

**Turnverein  
Echterdingen 1892**



Geschäftsstelle: Stadionstraße 11,  
Öffnungszeiten: Montag 17 - 19 Uhr,  
Dienstag 9 - 11 Uhr und  
Donnerstag 17 - 19 Uhr  
Telefon: 793518,  
Telefax-Nr. 7942593  
E-Mail: TVE1892@t-online.de  
Internet: www.tv-echterdingen.de

Vorsitzender: Walter Reiff

**Neues Kursangebot:**

**Mach2: "Besser essen. Mehr bewegen".  
Fit statt fett**

Zehnmal geht es um Bewegung, zweimal um professionelle Ernährungsberatung. Mit diesem Kurs sollen die Teilnehmer zu einem "bewegten" Leben mit gesunder Ernährung geführt werden.

Beginn: Dienstag, 25.9., 17.30 - 19 Uhr; 12 Kurseinheiten; Gebühr: 80 Euro  
Start Gemeindehalle Echterdingen

**Kursaufbau:**

**3 Einheiten Nordic Walking:** Einführung, Technischschulung, Erklärung Herz-Kreislauf-System

**3 Einheiten Step-Aerobic:** Hinführung zur Step-Aerobic, Gymnastik zum Step, Aerostep, Gleichgewichtsschulung

**4 Einheiten Gymnastik:** Einführung in Pilates und Festigen der Grundprinzipien, Übungen mit Kleingeräten, z.B. Pezziball, Theraband, Hanteln und Bällen, Kennenlernen der Sportgeräte, Haltungsschulung, Kraftaufbau

**2 Einheiten mit einer professionellen Ernährungsberaterin:**

Die Teilnehmer können bei ihrer Krankenkasse die Übernahme der Kursgebühren beantragen. Anmeldungen sowie weitere Informationen sind ab sofort wieder möglich.

**Kursübersicht:**

**Anmeldung und Info** auf der Geschäftsstelle, auch per E-Mail, Telefon und Fax möglich.

**In der Gemeindehalle Echterdingen:**

**Rückenfit:** Mittwoch, 12.9., von 18 - 19 Uhr, 12 Abende

**Bauch, Beine, Po:** Mittwoch, 12.9., von 19 - 20 Uhr, 12 Abende

**Beckenbodengymnastik:** Mittwoch, 19.9., von 19 - 20 Uhr, 10 Abende

**Step-Aerobic für Mittelstufe und Anfänger:** Mittwoch, 26.9., von 9 - 10 Uhr, 12 Vormittage

**In der Goldwiesenschule Echterdingen:  
Pilates für Anfänger:** Mittwoch, 19.9., von 19 - 20 Uhr, 12 Abende

**Pilates für Fortgeschrittene:** Donnerstag, 20.9., von 18.45 - 20 Uhr, 12 Abende

**Fatburning:** Mittwoch, 26.9., von 18 - 19 Uhr, 10 Abende

**Yoga-Kurs:** Dienstag, 2.10., von 18.45 - 20 Uhr, 12 Abende

**Abt. Fußball**

Internet: www.vollspann.com

**Sonntag, 9.9., 15 Uhr:** Spvgg Feuerbach - TVE 1; VFL Kaltental - TVE 2

**Damen**

TVE - Eintracht Stuttgart 1:1

Im letzten Testspiel vor unserer Premiere in der Bezirksliga erzielten unsere Frauen gegen den höherklassigen Gegner einen hochverdienten Achtungserfolg.

Mit einer erstklassigen Torhüterin Annette Eigner, einer aufopferungsvoll kämpfenden Abwehrreihe, einem enorm lauffreudigen Mittelfeld und stets brandgefährlichen Stürmern konnten wir die Partie über die gesamte Spielzeit offen gestalten.

Als Michaela Ruh in der 75. Minute ihre überragende Leistung mit einem tollen Kopfballtreffer zum 1:1-Ausgleich krönte, war der gerechte Lohn für eine erstklassige Mannschaftsleistung eingefahren.

**Vorschau:** Sonntag, 9.9., 11 Uhr: Saisonauftakt beim FV 09 Nürtingen

**Abt. Schwimmen**

**Übungsbetrieb:** Die Anfänger schwimmen montags von 17.30 - 18.30 Uhr in Musberg und alle anderen Gruppen donnerstags von 17.30 Uhr bzw. ab 19 Uhr. Die sportlich motivierten Erwachsenen können ab 20 Uhr ins Wasser springen.

Neue Gesichter sind immer gerne gesehen. Jedoch gibt es bei den Anfängern eine Warteliste mit Wartezeiten bis zu einem Jahr.

Weitere Informationen: Abteilungsleiter Gerhard Kasper, Tel. 7977093 oder über unsere Internetseite [www.tve-schwimmen.de](http://www.tve-schwimmen.de).

**Abt. Triathlon**

**Half-Ironman in Wiesbaden**

Nach den ersten Rennen dieser noch jungen Serie in Österreich und in der Schweiz fand am 19.8. auch auf deutschem Boden die Premiere des Ironman 70.3 in Wiesbaden statt ("Der härteste halbe Tag des Jahres"). Von Tria Echterdingen nahmen fünf Sportler teil. Circa 1600 Einzelstarter und 132 Staffeln gingen im Becken des Schiersteiner Hafens zum Schwimmen an den Start auf die 1,9 km lange Schwimmstrecke.

Danach ging es auf die anspruchsvolle Radstrecke (rund 1500 Höhenmeter auf 90 Kilometer, teilweise Steigungen über 10%). Im Zielbereich war diese eines der wichtigsten Themen. Beim abschließenden Halbmarathon mussten drei Runden zurückgelegt werden.

Die Organisation war gewohnt gut, die Siegerehrung fand im imposanten Wiesbadener Kurhaus statt und einige deutsche Triathleten (Brede, Kujala, Schiersch, Bracht, Göhner, Hellriegel, Widmann, Forster) konnte man vor Ort hautnah erleben. Insgesamt eine gelungene Veranstaltung.

Claudia Kiessling 6h:11min, Volker Mayer 5h:01min, Dirk Buda 5h:57min, Thomas Henke 6h:11min.

Allen herzlichsten Glückwunsch!

**Inferno Triathlon -**

eines der härtesten, über 10-stündigen Rennen in der Schweiz im Berner Oberland.

**Erlebnisbericht von Martin Dörfler:**

"Start war am 18.8. um 6.30 Uhr im Thuner Strandbad. Das Wasser hatte nur 16 - 17°C, eine starke Gegenströmung verlängerte die Schwimmzeit für die 3,1 km bei allen Athleten. Als 68. stieg ich mit klammen Füßen und

Händen in Oberhofen aus dem Wasser. Nach 500 flachen Metern wartete auf dem Rennrad (insgesamt 97 km) die erste "kleine" Steigung von bis zu 16% (650 Höhenmeter). Nach der rasanten Abfahrt nach Interlaken und einem 40 km langen Flachstück erreichte ich den langen Anstieg zur Großen Scheidegg (1400 Höhenmeter). Alles lief recht gut, doch bis jetzt war ich aus Respekt vor der noch großen vor mir liegenden Strecke mit angezogener Handbremse unterwegs.

In Grindelwald erfolgte der Wechsel auf das Mountainbike. Für die Rennradstrecke benötigte ich 3h50 (29. Rang) und arbeitete mich damit auf den 28. Gesamtrang vor. Die gesamte MTB-Strecke hatte ich leider Probleme mit Krämpfen in den Oberschenkeln. So fuhr ich teilweise stehend zur Kleinen Scheidegg und hatte nun schon 3300 der insgesamt 5500 Höhenmeter bewältigt. Die MTB-Abfahrt war für mich der schwierigste Teil des Tages, da sie teilweise über recht extreme Trails führt. Aber mit Ausnahme eines kurzen "Baumkontaktes" überstand ich auch das gut und war nach weiteren 2h beim Wechsel zum Laufen angelangt. Das war die 24. MTB-Zeit und damit schon der 22. Gesamtrang.

Der 25 km lange Berglauf auf den Gipfel des fast 3000 m hohen Schilthornes beginnt mit 5 flachen Kilometern. Dann ging's aber fast immer bergauf auf 2200 Höhenmeter. Die letzten 1300 Höhenmeter wurden auf nur 8 km zurückgelegt und man kann hier fast nicht mehr laufen, sondern nur noch schnell gehen.

Mit einem unbeschreiblichen Glücksgefühl erreichte ich nach 10h 16 min. als 17. den Gipfel und damit das Ziel.

Der Inferno Triathlon 2007 war ein unvergessliches Erlebnis für mich und ich glaube, für alle Athleten und Zuschauer - ich denke, das war nicht mein letztes Inferno".

Wir gratulieren ganz herzlich zum tollen Ergebnis!



**TSV Leinfelden**

Geschäftsstelle: Beethovenstr. 21, Telefon und Anrufbeantworter: 753298, Fax 7504522.

E-Mail: [info@tsv-leinfelden.de](mailto:info@tsv-leinfelden.de)

Internet: [www.tsv-leinfelden.de](http://www.tsv-leinfelden.de)

Öffnungszeiten: Mo-Fr 8 - 13 Uhr und Mo/Do von 14.30 - 18 Uhr

**TSV Aktuell**

**Abt. Turnen**

**Beginn wird verschoben: Fit und gesund für Frauen.** Da die Stundenpläne der Schulen bzw. die Hallenbelegungspläne noch nicht bekannt sind, findet das Angebot "Fit und gesund für Frauen" am Donnerstagvormittag (Sportzentrum bei Inge) noch nicht statt.

**Laufgruppe 9- bis 12-Jährige**

Wir starten wieder am heutigen Freitag von 15.30 - 16.30 Uhr am Sportzentrum. Interessierte neue Kinder sind jederzeit herzlich willkommen. Infos bei Inge, Tel. 756255 oder Heike, Tel. 7546462.