsteiger sind jederzeit herzlich will-

kommen. Eine Übersicht findet sich auf unserer Abteilungsseite im Internet und im Amtsblatt. Und nach wie vor noch nutzen die Fitnessgruppe und die Gymnastikgruppe der Abteilung mit Begeisterung die Möglichkeiten des VfL Centers zu wöchentlichen Treffen. Einfach vorbeischaun und mitmachen!  
Erich Rode



### Seniorensport

#### Abteilungsleiter:

Dieter Höpner, 07032 / 311 47

#### Übungsleiter/innen:

Martina Hörmann, 07032 / 327 64  
Ernst Braitmaier, 07032 / 71765

#### Gymnastik:

Mo. 13.45 - 14.45 Uhr  
VfL Center / Martina Hörmann

#### Fitness:

Sa. 9.00 - 10.30 Uhr  
VfL Center / Ernst Braitmaier

## Schneeflöckchen, Weißbröckchen...

Gemeinsam Action und Spaß im Schnee

### Schnee auf den Bergen-einfach zauberhaft!

Ob Ski Alpin, Skilanglauf, Snowboard oder Schneeschuhwandern, in der DSV (Deutscher Skiverband) Skischule Herrenberg bist Du genau richtig! Ob Mitglied oder nicht, wir nehmen jeden mit auf die Piste. Damit niemand zu Hause bleiben muss, kommt hier unser Schneeprogramm für die kommende Wintersaison.

### Das Material muss stimmen... unser Ski- und Sportartikelbasar

Neu ausgestattet fahren sich die steilsten Hänge wie von selbst. Am 22.11.2014 findet der diesjährige Ski- und Sportartikelbasar in der Stadthalle Herrenberg statt. Der Basar bietet die erstklassige Gelegenheit, gebrauchte Wintersportartikel zu günstigen Preisen zu erstehen.

### Du schaffst das... unsere Ski- und Snowboardkurse

Du bist Neueinsteiger oder Köhner? Du möchtest deine Technik auf den neuesten Stand bringen oder den Winter in einer netten Gruppe genießen? Dann bist Du bei uns richtig! Wir unterrichten Euch auf den klasse präparierten Pisten der Feldbergregion, die allen Anforderungen gerecht werden. Unsere erstklassig ausgebildeten



und geprüften Schneesportlehrer zeigen, dass Wintersport vor allem eines macht: Viel Spaß! Und diesen Spaß bieten wir diese Saison gleich zweimal an: Am 27. und 28.12.2014 habt Ihr die Möglichkeit, Euch mit einem 2-tägigen Ski- oder Snowboardkurs im alten Jahr für die neue Saison fit zu machen. Darüber hinaus bietet die Skiabteilung einen 3-tägigen Ski- und Snowboardkurs am 17., 18. sowie 24.01.2015 an. Parallel zum Skikurs finden Schneeschuh- und Skilanglauf Touren statt.



### Jung und verrückt... unsere Jugendfreizeit

Damit der Nachwuchs nicht zu kurz kommt, bieten wir zwei Jugendfreizeiten an. Vom 2. bis 5.1.2015 geht es ins Kleinwalsertal, dort wohnen die Kinder und Jugendlichen direkt im Skigebiet. Vom 2. bis 9.4.2015 ist St. Moritz in die Schweiz das Ziel. Diese Ausfahrt findet in Kooperation mit dem Skiclub Kraichgau statt – ebenfalls eine DSV-zertifizierte Skischule. Zwei Skischulen – doppelter Spaß.

### Im eigenen Bett schläft es sich am besten... unsere Tagesausfahrten

Wer das Kofferpacken scheut, ist herzlich zu unseren Tagesausfahrten eingeladen. Early Birds haben dieses Jahr vier Mal die Möglichkeit, an einem Kurztrip ins Weiß teilzunehmen. Ob am 7.3.2015 nach Gargellen, am 21.2.2015 nach Ischgl oder lieber unter der Woche am 3.2.2015 oder 25.2.2015 an den Feldberg, ein Kurzurlaub tut allen gut. Man gönnt sich ja sonst nichts und nach getanem Vergnügen, sinkt man selig in die eigenen Federn.

### Ich bin dann mal weg... unsere Wochenend- ausfahrten

Zur sehlichst erwarteten Saisoneroöffnung geht es vom 5.-7.12.2014 nach Jenzens ins schroffe Pitztal. Die erste Ausfahrt ist ein Klassiker und erfreut sich großer Beliebtheit. Alle Damen der Schöpfung haben die Möglichkeit vom 20.-22.03.2015 nach Damüls-Mellau zur Frauenausfahrt mitzukommen. Ach ja, als Skilehrer werden Männer akzeptiert- nur den eigenen Mann bitte zu Hause lassen! Der

Saisonabschluss vom 17. bis 19.4.2015 in Sölden, verspricht ein abwechslungsreiches Skierlebnis zu werden. Das Skigebiet mit seinen Gletschern ist prädestiniert für die gebührende Verabschiedung der Saison – und Après-Ski kommt hier nicht zu kurz.

### Du willst zu uns gehören?

Wenn Ihr Interesse an einer Ausbildung zum Ski- oder Snowboardlehrer habt, dann meldet euch beim Skischulleiter Ronald Grund. Beim Ski- und Snowboardkurs ist Reinschnuppern erwünscht. Aktive Senioren können an den abwechslungsreichen Seniorentreffen teilnehmen. Gerda Kundoch verrät Euch wann und wo. Auch die Skigymnastik steht allen offen. Einfach unverbindlich vorbeischaun, die Übungsleiterinnen erwarten euch. Wir freuen uns auch auf euch als Teilnehmer, ob beim Ski- und Snowboardkurs, der Jugendausfahrt oder den zahlreichen weiteren Angeboten im Schnee. Hoffen wir, dass Frau Holle fleißig die Federbetten schüttelt.

Katja Jenkner

#### Ski

##### Abteilungsleiter:

Ralph Adensam, 0175 / 18 36 265

##### Skischulleiter:

Ronald Grund, 0176 / 1052 1600

##### Jugendleiter:

Katharina Richter, 0176 / 3124 3614

##### Seniorentreff:

Gerda Kundoch, 07032 / 6998

##### Skigymnastik:

Di. 20.00 - 21.30 Uhr  
Turnhalle Schickhardtgymnasium  
Juliane Peuser, 07032 / 266 54

Die Termine für Skiausfahrten entnehmen Sie dem Saisonheft der Skiabteilung, welches u.a. im VFL-Center ausliegt, oder unserer Internetseite unter [www.skischule-herrenberg.de](http://www.skischule-herrenberg.de).



## 30-20-10 – die »Neuen« im VfL Herrenberg

Die Tanzsportler des TSC Schwarz-Rot gehören jetzt zum VfL



Nach **30** Jahren 1. TSC Schwarz-Rot Herrenberg werden wir nun die **20**ste Abteilung des VfL Herrenberg. Seit **10** Jahren haben wir unser Clubheim in Gültstein. Mit unseren Gruppen wollen wir uns als DIE NEUEN kurz vorstellen:

Insgesamt sind wir 280 Tänzer in 25 unterschiedlichen Gruppen.

Davon sind die Jüngsten 4 Jahre alt und werden in zwei Gruppen unterrichtet. Die Ältesten sind 69 Jahre alt und trainieren einmal in der Woche in einem der vier Gesellschaftskreise. Auch wenn nur geringe Vorkenntnisse vorhanden sind, können Paare gerne zum Schnuppern kommen und einmal wöchentlich bei unseren Trainern Tanzschritte, Haltung und Technik verbessern. In größeren Abständen wird von einer dieser Gruppen auch ein Tanzabend im Clubheim organisiert, zu dem auch Gäste herzlich willkommen sind.

Dazwischen gibt es die Schülergruppe „Diamonds“, eine Kooperation an der Pfalzgraf-Rudolf-Schule und den großen Bereich der JMD Aufbaugruppen (9-18 Jahre) und im Hip Hop die Gruppen „Frisky“ (10-14 Jahre) und „Watch Out“ (ab 15 Jahre).

Für Einsteiger ist es in den Wochen direkt nach den Sommerferien ideal zum „Reinschnuppern“ – man lernt die neuen Choreographien direkt von Anfang an mit. Plätze sind in allen Gruppen vorhanden – wir freuen uns sehr auf „Die Neuen“.



### Schwerpunkt Jazz- und Modern Dance

Im Jazz and Modern Dance (JMD)-Bereich hat sich in den letzten Jahren ein breites Feld entwickelt. Mit fünf Mannschaften sind wir im Wettkampfbereich unterwegs: die Kinderliga „Little Talents“ startet in ihrer 2. Saison, ebenso die Jugendliga „Dancing Queens“. In der Oberliga ist „Ventura“ dabei und mit „Ability“, „Freeze“ und „Young Explosion“ gehen in der nächsten Saison gleich 3 Formationen in der Regionalliga an den Start. In der neuen Saison (ca. ab Februar 2015) werden 4 Wettkämpfe ausgetragen. Wir hoffen dabei wieder auf die Ausrichtung eines Heimturniers und freuen uns über reichlich Zuschauer.

Die sportlichen Erfolge verdanken wir nicht zuletzt unserem 22-köpfigen Trainerteam, welches sowohl aus lizenzierten Übungsleitern als auch aus aktiven Tänzerinnen aus den eigenen Reihen besteht.

### Breitensport Tanzen

Auch die Sektion der Latein und Standardtänzer ist vertreten; sowohl im Breitensportbereich in den o.g. Gesellschaftskreisen – darunter auch der für junge Erwachsene „Dance4Fun“ – als auch im Wettkampfbereich. Dort können die Paare ganz individuell, entsprechend ihrer Startklasse, auf bundesweit angebotene Turniere gehen.

Einmal im Jahr bietet auch der TSC ein solches Turnier für Standard- und Lateintänzer an. Dies ist immer ein sehr interessanter sportlicher Tag im Clubheim. Und wenn



reichlich Zuschauer da sind, macht es für alle besonders viel Spaß.

Vielen Dank für die mehrheitliche Zustimmung, dass der Tanzsportclub nun zur großen Gemeinschaft der VfL'ler gehört. Wir hoffen auf ein gutes Zusammenwachsen und auch Zusammentanzen – das wäre schön.

Die Tänzer wünschen allen viel Glück mit „Quick, Quick, slow!“

Die Trainingszeiten findet man auf der Homepage des VfL unter der Abteilung „Tanzsport“.

Evelyn Schneider

## Tanzsport

**Abteilungsleiterin:** Evelyn Schneider, 07032 / 76429  
 tanzsport@vfl-herrenberg.de  
 www.vfl-herrenberg/tanzsport  
**Trainingsort:** Clubheim TSC  
 Rigipisstraße 5, Gültstein  
 (JRH) = Jerg-Ratgeb-Halle

### Breitensport

|                        |                       |        |
|------------------------|-----------------------|--------|
| Kindertanz 1           | Mi. 16.00 - 17.00 Uhr |        |
| Kindertanz 2           | Mi. 17.00 - 18.00 Uhr |        |
| On the Edge            | Di. 19.00 - 20.00 Uhr |        |
| Schüler Diamonds       | Fr. 16.00 - 17.00 Uhr | (SGH)  |
| Schul AG               | Mi. 14.45 - 16.15 Uhr | (PGRS) |
| GK Dance4Fun           | Di. 19.00 - 20.00 Uhr |        |
| Gesellschaftskreis 1/4 | Di. 20.30 - 21.30 Uhr |        |
| Gesellschaftskreis 2   | Mo. 20.30 - 21.30 Uhr |        |
| Gesellschaftskreis 3   | So. 17.00 - 18.30 Uhr |        |
| HipHop „Frisky“        | Di. 18.00 - 19.00 Uhr |        |
| HipHop „Watch Out“     | Mi. 18.30 - 19.30 Uhr |        |
| JMD „Young Artists“    | Do. 16.30 - 17.30 Uhr |        |
| JMD „Flying Feet“      | Fr. 16.00 - 17.00 Uhr |        |
| JMD „Little Rockers“   | Fr. 16.00 - 17.00 Uhr |        |
| JMD „Traumtänzer“      | Fr. 15.45 - 17.00 Uhr |        |
| JMD „Salero“           | Fr. 17.00 - 18.15 Uhr |        |

### Turnier/Wettkampf

|                   |                       |         |
|-------------------|-----------------------|---------|
| Latein            | Mo. 18.30 - 20.00 Uhr |         |
| Standard          | Di. 20.00 - 21.00 Uhr |         |
| JMD KL            | Mi. 15.45 - 16.45 Uhr |         |
| Little Talents    | Mo. 17.30 - 18.30 Uhr | (JRH)   |
| JMD JL            | Di. 17.30 - 18.30 Uhr |         |
| Dancing Queens    | Do. 17.30 - 19.00 Uhr |         |
| JMD OL „Ventura“  | Mi. 18.00 - 19.30 Uhr |         |
|                   | Do. 18.00 - 20.00 Uhr | (JRH) * |
|                   | Fr. 17.30 - 19.30 Uhr | (JRH)   |
| JMD RL „Ability“  | Di. 18.00 - 20.00 Uhr | (JRH)   |
|                   | Do. 18.00 - 20.00 Uhr | (JRH)   |
|                   | Fr. 18.00 - 19.30 Uhr |         |
| JMD RL „Freeze“   | Mo. 18.30 - 20.00 Uhr | (JRH)   |
|                   | Di. 20.00 - 22.00 Uhr | (JRH)   |
|                   | Fr. 9.30 - 21.00 Uhr  | (JRH) * |
| JMD RL            | Mi. 20.00 - 22.00 Uhr | (AMTH)  |
| „Young Explosion“ | Fr. 19.45 - 21.45 Uhr | (JRH)   |
|                   | Di. 20.00 - 22.00 Uhr | (JRH) * |
|                   | Do. 20.00 - 21.00 Uhr | (JRH) * |

## Verjüngt in die neue Saison

**Landesliga-Mannschaft integriert eigenen Nachwuchs**

In die Saison 2014/2015 startet die erste Herrenberger Mannschaft stark verjüngt. Mit Piet Herr (15), Philip Peters (17) und Carlos Dettling (12!) werden diese Saison gleich drei Jugendliche in der ersten Mannschaft aufschlagen. Angeführt werden die drei Nachwuchsspieler von unserem Spitzenspieler Tamas Varbeli. Komplettiert wird die Mannschaft durch die beiden Gerlachs, Martin und Georg. Lässt man unseren Routinier Martin Gerlach außen vor, haben wir ein Durchschnittsalter von unter 20 Jahren aufzu-

weisen. Ein Novum für den VfL in der Landesliga. Ob und wie sich die Mischung aus Routine und Nachwuchs schlagen wird, werden wir am Ende der Saison sehen. Sorgen, dass der Klassenerhalt nicht geschafft werden kann, macht sich im Herrenberger Lager aber niemand.

### Alte Hasen

Die in den vergangenen zwei Jahren immer mal abstiegsgefährdete zweite Mannschaft, wird in dieser Saison von dieser Sorge befreit sein. Angeführt von Jürgen

Baier auf der Top-Position und gemangt vom Routinier Christian Götzner, besteht die Mannschaft ausschließlich aus den landesligaerfahrenen Spielern Max Hering, Jochen Kugler, Edgar Jüngling und Elmar Falscheer. Eine Top Position in der wiederum sehr starken Bezirksliga ist allemal drin.

### Neue Herausforderungen

Die dritte, vierte und fünfte Mannschaft stellen sich nach den ungefährdeten Aufstiegen in der abgelaufenen Saison nun den Herausforderungen der höheren Klassen. Die Dritte startet nach längerer Abwesenheit in der Kreisliga, wo ein Topplatz angestrebt wird. Die Vierte schlägt



Spielertrainer Tamas Varbeli beim Aufschlag

eine Klasse tiefer in der Kreisliga A auf und hier ist ein gesicherter Mittelfeldplatz angestrebt. Die fünfte Mannschaft wiederum startet in der Kreisklasse B und will schnellstmöglich einen sicheren Tabellenplatz einnehmen.

### Dilemma bei den Damen

Das Dilemma bei den Damenmannschaften im Kreis geht weiter. Bereits in der vergangenen Saison bestand die Bezirksklasse nur aus sechs Mannschaften. Das bedeutete gerade mal 10 Spiele für unsere Damen in einer Saison. Dieses Jahr hat sich die Lage durch Rückzüge von Konkurrenten noch verschlimmert und es sind nur noch drei Mannschaften in der Bezirksklasse gemeldet, nachdem Aidlingen eine Mannschaft Anfang August noch zurückgezogen hat. Bleibt zu hoffen, dass unsere Damen einen Aufstiegsplatz erobern können, um dann in einer höheren Liga mit mehr Mannschaften Tischtennis zu spielen.

### Jugendbereich

Durch den starken Zulauf im Jugendbereich der letzten Jahre können wir diesmal sechs Jugendmannschaften melden. Angefangen bei unserem Aushängeschild in der höchsten baden-württembergischen Liga, der Verbandsklasse Süd bis hin zur fünften Jugend in der Kreisklasse B Süd und den maximal elf Jahre alten „Minis“. Die größte Herausforderung bei der großen Zahl an Mannschaften ist es, Betreuer und Fahrer zu finden.

Durch die Abberufung des erst 12-jährigen Carlos Dettling in die erste Herrenmannschaft und den altersbedingten Wechsel von Peter Mistol zu den Aktiven, wurden zwei Plätze in der Ersten Jugendmannschaft frei. Tobias Gawlitz ist ins vordere

Paarkreuz aufgerückt, das er mit unserem „Routinier“ Raphael Brakopp bildet. Dominik Glaser, als Neuzugang aus Weilheim und Tom Kraut aus der letztjährigen zweiten Mannschaft komplettieren die Mannschaft. Minimalziel ist es, in der stark besetzten Verbandsklasse den vierten Platz aus der Vorsaison zu wiederholen.

Auch in der zweiten Jugendmannschaft, die in der Bezirksliga startet, kam es zu personellen Veränderungen. Neben den beiden ligaerfahrenen Fauß-Brüdern, Tobias und Timo, sollen die Nachwuchstalent Maurice Lusseault und Yannick Dengler im hinteren Paarkreuz für frischen Schwung sorgen. Für die vier geht es primär um den Klassenerhalt. Heiko Wirth

### Tischtennis

**Abteilungsleiter:** Heiko Wirth, 0157 / 54 65 69 01, tischtennis@vfl-herrenberg.de  
**Jugendleiter:** Werner Hettler, 0176 / 63 88 73 75, tt-jugend@vfl-herrenberg.de  
**Leiter Spielbetrieb:** Jochen Kugler, 0170 / 20 66 750, tt-aktive@vfl-herrenberg.de

#### Dienstag – Aischbachhalle (Schulzentrum Markweg)

17.30 – 20.00 Uhr: Jugend – Mannschaften  
 20.00 – 22.00 Uhr: Aktive  
 20.00 – 22.00 Uhr: Hobbygruppe

#### Mittwoch – Längenholzhalle (Leistungsstraining)

18.45 – 21.00 Uhr Jugend – Leistungsgruppe

#### Freitag – Aischbachhalle (Schulzentrum Markweg)

17.15 – 18.45 Uhr Jugend – Einsteiger  
 18.30 – 20.00 Uhr Jugend – Mannschaften  
 17.30 – 20.00 Uhr Jugend – Leistungsgruppe  
 20.00 – 22.00 Uhr Aktive  
 20.00 – 22.00 Uhr Hobbygruppe



Carlos Dettling:  
Erst 12 Jahre alt und schon in der ersten Mannschaft.



Piet Herr – gut pariert.

Max Dolbaum am Barren



© B. Ludwig

## Turnen ist cool!

### Grundlagenausbildung und Wettkampfsport

Jungs finden Turnen ist schwierig - Max nicht. Mit 13 Jahren hat er sich für das Landesfinale der Geräteturner qualifiziert. Wettkämpfe liegen ihm. Nach mehreren Qualifikationen konnte er auf Landesebene mit einem ausgezeichneten vierten Platz glänzen. Für die jüngeren Turner der Wettkampftruppe ist er ein großes Vorbild.

Mädchen finden, Turnen hat Charme – Nicole auch. Sie hat mehrere Jahre beim VfL Herrenberg geturnt und ist gemeinsam mit ihrer Freundin Chiara aus dem Herrenberger Leistungsniveau herausgewachsen. Beide haben die turnerische Grundausbildung im VfL erhalten. Um ihr Talent und Potential auszuschöpfen, wurden sie zur Wettkampfgemeinschaft Gäu-Schönbuch empfohlen. Mittlerweile turnen die beiden in der Bundesliga.

### Grundlagenausbildung in der Turnabteilung

Im Rahmen des VfL Kindersportkonzeptes bietet die Turnabteilung, neben der KiSS, eine allgemeine Grundlagenausbildung an. Bei uns lernt man Körperspannung statt ‚rumzuhängen‘, wir spielen Ball anstatt PC. Das Sportabzeichen meistern wir spielerisch und erreichen auch so das nächste Level. Und beim Frühlingslauf ist Durchkommen das erklärte Ziel.

Die Sahnehäubchen sind die Turnfreizeit und das Landeskinderturnfest. In einer organisierten Gruppenreise, garantiert ohne Eltern, erleben wir in der Gemeinschaft tolle Tage.

## Wie machen wir das?

Ein erfahrener Trainerstab organisiert das Training in den verschiedenen Leistungs- und Altersstufen. Wir sind mit Engagement und Herz bei der Sache. Wir geben unser Bestes, den Kindern möglichst viel mit auf den Weg zu geben: Wer aus der Turnabteilung herauswächst und nicht im Leistungsturnen oder der Jugendsportgruppe verbleibt, nimmt die erlernten motorischen Fähigkeiten mit in die nächste Sportart.

## Vielfältigkeit eröffnet Chancen

Wir freuen uns zu sehen, wie sich die Kinder nach dem Wechsel in die verschiedenen Abteilungen entwickeln. Spätestens

mit zehn Jahren finden die meisten Kinder zu ihrer Sportart. Martin und Daniel sind sehr gute Schwimmer geworden und bei Wettkämpfen immer auf den vorderen Plätzen zu finden. Georg ist Leistungsträger in der Tischtennis-Landesliga und Teresa ist beim Taekwondo sehr erfolgreich. Thilo hat inzwischen an der Cheerleading-Weltmeisterschaft teilgenommen. Viele haben ihren Platz auch in der Volleyballabteilung, beim Fußball oder dem Basketball gefunden. Nicht Wenige spielen erfolgreich Handball oder haben mit Freude zur Fechtabteilung gewechselt.

Wer bei uns die Abteilung verlässt, ist FIT für viele Sportarten!

Carmen Metz/Bettina Sting



Nicole und Chiara, beste Freundinnen beim Bodenturnen

## Turnen

### Abteilungsleiterin:

Bettina Sting, 07032 / 287806

|  |  |   |
|--|--|---|
| Eltern-Kind Turnen<br>3-4 Jahre          | Mi. 15.00 - 16.00 Uhr                          | Albert-Schweizer Halle<br>Bettina Sting               |
| Die großen Kleinen<br>4-5 Jahre          | Mi. 16.00 - 17.00 Uhr                          | Albert-Schweizer Halle<br>Bettina Sting               |
| Vorschulturnen I<br>ab 5 Jahre           | Mi. 17.00 - 18.00 Uhr                          | Albert-Schweizer Halle<br>Bettina Sting               |
| Vorschulturnen II<br>ab 5 Jahre          | Do. 17.00 - 18.00 Uhr                          | Albert-Schweizer Halle<br>Ina Deutsche, D.Berger      |
| Kinderturnen<br>ab 6 Jahre               | Mi. 18.00 - 19.00 Uhr                          | Albert-Schweizer Halle<br>Silke Fritz                 |
| Turnen und Tanzen<br>ab 6 Jahre          | Fr. 14.30 - 15.30 Uhr                          | Albert-Schweizer Halle<br>Christine Stöckermann       |
| Turnen Spiel und Spaß I<br>ab 7 Jahre    | Di. 15.30 - 16.30 Uhr                          | Albert-Schweizer Halle<br>Carmen Metz                 |
| Turnen Spiel und Spaß II<br>ab 9 Jahre   | Di. 16.30 - 17.30 Uhr                          | Albert-Schweizer Halle<br>Carmen Metz                 |
| Turnen, Spiel und Spaß III<br>ab 7 Jahre | Do. 18.00 - 19.00 Uhr                          | Albert-Schweizer Halle<br>Ina Deutsche, Dagmar Berger |
| Fit Kids I<br>ab 12 Jahre                | Mo. 17.30 - 19.00 Uhr                          | Albert-Schweizer Halle<br>Dagmar Berger               |
| Fit Kids II<br>ab 14 Jahre               | Fr. 15.30 - 17.00 Uhr                          | Albert-Schweizer Halle<br>Dagmar Berger               |
| Gerätturnen I<br>Mädchen ab 8 Jahre      | Fr. 17.30 - 19.00 Uhr                          | Markweg-Halle<br>Katharina Napholz                    |
| Gerätturnen II<br>Mädchen ab 11 Jahre    | Fr. 19.00 - 20.30 Uhr                          | Birgitt Brilling                                      |
| Trampolin ab 9 Jahre<br>ab 12 Jahre      | Mi. 17.30 - 19.00 Uhr<br>Mi. 18.30 - 20.00 Uhr | Jerg-Ratgeb Halle<br>Kirsten Eppard                   |

### Wettkampfturnen

|                                      |  |  |
|--------------------------------------|--|--|
| Kunstturn-Minis<br>Ab 5 Jahre        | Mo. 17.30 - 19.00 Uhr<br>Fr. 17.30 - 19.00 Uhr   | Markweg-Halle<br>Markweg-Halle<br>Birgit Brilling, Sophia Jung |
| Kunstturnerinnen<br>von 7 J. - 16 J. | Mo. 17.30 - 19.20 Uhr<br>Mo. 18.45 - 20.30 Uhr<br>Fr. 17.30 - 19.20 Uhr<br>Fr. 18.45 - 20.30 Uhr | Markweg-Halle<br>Caroline Gack, Anke Lang                      |
| Kunstturner<br>von 7 J. - 16 J.      | Mo. 17.30 - 19.30 Uhr<br>Fr. 17.30 - 19.00 Uhr<br>Fr. 18.30 - 20.30 Uhr                          | Markweg-Halle<br>Bernd Ludwig,<br>Christoph Vischer            |

### Angebote für Erwachsene

|                    |                       |   |
|--------------------|-----------------------|---|
| Fit im Alter       | Mo. 19.15 - 20.30 Uhr | Albert-Schweizer Halle<br>Ursel Schirling |
| Fit for Ladies     | Mo. 19.00 - 20.15 Uhr | Albert-Schweizer Halle<br>Iris Bischoff   |
| Spiel, Spaß, Sport | Mo. 20.30 - 21.45 Uhr | Albert-Schweizer Halle                    |
| Fitness            | Fr. 18.00 - 19.30 Uhr | Vogt-Hess-Halle                           |
| Männer-Fitness     | Do. 20.30 - 22.00 Uhr | Albert-Schweizer Halle<br>Gerhard Haarer  |

**Aktuelle Informationen unter:** [turnen@vfl-herrenberg.de](mailto:turnen@vfl-herrenberg.de)

## Volleyball im VfL

### Weibliche A-Jugend tritt bei den Aktiven an

Die bisherige weibliche A-Jugend hat sich im vergangenen April entschieden in der nächsten Saison am Aktiven-Spielverkehr teilzunehmen. Die Mädels hätten noch eine weitere Saison im Jugendbereich bestreiten können, einige Spielerinnen könnten sogar noch in der U18 spielen. Es ist im Volleyball nicht ungewöhnlich, dass Jugendmannschaften schon am Aktiven-Spielverkehr teilnehmen. Als neue Mannschaft steigen die Mädels natürlich in der untersten Klasse der B-Klasse ein.

Was können wir von der „neuen“ Damenmannschaft erwarten? Sie werden eventuell nicht viele Sätze und Spiele gewinnen, dafür haben die Gegnerinnen einfach zu viel Erfahrung. Das ist auch nicht unser Ziel und das erwartet auch die Mannschaft nicht. Es geht uns darum, selbst mehr Spielpraxis zu bekommen und routinierter werden. Die Damenmannschaft hat in der neuen Umgebung mehr Spieltage und spielt künftig auf drei statt bisher auf zwei Gewinnsätze.

### Kleinerer Kader

Bei der weiblichen B-Jugend oder wie es offiziell heißt „U18“ ist aufgrund einiger Abgänge der Kader etwas kleiner, aber immer noch spielfähig. Zur Not könnten noch einige Spielerinnen aus der neuen Damenmannschaft aushelfen. Der verbandsweite Rückgang der Jugendlichen macht sich auch bei der U18 bemerkbar. Die Zahl der Mannschaften in der Staffel hat sich weiter reduziert. Die Meisterschaftsrunde ist im Januar beendet. Aufgrund der Resultate des Vorjahres sollte eine vordere Platzierung möglich sein. Im Anschluss findet dann im Frühjahr 2015 der VLW-Jugendpokal statt.



## Angebot Freizeit-Volleyball unverändert

Auch in der neuen Saison bieten wir unsere zwei bewährten Trainingstermine dienstags und freitags für die Freizeit-Volleyballer an. Der Dienstagtermin ist eher für Einsteiger geeignet. Mit ihm haben wir an der Aktion „Herrenberg bewegt sich“ teilgenommen. Diejenigen, die dieses Angebot verpasst haben aber am Freizeit-Volleyball interessiert sind, können natürlich trotzdem dienstagsabends zu einem Schnuppertraining vorbeikommen. Auch die Freizeit - Mixed - Mannschaft nimmt wieder am Spielverkehr teil. Der Kern der Mannschaft ist zwar unverändert wird aber natürlich auch immer älter. Die Mannschaft dürfte in der Staffel zwischenzeitlich Spitzenreiter beim Durchschnittsalter sein. Ziel kann nur sein, möglichst früh Punkte zu sammeln um mit den letzten Rängen nichts zu tun zu haben und damit nicht in Abstiegsgefahr zu geraten. Wo sie am Ende landen werden, bleibt abzuwarten. Erstmals seit mehreren Jahren nimmt sie auch wieder am Bezirkspokal teil, der im so genannten 3/3-Mixed, also mit mindestens drei Frauen auf dem Spielfeld, stattfindet. Die Frauenquote zu erreichen ist in diesem Jahr kein Problem.

## Wie wär's mit Zuschauen?

Und für alle die im Fernsehen, Internet oder der Zeitung die Volleyball-Weltmeisterschaften mit den deutschen Männer- und Frauen-Nationalmannschaften verfolgt haben und jetzt einfach einmal live in der Halle ein Volleyballspiel sehen wollen, hier vorab noch die Heimspieltermine:

### Damen:

01.11.14 Längenholzhalle  
 13.12.14 Sporthalle Haslach  
 07.02.15 Sporthalle Haslach  
 21.03.15 Längenholzhalle  
 Der Spielbeginn ist jeweils um 15 Uhr.

### B-Jugend

23.11.14 Längenholzhalle,  
 Spielbeginn 11 Uhr.

Die Mannschaften freuen sich über zahlreiche Zuschauer und deren Unterstützung. Und ganz wichtig für Interessierte: »'s koschtet nix«.

Jörg Lenckner

## Volleyball

### Abteilungsleiter:

Jörg Lenckner, 07034 / 21446,  
 joerg@herrenberg-volleyball.de

### Jugendleiter:

Dirk Peuser,  
 dirk@herrenberg-volleyball.de

### Aktive:

A weibl. Mo. 17.30-20.00 Uhr Längenholzhalle  
 u. Damen Fr. 17.45-19.45 Uhr Längenholzhalle

B-Jugend Do. 17.30-19.00 Uhr Schickhardthalle  
 weibl.

Mixed Di. 20.30 - 22.00 Uhr Kreissporthalle

Mixed Fr. 20.30 - 22.00 Uhr Schickhardthalle



## Im Alter nicht auf dem Sofa sitzen

Im Hallenbad und am Stammtisch trifft man sich

Die Versehrten-Senioren-Sportabteilung besteht seit 1977. Wir sind 19 Sportkameraden. Unser Durchschnittsalter ist 80 Jahre. Wir treffen uns donnerstagnachmittags zum Sport im Hallenbad. Zwei Bahnen sind dann für uns eine Stunde lang reserviert. So können wir ungestört unseren Sport betreiben. Jeder macht mit, soweit es seine Gesundheit zulässt. Wir

machen keinen Leistungssport. Kameradschaft und persönliche Begegnung kommen nicht zu kurz. Jeden ersten Montagabend im Monat treffen wir uns zum Stammtisch.

### Zehn Jahre Übungsleiter

Unser Übungsleiter Ernst Braitmaier hält uns seit zehn Jahren in Bewegung. Er lei-

tet uns beim Schwimmen, Wassergymnastik und Ballspielen im Wasser an. Die Übungen sind auf unser Alter und auf unsere gesundheitlichen Handicaps abgestimmt. Kein Teilnehmer wird überfordert. Unsere sportliche Betätigung macht Spaß, hält gesund und fit.

### Wir machen weiter

Die Kameraden der Versehrtensportabteilung werden älter. Wir brauchen weitere Sportkameraden, die unsere Abteilung unterstützen. Aus Erfahrung können wir sagen:

**Im Alter Sport treiben, Sport hält gesund, aktiv und fit.**

Wir laden Sie zum unverbindlichen Probetraining ein. Horst Hellmann



© J. Metz

### Versehrtensport

**Kontakt:** Horst Hellmann, Tel: 07032 / 6493  
Konrad Reiter, Tel: 07032 / 5958

Schwimmen, Gymnastik und Ballspiele im Wasser für Versehrte und Senioren

Donnerstag, jeweils im Hallenbad Herrenberg

Winter: 13.45 bis 14.30 Uhr  
Treffpunkt 13.30 Uhr im Foyer

Sommer: 16.15 bis 17.00 Uhr  
Treffpunkt 16.00 Uhr im Foyer

Wer nicht rastet, der nicht rostet

## »Kohle« aus dem VfL-Center

### »Kohle« aus dem VfL-Center befeuert die Jugendarbeit in den Abteilungen

Anlässlich des 20-jährigen Centerjubiläums hat der VfL-Vorstand die Chance genutzt, die VfL-Abteilungen am wirtschaftlichen Erfolg des VfL-Centers zu beteiligen. Durch die gute und erfolgreiche Arbeit des VfL-Centers wurden im Mai 2014 insgesamt 40.000 Euro vom Hauptverein an die Abteilungen ausgeschüttet.

Dabei profitieren alle Abteilungen von einem Sockelbetrag im Verteilungsschlüs-

sel. Besonders berücksichtigt wurden die Jugendarbeit sowie die geleisteten Übungsstunden in den Abteilungen. So erhielten die 18 Abteilungen des VfL Herrenberg zwischen 540 € und 7000 € zur satzungsgemäßen Verwendung im Rahmen ihres Sportbetriebs.

Der Vorstand freut sich, in besonderem Maße das Engagement der ehrenamtlichen Helfer und Übungsleiter honorieren zu können und ein Ausrufezeichen für die erfolgreiche Jugendarbeit im Verein zu setzen.

Anita Klenner



© J. Metz



© J. Metz

### Der Vorstand:

#### Vorsitzender:

Werner Rilka  
Fuldastraße 2, 71083 Herrenberg  
werner.rilka@vfl-herrenberg.de



#### Stellv. Vorsitzender:

Detlef Langer  
Römerstraße 33, 71126 Gäufelden  
detlef.langer@vfl-herrenberg.de



#### Stellv. Vorsitzender:

Jürgen Metz  
Sperberweg 4, 71083 Herrenberg  
juergen.metz@vfl-herrenberg.de



#### Schatzmeisterin:

Anita Klenner  
Goethestraße 27, 71083 Herrenberg  
anita.klenner@vfl-herrenberg.de



#### Schriftführer:

Peter Förster  
Beethovenstr. 26, 71083 Herrenberg  
peter.foerster@vfl-herrenberg.de



#### Jugendleiter:

Steffen Rau  
Brühlstraße 27, 71149 Bondorf  
steffen.rau@vfl-herrenberg.de



## Schwäbische Lyrik am Wegesrand

### Der Sebastian-Blau-Wanderweg

**Wandertipp  
von Horst Kohler**

**Start/ Ende:** Römisches Stadtmuseum Sumelocenna, Sprollstraße 2, 72108 Rottenburg am Neckar, dort gibt es auch ein Parkhaus.

**Länge:** 12,3 km

**Höhenmeter:** 206 m

**Gezeit:** circa 4 Stunden

Geeignet zu jeder Jahreszeit. Weitere Infos und GPS-Track zum Herunter-laden unter [www.wanderkompass.de](http://www.wanderkompass.de)  
->Suchwort „Rottenburg“

Der 12,3 km lange Rundwanderweg von Rottenburg nach Bad Niedernau und zurück wurde zum Gedenken an den Mundartdichter Josef Eberle (1901-1986) alias Sebastian Blau im Jahr 2001 zu dessen 100. Geburtstag angelegt. An den einzelnen Stationen des Wanderweges stehen Tafeln mit ausgewählten Gedichten wie „Hoamet“ oder „Niedernauer Idylle“.

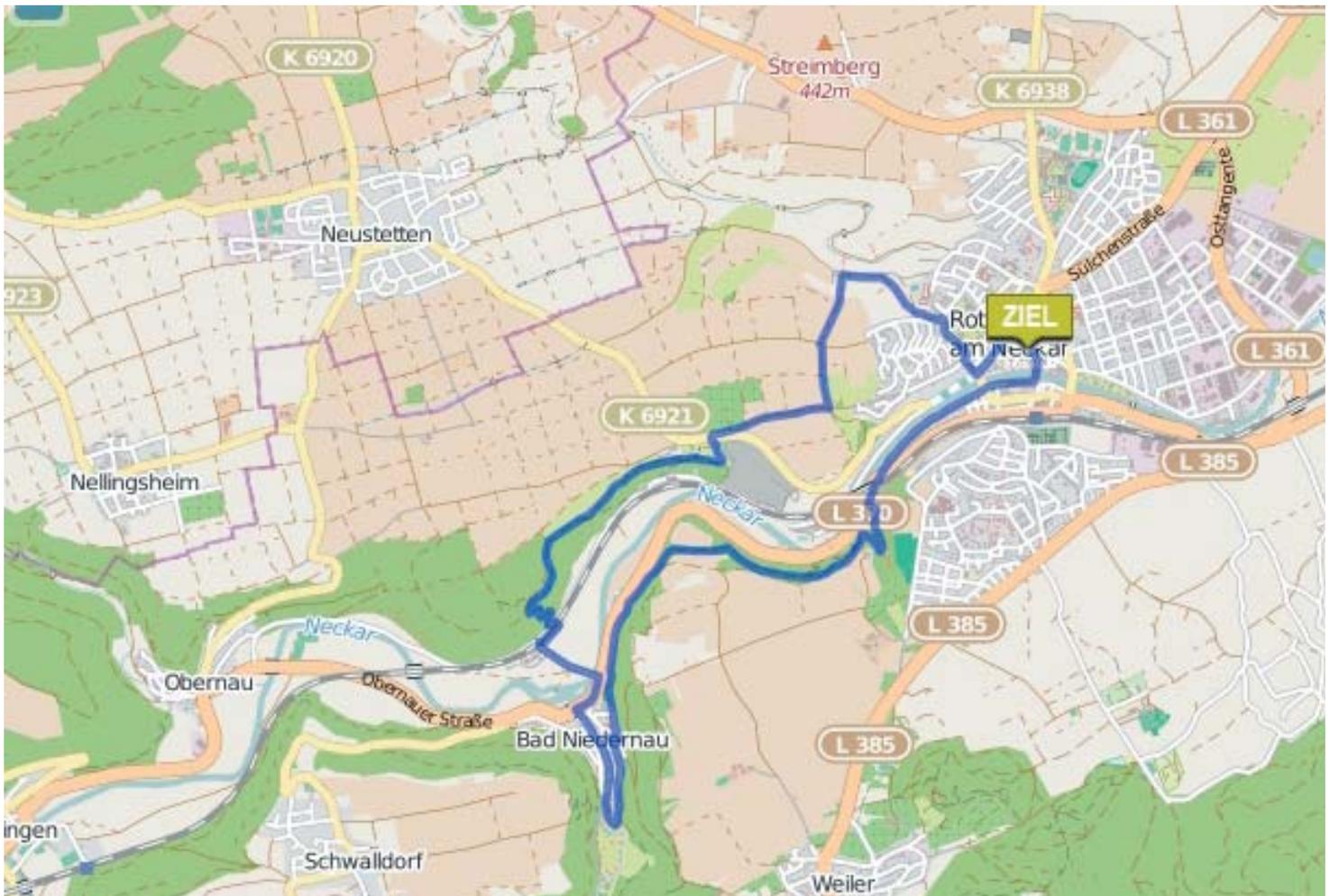
Die Wanderung beginnt am Römischen Stadtmuseum Sumelocenna. Dann den Stadtgraben entlang, vorbei an der Zehnt-

scheuer über die Josef-Eberle-Brücke zur Nepomuk-Statue. Nun am rechten Neckarufer (Fließrichtung) aufwärts bis zum Gasthaus „Zum Preussischen“.

Dort nach links über die Straße, durch ein Fabrikgelände und den Kreuzweg hoch zum Kreuz der Altstadt. Kurz danach geht der Weg rechts ab nach Bad Niedernau. Wenn man nicht rechts abbiegt sondern geradeaus geht, kommt man nach 50 m zur Altstadtkapelle. In Bad Niedernau führt der Wanderweg am Hang entlang in den

Kurpark. Am Rundpavillon am See ist ein schöner Rastplatz. Wer will, kann eine Erholungspause im Bad Cafe einlegen. Vorne an der Hauptstraße (Bushaltestelle) darf man das Gedicht „Dr Kurgast“ nicht versäumen.

Nun nach rechts und über die Blaue Brücke zum Bahnhof, am Bahnhof rechts und nach 100 m links über die Gleise zum Neckartalradweg. Von hier 50 m nach links am Gedicht „So isch no au wieder“ nach rechts über den Berg hinauf in den Weiler



Kalkweil. Kurz vor Kalkweil, an einem Brunnen, geht es in spitzem Winkel rechts zu einer Aussichtskanzel mit dem Gedicht „Hoamet“. Zurück zum Brunnen und aus dem Wald hinaus zum Haus Kalkweil, wo links dahinter die Kalkweiler Kapelle steht.

Nun die Hauptstraße queren und dem Weg rechts folgen zum Feldkreuz. An der nächsten Kreuzung nach links bis zum einem asphaltierten Querweg, diesen überschreiten und auf dem Wiesenweg weiter. Rechts vorne steht die Wurmlinger Kapelle und vor einem taucht die Spitze vom Weggental Kirchle auf.

Nun Richtung Rottenburg den nächsten Weg rechts ab, eine Straße überqueren und rechts an der Gefängnismauer entlang zum Kalkweiler Tor. Von hier hinab zur Königstraße und in die Innenstadt zum Marktplatz (Geburtshaus von Josef Eberle) mit dem Dom St. Martin und am Gasthaus „Brunnenstube“ rechts über die Treppen in den Stadtgraben, dem Ausgang der Wanderung, zurück. Neben einem Besuch des Museums bietet Rottenburg zahlreiche Möglichkeiten bei Kaffee und Kuchen oder einem Eis die Eindrücke der Wanderung Revue passieren zu lassen.

**Sauna + Infrarot +  
Dampfbad + Zubehör**

Direkt vom Hersteller.





**KUGEL  
SAUNA**



Einfach  
wohlfühlen.

**Beratung und Ausstellung:**  
Kreuzgasse 10 · 72218 Wildberg/Schönbronn  
Tel. 070 54 / 56 00 · [www.kugel-sauna.de](http://www.kugel-sauna.de)

### **Horst Kohler,**

langjähriger Leiter der Abteilung Freizeitsport des VfL, und seine Frau Monika wandern für ihr Leben gern. Das Beste: Sie lassen andere an diesem Hobby teilhaben. Von April bis Oktober führen sie und andere Mitglieder des VfL-Freizeitsports immer am ersten Freitag im Monat eine Tageswanderung in die nähere oder weitere Umgebung von Herrenberg.

Dabei werden keine Rekorde erwardert sondern das gemeinsame Erleben von Natur und Kultur sowie das Miteinander stehen im Mittelpunkt.

Die Wanderungen werden rechtzeitig im Amtsblatt unter der Rubrik VfL-Freizeitsport auf der Internetseite [www.vfl-herrenberg.de/Freizeitsport/](http://www.vfl-herrenberg.de/Freizeitsport/) angekündigt.

Mitwanderer sind herzlich willkommen!



## Wir sind für Sie da:



Stefanie Wunder



Beate Birnbaum



Angela Rilka



Margit Hocker

### Die Geschäftsstelle

Schießmauer 6, 71083 Herrenberg  
 Telefon (07032) 895 58-0, Telefax (07032) 895 58 – 29  
[www.vfl-herrenberg.de](http://www.vfl-herrenberg.de)

Geschäftszeiten: Mo., Mi., Fr. 9 - 12 Uhr  
 Di., Do. 16 - 19 Uhr

Geschäftsführung: Stefanie Wunder [stefanie.wunder@vfl-herrenberg.de](mailto:stefanie.wunder@vfl-herrenberg.de) 895 58 24  
 Mitgliederverwaltung: Beate Birnbaum [beate.birnbaum@vfl-herrenberg.de](mailto:beate.birnbaum@vfl-herrenberg.de) 895 58 21  
 Studioverwaltung: Angela Rilka [angela.rilka@vfl-herrenberg.de](mailto:angela.rilka@vfl-herrenberg.de) 895 58 23  
 Kurse, KiSS: Margit Hocker [margit.hocker@vfl-herrenberg.de](mailto:margit.hocker@vfl-herrenberg.de) 895 58 23

### Impressum

**Herausgeber:** VfL Herrenberg, Stefanie Wunder, Schießmauer 6, 71083 Herrenberg  
 Das VfL Magazin ist eine kostenlose, interne Vereins-Information-Broschüre, die zweimal jährlich erscheint. Es dient der Information der Vereinsmitglieder und berichtet über das Vereinsleben in den verschiedenen Abteilungen.

**Realisation:**  
 JoB, Büro für Gestaltung, Herrenberg-Gültstein

### Bankverbindungen:

**Kreissparkasse Herrenberg**  
 Konto 1 001 400, BLZ 603 501 30  
 BIC: BBKRDE6BXXX  
 IBAN: DE26603501300001001400

**Volksbank Herrenberg-Rottenburg**  
 Konto 960 004, BLZ 603 913 10  
 BIC: GENODES1VBH  
 IBAN: DE61603913100000960004

**Spendenkonto:**  
**Kreissparkasse Herrenberg**  
 Konto 1 605 545, BLZ 603 501 30  
 BIC: BBKRDE6BXXX  
 IBAN: DE19603501300001605545

## BÜROTECHNIK BEDI HOROZ GMBH

**Archiv/Scan-,**

**Druck-/ Kopier-**

**Lösung**

**Service**

**Siebträger-  
Filtermaschinen**

**Kaffeebohnen aus  
Traditionaröstung**

## Genuß für Ihren Alltag:

[www.caffe-sobe.de](http://www.caffe-sobe.de)

Wir beraten Sie gerne ! Bürotechnik Bedi Horoz GmbH, 71126 Gäufelden-Nebringen, Tel. 07032-203604, [www.buerotechnik-horoz.de](http://www.buerotechnik-horoz.de)

## Partner des VfL Herrenberg

- ✓ Professionelle Reinigung
- ✓ Faires Preis-Leistungsverhältnis
- ✓ Servicebüro Herrenberg  
Telefon **074 57/94 63 849**



[www.bauer-gebauedereinigung.de](http://www.bauer-gebauedereinigung.de)

**BAUER**  
GEBÄUDEREINIGUNG

Wir haben die  
**kürzesten Wege.**



Unsere AOK-KundenCenter sind dort, wo die  
**Menschen wohnen, leben und arbeiten.**

Persönlich und nah.

AOK – Die Gesundheitskasse  
Stuttgart-Söbilingen  
Bezirksdirektion der AOK Baden-Württemberg

Telefon: 07031 26100-30  
[www.kürzeste-wege.de](http://www.kürzeste-wege.de)



Karl-Heinz Mast  
Schreinerei



Innenausbau  
Treppenbau  
Objekteinrichtungen  
Möbel-Sonderanfertigung  
Haustüren  
Einbauküchen

Grabenstraße 13 • 71126 Öschelbronn  
Tel: 07032-71713 • [www.schreinerei-mast.de](http://www.schreinerei-mast.de)



Jetzt  
beraten  
lassen!

# „Bewegung.“

Jeder Mensch hat etwas, das ihn antreibt.

Wir machen den Weg frei.

Der VR-FinanzPlan ist das Herz unserer persönlichen Beratung, die Sie mit Ihren ganz eigenen Zielen und Wünschen in den Mittelpunkt stellt. So finden wir gemeinsam für Sie in jeder Lebenslage und für jedes Bedürfnis die richtige finanzielle Lösung, die Ihnen Bewegungsspielraum gibt.

Leistungsstark – kompetent – verlässlich.

**Volksbank**  
Herrenberg • Nagold • Rottenburg

