

# TSG magazin

Ausgabe 01·2024

März 2024 – August 2024



Highlight am 02. Juni!  
TSG 08 Roth  
SPORTFESTIVAL  
Mehr dazu auf Seite 15!



# Energie sichert Ihre Zukunft!



Wallboxen

Nahwärme

Solarstrom

Ladeinfrastruktur

Prämien für E-Autos

Ökostrom Roth-Natur

**Strom Gas Wasser**  
Parkdecks **Freizeitbad**



klimaneutral  
preisgünstig  
kompetente  
Partner

[www.stadtwerke-roth.de](http://www.stadtwerke-roth.de)

Energie sichert Zukunft!



**STADTWERKE  
ROTH**

# Vorwort

von

**Astrid Elsel**  
Stellvertretende  
Vorstandsvorsitzende  
der TSG 08 Roth



## Liebe TSG-Mitglieder, liebe Leserinnen und Leser,

„Turn- und Sport-Gemeinschaft“ – Das Wort Gemeinschaft steht bereits in unserem Namen. Es ist nicht nur eine Bezeichnung, sondern etwas Wichtiges und Wertvolles, gerade in der heutigen Zeit. Gemeinschaft steht für Zusammenhalt, gegenseitige Unterstützung und ein starkes Wir-Gefühl. In einer Zeit, die oft von Schnellebigkeit und Individualismus geprägt ist, wollen wir als TSG-Familie eine Gemeinschaft bieten, die über den Sport hinausreicht.

Als Sportverein vermitteln wir nicht nur sportliche Fähigkeiten und Erfolge, sondern auch grundlegende Werte wie Teamgeist und Respekt. Wir übernehmen gesellschaftliche Verantwortung. In unseren Trainings und Wettkämpfen geht es nicht nur um persönliche Leistungen, sondern darum, gemeinsam Höhen und Tiefen zu durchleben, zusammen zu wachsen und füreinander einzustehen. Nach dem Sport oder bei gemeinsamen Ausflügen trifft man sich zum geselligen Zusammensein. Feste laden dazu ein, gemeinsamen zu feiern und Spaß zu haben.

Ein Highlight wird in diesem Jahr wieder das Sport-Festival am 2. Juni sein. Es ist das große Sportfest für alle TSG'ler, aber auch eine ideale Gelegenheit für alle Interessierten, unseren Verein näher kennenzulernen oder einfach nur einen tollen Tag zu erleben. Es wird ein Tag voller Sport, Spaß, Unterhaltung sowie leckerem Essen und Trinken. Mehr dazu auf Seite 15.

Als Sportverein verstehen wir uns als Teil der Gesellschaft, übernehmen gesellschaftliche Verantwortung und möchten einen positiven Beitrag leisten. Ein Beispiel ist hier unser Sportangebot für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen. Dazu informieren wir auf den Seiten 12/13. Bewegung in der Gruppe kann den fortschreitenden Krankheitsverlauf verlangsamen, dem Abbau von Gedächtnisleistung entgegenwirken und die Lebensqualität verbessern.

Wir laden euch herzlich ein, Teil unserer TSG-Familie zu werden. Gemeinsam gestalten wir nicht nur sportliche Erfolge, sondern auch eine lebendige und respektvolle Gemeinschaft.

Sportliche Grüße,

Eure  
**Astrid Elsel**

# Inhalt

## Aus dem Vereinsleben

TSG 08 Roth und Firma SPECK **S. 5**  
Ehrennachmittag **S. 6/7**

## TSG-Sportjugend

FSJ im Sport · Steffen Winterhager berichtet **S. 9**  
Online-Buchungsplattform **S. 9**  
Landkreis-Seniorentag und AbendRoth **S. 10**  
Sportabzeichen/Unternehmerfrühstück/Indoor-Cycling **S. 10/11**

## TSG-Generation Silber

TSG-Gesundheitsseite · Thema: Demenz **S. 13**  
Erfolgreiches Kinderfaschingevent **S. 14**  
Das TSG-Sportfestival **S. 15**

## Das TSG-Sportangebot auf einen Blick

Angebote A-Z und nach Alter · Suchen · Finden **S. 16 / 17**

## Das TSG-Sportangebot fit+aktiv

Fitness und Gesundheit für die ganze Familie **S. 18 – 36**

## Abteilungssport

Übersicht über die Trainingszeiten und Ansprechpartner:innen **S. 38 – 52**

## Berichte aus den Abteilungen

**S. 54 – 63**

## Mitgliedsantrag

**S. 65 / 66**

## Beiträge und Informationen

**S. 67**

**Turn- und Sportgemeinschaft 08 Roth e.V.**  
Geschäftsstelle, Ostring 28, 91154 Roth**Wir sind für Sie da:**

**Dienstag:** 8:30 - 15:00 Uhr  
**Mittwoch:** 8:30 - 13:00 Uhr  
**Donnerstag:** 8:30 - 17:00 Uhr  
**Tel.:** 09171 - 63569  
**Fax:** 09171 - 896818  
**E-Mail:** info@tsg08-roth.de

**Mitgliederverwaltung****Katrin Sippl**

**Tel.:** 09171 - 63569  
**E-Mail:** info@tsg08-roth.de

**Vorstandsvorsitzender****Philipp Seitz**

**Tel.:** 09171 - 63569  
**E-Mail:** philipp.seitz@tsg08-roth.de

**Sportbereich fit+aktiv****Astrid Elsel**

**Tel.:** 09171 - 63569 oder 09122 - 8855323  
**E-Mail:** fit.aktiv@tsg08-roth.de

**Unsere Sportstätten im Stadtgebiet Roth:**

SPECK-Sportpark, Ostring 28, 91154 Roth  
Gymnasium Roth, Brentwoodstraße 4, 91154 Roth  
Realschule Roth, Brentwoodstraße 1, 91154 Roth  
Anton-Seitz-Mittelschule, Peter-Henlein-Str. 1, 91154 Roth  
Grundschule Kupferplatte, Röntgenstraße 4, 91154 Roth  
Grundschule Gartenstraße, Autostraße 2, 91154 Roth  
Otto-Lilienthal-Kaserne, Otto-Lilienthal-Straße, 91154 Roth  
Kreissportanlage Roth, Brentwoodstraße 37, 91154 Roth  
Schule am Stadtpark, Brentwoodstr. 37, 91154 Roth  
Kreisklinik Roth (Treffp. Parkpl.), Weinbergweg 14, 91154 Roth  
Freizeitbad Roth, Friedrich-Wambsganz-Straße 2, 91154 Roth

TSG Sportangebote, Erfolge und Geschichten findet ihr unter:

**www.tsg08-roth.de**

Hier gibt's u.a. auch die SPORTSUCHE. Suche gezielt nach Sportart, Zielgruppe, Wochentag, Uhrzeit oder Alter.

-  TSG 08 Roth
-  TSG 08 Roth Fußball
-  TSG 08 Roth Triathlon
-  Ju-Jutsu Roth
-  Pool Factory

-  tsg08roth
-  tsg08roth\_sportjugend
-  tsg08roth\_triathlonjugend
-  tsg08roth\_triathlon
-  tsg08roth\_damenligateam
-  tsg08rothligateam
-  tsg08roth\_fussball
-  tsg08roth\_darts
-  jujutsu\_roth

Und natürlich im aktuellen TSG-MAGAZIN – Viel Spaß beim Lesen!

**Herausgeber****Turn- und Sportgemeinschaft 08 Roth e.V.**

Ostring 28, 91154 Roth  
Vertreten durch den

**Vorstand**

**Philipp Seitz**, Vorstandsvorsitzender

**Astrid Elsel**, Stellvertretende Vorstandsvorsitzende

**Aufsichtsrat**

**Johannes Breitenbach**, Vorsitzender Aufsichtsrat

**Roland Wolfschläger**, Stv. Vorsitzender Aufsichtsrat

**Alexandra Maximini**, Stv. Vorsitzende Aufsichtsrat

**Alexander Schatz**

**Günter Vogel**

**Jan Runau**

**Katrin Stief**

**Paula Ludwig**

**Bankverbindung - Spendenkonto**

IBAN: DE20 7645 0000 0430 2708 35

BIC: BYLADEM1SRS

**Redaktion:** Astrid Elsel, Ursula Böhm, Steffi Graff,  
Silvia Seidl, Günther Sperber

**Gestaltung:** M. Göppner, M. Bochmann, Schwabach  
kontakt@ge-staltung.de

**Bilder:** D. Saalfelder, F. Künstler, A. Gsänger, F. Zaunseder,  
G. Rudolph, M. Mountain, Getty images, pixabay,  
shutterstock, M. Göppner, Steffi Graff, Abteilungen

**Druck:** RPM Direktwerbung, Roth  
info@rpm-direktwerbung.de

**Auflage:** 12.000 Druckexemplare  
+ digitaler Version zum download

*Namentlich gekennzeichnete Artikel spiegeln die Meinung des Verfassers und nicht die Meinung der TSG 08 Roth wider. Das Vereinsmagazin ist für Mitglieder kostenlos und mit dem Beitrag abgegolten.*



## Gemeinsam stark: TSG 08 Roth und Firma SPECK setzen auf langfristige Partnerschaft

Die sportliche Heimat der fast 3.400 Mitglieder der TSG 08 Roth ist auch weiterhin der SPECK Sportpark. Beide Seiten trafen sich kürzlich am Ostring, um ihre Zusammenarbeit für weitere drei Jahre zu bekräftigen. Seit Jahresbeginn 2021 ist das Rother Traditionsunternehmen Hauptsponsor des größten Rother Sportvereins und zugleich Namensgeber für das seit 2010 in dieser Form existierende Sportgelände – und wird das auch bis zum Jahresende 2026 sein.

Ehe es aber zur Vertragsverlängerung für weitere drei Jahre ging, stand zunächst ein Fachgespräch an. Auf der einen Seite die seit diesem Jahr hauptamtlich tätige TSG-Vorstandschaft mit Philipp Seitz und Astrid Elsel, auf der anderen Dr. Thomas Krüger, Mitglied der Geschäftsleitung der Firma SPECK, sowie deren Prokurist Torsten Hahn. Letzterer ist auch 1. Vorsitzender des TV 06 Thalmässing – klar, dass es da viele interessante Gesprächsthemen über Mitgliederentwicklung und Vereinsarbeit gab.

Jedenfalls konnte Torsten Hahn sicherlich bestens nachvollziehen, dass Philipp Seitz und Astrid Elsel die Vertragsverlängerung überaus erfreute. „Für uns ist die Firma SPECK der wichtigste Partner, so eine Zusammenarbeit gibt uns Planungssicherheit“, sagte Seitz. Aber natürlich heißt der SPECK Sportpark nicht SPECK Sportpark, weil der Prokurist des Namensgebers einen Sportverein führt.

„Wir freuen uns immer, wenn wir uns lokal engagieren können. Mit unserem Sponsoring wollen wir auch dafür sorgen, dass die Infrastruktur für Vereine vor Ort gegeben ist, das hilft ja auch unseren Mitarbeitern“, sagte Dr. Thomas Krüger. Rund 800 Menschen sind für die weltweit tätige Firmengruppe, die vom Hauptsitz Roth aus Pumpen in alle Welt verkauft, tätig; in der Kreisstadt sind es über 470.

Die Firma SPECK engagiert sich auch für den Challenge, aber das sei eben eine einmalige Veranstaltung, „einen Sportverein gibt es 365 Tage im Jahr“, sagte Krüger. Da kommt auch das Thema Gesundheitsförderung im Betrieb ins Spiel. Regelmäßig nutze eine Gruppe von SPECK-Mitarbeitern die Räumlichkeiten und die Räder bei der TSG zum Indoor-Cycling, berichtete Astrid Elsel.

Und einen weiteren Aspekt führt Torsten Hahn an: „Ein Sportler kann mit Zielen arbeiten, das sind nach meinen Erfahrungen dann auch oft in einem Betrieb die Macher.“ Der Prokurist und Vereinsvorsitzende muss es wissen...

✉ Mathias Hochreuther



Jubilare mit 60- und 70-jährigem Vereinsjubiläum in 2023

## Volles Haus und gelungene Überraschung beim Ehrennachmittag

**Beim Ehrennachmittag der TSG im November gab es viele gute Gründe, um Danke zu sagen. Besondere Würdigung erfuhren drei neue Ehrenmitglieder und der frischgebackene Ehren-Vorsitzende Andreas Buckreus. Der Nachmittag begann mit einer neuen Rolle für Andreas Buckreus. Er begrüßte heuer erstmals nicht als Vorsitzender der TSG, sondern als Bürgermeister. Es moderierte die stellvertretende Vorstandsvorsitzende Astrid Elsel mit Unterstützung des Aufsichtsrats.**

Zusammenhalt und Wir-Gefühl, Teamgeist, Respekt und gegenseitige Unterstützung, das sind die Werte, die im größten Sportverein des Landkreises Roth, der die „**Gemeinschaft**“ schon im Namen führt, hochgehalten werden. „*Wir nehmen unsere gesellschaftliche Verantwortung sehr ernst*“, betonte Astrid Elsel für den Vorstand. „Der Verein“ das sind nicht nur die Menschen mit den Ämtern, sondern jedes einzelne Mitglied, das sich einbringt und teilnimmt. Darunter natürlich immer einige, deren Engagement herausragend ist. Und die vielen, die über Jahrzehnte treu verbunden geblieben sind.

Wie eng die Verbindungen trotz der mit 3.300 Mitgliedern beachtlichen Größe des Vereins sind, wurde immer wieder spürbar: Keine Ehrung ohne kleine persönliche Anekdoten, Erinnerungen und flapsige Bemerkungen, die sich die Geehrten wie Bälle zuwarfen. Es wurde viel geschmunzelt und sich aufrichtig gefreut.

Zunächst wurden Mitglieder für lange Vereinszugehörigkeit geehrt:

Dustin Böhm, Marco Distler, Steven Gruhl und Claudia Lux sind seit zehn Jahren dabei. Für 25 Jahre Vereinszugehörigkeit wurden geehrt: Edeltraut Dörr, Elisabeth Fruth, Ingrid Hoffmann, Paula und Hannes Ludwig, Dirk Ringehahn und Tamara Seidl. 40jährige Vereinszugehörigkeit feierten Astrid Elsel, Angelika und Volkmar Hiller, Irmgard und Werner Rüdenuer, Martin Meyer und Martin Wagenhuber. Auf 50 Jahre TSG schauen Harald Biersack, Jürgen Krawczyk, Hans-Jürgen Moises und Günter Reichel zurück. 60 Jahre im Verein sind Rudolf Fuchs, Rudolf Gerstberger, Helmut Reincke, Günter Rupperecht und Horst Salzberger. Zum 70jährigen Vereinsjubiläum gratulierte das Vorstandsteam Erich Heßlinger, Robert Houben, Albert Porlein, Herbert Schnurer und Willi Wechsler.

Weiter ging es mit Würdigungen einzelner Mitglieder der Abteilungen:

Ob herausragende sportliche Ergebnisse, fleißige Übungsleiter oder helfende Hände im Hintergrund – es gab auch hier viele Gründe für ein persönliches „Danke“: Andreas Gsänger und Tefvik Cengiz (Billard), Isabell Schnitzer (JuJutsu), Peter Pichl (Privatverein), Waltraud Schleicher, Annika Bittner und Herbert Schnurer (fit+aktiv), Anke Freimann, Roland Fürst, Christine Kopp, Tatjana Bub und Joeline Büttner (Triathlon), Elias Kolar, Michaela Jilg, Michael Rubin, Elisabeth Heyne, Claudia Wellert, Loni Schroll, Alexander Schatz, Dieter Leidl und Martin Meyer (Leichtathletik), Helmut Reincke, Herbert Thoma, Georg Streb, Jürgen Klinnert, Johannes Breitenbach, Helmut Kroner, Ursula Böhm, Steffi Graff und Günter Sperber (Hauptverein) freuten sich über Gutscheine.

### Drei neue Ehrenmitglieder und ein Ehrenvorsitzender

Zum guten Schluss wurde noch das gut gehütete Geheimnis gelüftet, dass mit **Hilde und Harry Ludwig** und **Leonhard Schroll** drei Vereinsmitglieder, die sich über Jahrzehnte in ganz besonderem Maße im und für den Verein engagiert haben, in die Reihe der Ehrenmitglieder neu aufgenommen werden. Außerdem wurde **Andreas Buckreus** zum Ehrenvorsitzenden ernannt. Freude und Überraschung war allen vier deutlich anzusehen. Harry und Hilde Ludwig haben seit über 30 Jahren in der Fußballabteilung mit Einsatz, Kompetenz und Herz viel bewegt und bewirkt. Generationen jungen Fußballnachwuchses hat Hilde Ludwig mit pädagogischer Kompetenz und sportlichem Know-How das fußballerische Einmaleins beigebracht und Harry Ludwig hat mit seinen ausgezeichneten Kontakten viel zur wirtschaftlichen Sicherheit von Abteilung und Verein beigetragen. Leichtathletik-Urgestein und Meistermacher Loni Schroll ist einer, dessen Augen auch mit weit über 80 Lebensjahren noch leuchten, wenn einer seiner Sportler wohlverdiente Erfolge feiern kann. Noch immer gibt er weiter sein umfangreiches Trainerwissen an junge und junggebliebene Läufer weiter. Wieder Vorstand, jetzt aber nur noch ehrenhalber und ohne Funktion ist Andreas Buckreus. Aufsichtsrat Johannes Breitenbach würdigte ihn als Wegbereiter für die Zukunftsfähigkeit der TSG 08 Roth. Schon früh hat er im Verein Verantwortung übernommen und mutig angepackt, als es den Fusionsverein mit Mut, Weitblick, offener Kommunikation und Durchsetzungsfähigkeit auch durch schwierige Fahrwasser Richtung Zukunft zu lenken galt. 🐾 Steffi Graff



E-Mail: [info@tsg08-roth.de](mailto:info@tsg08-roth.de)

Web: [www.tsg08-roth.de](http://www.tsg08-roth.de)



Von links nach rechts: Andreas Buckreus, Johannes Breitenbach, Loni Schroll, Alexander Schatz, Roland Wolfschläger, Hilde Ludwig, Harald Ludwig, Astrid Elsel.

# 22./23. Juni 2024

HERAUSFORDERND. FAMILIENFREUNDLICH. BEGEISTERND.



## SEI DABEI...

... als **Helfer**  
für einen unvergesslichen  
Tag mittendrin

... als **Athlet**  
und hole das Beste  
aus Dir heraus.

... als **Zuschauer**  
an der Strecke und in  
unserem schönen Biergarten



### Samstag ab 9:00 Uhr

Jedermanntriathlon  
DTU Jugendcup  
BTV Memmert Nachwuchscup  
2. Triathlon Bundesliga Süd

### Sonntag ab 9:00 Uhr

Bayerische & Polizei-  
Meisterschaft Kurzstanz

MEHR  
INFOS





## Was bisher geschah:

Vor einem halben Jahr durften wir uns vorstellen. Heute können wir berichten, was seitdem passiert ist. Wie angekündigt haben wir jeden Monat zu einer gemeinsamen Aktion für Jugendliche und junge Erwachsene eingeladen. Auftakt war das "Fitnessstudio Turnhalle", gefolgt von Dart, Ju-Jutsu, Parkour und Kegeln.

Ihr konntet Einblick in die Sportarten gewinnen und manche von euch kommen seitdem zu den jeweiligen Trainings unserer Dauerangebote. Wir wussten doch, dass wir euch für die Sportarten begeistern können! Statt einer weiteren sportlichen Aktion in der Faschingszeit haben wir unseren jährlichen Kinderfasching erweitert: Am Abend bevor die Jüngsten sich zum Narren gemacht haben, feierten wir mit Kindern und Jugendlichen bis 15 Jahren. Mehr dazu findet ihr auf Seite 14.

## Wie es weitergeht:

Wir sind mit unseren Aktionen noch lange nicht am Ende. Es gibt noch viel mehr Abteilungen kennen zu lernen. In der warmen Jahreshälfte könnt ihr euch auf Sportevents im Freien freuen. Unsere Trainer für Volleyball, Outdoorfitness und viele weitere Sportarten, warten nur darauf euch ihre Leidenschaft vorzustellen.

Die nächste Aktion findet am 03.03.2024 statt (Kegeln). Am 07.04. erfolgt die zweite Auflage des „Fitnessstudio Turnhalle“. Nach eurer begeisterten Rückmeldung bei der Aktion im Oktober, verwandeln wir die Hallen im Speck-Sportpark noch einmal in ein Fitnessstudio. Der Mai startet dann wieder mit ganz neuen Aktionen.

Wie immer gilt: Kommt vorbei und bringt Freunde mit! Mitglied sein ist keine Voraussetzung!



**Mach mit!**



## Wie ihr nichts mehr verpasst:

Auf unserem Instagram-Account **tsg08roth\_sportjugend** und unserem Bereich auf der TSG-Homepage findet ihr alle Infos, die euch als Sportjugend betreffen, Bilder und Videos der bisherigen Aktionen, Story-Highlights und natürlich auch die Ankündigungen der kommenden Events.

 [tsg08roth\\_sportjugend](https://www.instagram.com/tsg08roth_sportjugend)

Bei Anregungen und Ideen schreibt uns gerne auf Instagram oder per Mail an [sportjugend@tsg08-roth.de](mailto:sportjugend@tsg08-roth.de) oder sprecht uns bei der nächsten Aktion einfach an. Wir freuen uns auf euch und eure Ideen!

**Ju-Jutsu**  
Selbstverteidigung und Selbstbehauptung für Jugendliche und Erwachsene

**FITNESSSTUDIUM TURNHALLE**  
(empfohlen ab 14 Jahren)

**Parkour**  
vom Kastensprung bis zum Freerunning

**Kegeln**  
Auf die Vollen, Kegelspiele und Schwarzlicht-Kegeln

**AKTION DES MONATS**

**check it out**

**AKTION DES MONATS**  
03.03.2024, 17:00 - 19:00 Uhr  
Wann: ...  
Wo: Kegelbahn, Speck-Sportpark Ostring 28, 91154 Roth

## FSJ im Sport

### Steffen Winterhager macht es und erzählt davon

Das Freiwillige Soziale Jahr im Sport ist eine sehr schöne Möglichkeit, sich sozial zu engagieren und gleichzeitig seine Leidenschaft für Sport zu vertiefen. Während diesem Jahr arbeite ich bei der TSG 08 Roth und leiste meinen Beitrag, um die lokale Gemeinschaft zu stärken.

Meine Aufgaben reichen von der Unterstützung bei der Organisation von Sportveranstaltungen bis zur Begleitung von Feriencamps und Kindergeburtstagen. Dabei bekomme ich die Chance, verschiedene Facetten des Sports kennenzulernen und auch pädagogische Erfahrungen zu sammeln. Das Arbeiten mit Menschen unterschiedlichen Alters und Hintergrunds ermöglicht mir, meine kommunikativen Fähigkeiten zu verbessern und Empathie zu entwickeln. Das Schöne am Freiwilligen Sozialen Jahr im Sport ist, dass es nicht nur darum geht, sportliche Aktivitäten zu fördern, sondern auch sozialen Zusammenhalt zu schaffen. Durch Teamarbeit und gemeinsame Projekte tragen wir dazu bei, eine positive Gemeinschaft rund um den Sport und in unserem Verein aufzubauen.

Die persönliche Entwicklung steht dabei im Vordergrund. Ich lerne nicht nur viel über den organisatorischen Aspekt von Sportveranstaltungen, sondern auch über meine eigenen Stärken und Schwächen. Das Jahr ermöglicht mir, Verantwortung zu übernehmen, selbstständig zu agieren und wichtige Lebenskompetenzen zu erwerben. Insgesamt ist das Freiwillige Soziale Jahr im Sport eine Erfahrung, die nicht nur meine beruflichen Perspektiven im Sportbereich erweitert, sondern auch einen positiven Einfluss auf mein persönliches Wachstum hat.

### Und was mache ich jetzt ganz konkret?

Neben meiner unterstützenden Tätigkeit in der Geschäftsstelle besteht der Großteil meiner Arbeitszeit aus Sportprogrammen, die ich zu Beginn selbst definieren konnte. In meinem Fall bezieht sich das dann auf die Sportarten Fußball und Leichtathletik. Da ich selbst Fußball spiele, lag das von Beginn an sehr nah und durch meine Vergangenheit in der Leichtathletik, in der ich ebenfalls von FSJ-lern profitiert habe, denke ich, dass das ebenfalls sinnvoll ist. Es gehören auch Aufgaben dazu, die man nicht auf den ersten Blick erwartet: Mittwochs unterstütze ich die Ganztagschule der Grundschule Kupferplatte und am Wochenende biete ich häufig Kindergeburtstage an oder wir sind mit unserer U7 oder U9 auf Fußballturnieren. Mein bisher größtes Projekt jedoch ist die Unterstützung der Sportjugend und das Planen von monatlichen Veranstaltungen sowie dem Kinder- und Jugendfasching, an denen ich ebenfalls beteiligt war. 📧 Steffen Winterhager

*Hast Du auch Lust auf ein  
Freiwilliges Soziales Jahr bei der TSG?  
Nähere Infos und Videos auf [Instagram](#)  
oder gleich hier:*



**Einfach**

**online buchen!**

**Mit Freunden sporteln, wann du willst!  
Bei der TSG 08 Roth gibt's jetzt eine  
Buchungsplattform für Sportstätten!  
Einfach online buchen:  
auf der Homepage der TSG unter  
„Events->Vermietungen“**

Lust auf eine Runde Beachvolleyball mit Freunden? Ein Team-Abend auf der Kegelbahn? Am Geburtstag in großer Runde grillen oder um die Feuertonne stehen? Man kann die sportliche Infrastruktur am Speck-Sportpark auch außerhalb offizieller Vereinsveranstaltungen nutzen. Damit erweitert die TSG ihr Freizeitangebot weiter und sorgt für noch bessere Auslastung ihrer Sportstätten. Neu am Start ist jetzt eine komfortable Online-Buchungsplattform. Das macht die Vermietung einzelner Freizeit- und Sportflächen noch viel unkomplizierter und flexibler. Mit der neuen Online-Buchungsplattform sieht man auf einen Blick, was wann geht und kann ganz einfach buchen. Einem vergnüglichen privaten Beachvolleyball-Treff steht dann nichts mehr im Weg. Zu finden ist die Plattform auf der Homepage der TSG unter „Events->Vermietungen“. Dort können freie Zeiten, Kosten und weitere Infos eingesehen, Termine gebucht und gleich online bezahlt werden. Das System ist einfach zu bedienen, ein Erklärvideo zeigt, wie es geht.



## Informieren und Mitmachen – Die TSG beim Landkreis-Seniorentag und AbendRoth

Viele Besucher, beste Stimmung, perfektes Wetter - das sind die Erinnerungen an die beiden Veranstaltungen Landkreis-Seniorentag und AbendROTH. Die TSG 08 Roth präsentierte sich erneut erfolgreich mit Infoständen und Mitmachaktionen. Vielen Dank allen engagierten Helferinnen und Helfern, die den Verein bei solchen Gelegenheiten tatkräftig unterstützen!

### Seniorentag

Seit vielen Jahren ist die TSG beim Seniorentag dabei. Am 6. September war der Verein mit Infos zum Sportangebot für Ältere aus den verschiedenen Abteilungen und einem kleinen Bewegungsparcours vertreten. Unter Anleitung qualifizierter Trainerinnen und Trainer der TSG konnten die Besucher Geschicklichkeit, Koordination und Gleichgewicht testen. Dazu gab es wertvolle Tipps für einfache Alltagsübungen.

### AbendROTH

Drei Wochen später lockte an einem warmen Spätsommerabend AbendRoth Jung und Alt in die Stadt. Zum zweiten Mal war die TSG mit dabei und zog mit einem mobilen Billardtisch der Billardabteilung samt Gewinnspiel die Aufmerksamkeit auf sich. Viel Anklang fanden auch die leckeren Crepes der Ju-Jitsu-Abteilung. Es war viel los und die Wartezeit nutzten viele Neugierige dazu, sich über die vielfältigen Sportangebote des Vereins zu informieren. 📧 Astrid Elsel



## Sportabzeichen

Was könnte dich bewegen, das Deutsche Sportabzeichen in Angriff zu nehmen? Was ist das Deutsche Sportabzeichen überhaupt? Es ist die höchste Auszeichnung des Deutschen Olympischen Sportbundes (DOSB) außerhalb des Wettkampfsports und wird als Leistungsabzeichen für überdurchschnittliche und vielseitige körperliche Leistungsfähigkeit verliehen.

Das Sportabzeichen soll der Bevölkerung einen Anreiz bieten, sportlich aktiv zu werden und zwar in vier Kategorien: Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit und Koordination.

**Aber:** Zuerst müsste deine Bereitschaft da sein, vom Sofa aufzustehen und dich zu bewegen.

**Das Ziel:** Sportabzeichen als Anlass zu nehmen, wieder mal zu laufen, zu springen oder zu werfen, es zumindest zu versuchen.

**Der Dank:** Du gewinnst wieder einen Zugang zu deinem Körper. Du spürst wieder Muskeln, die du nicht mehr gekannt hast. Und du merkst, dass es deinem Körper anschließend besser geht. Du musst dir nur die Zeit nehmen, zumindest einmal pro Woche.

Dabei ist es auch sinnvoll, sich sachkundig beraten zu lassen. Bei der TSG 08 Roth steht schon seit vielen Jahren ein Team bereit, das in den Sommermonaten von Anfang Juni bis Mitte September durchgehend am Donnerstag um 18 Uhr auf der Kreissportanlage einen Termin anbietet, an dem sowohl die Disziplinen ausprobiert, als auch Leistungen abgenommen werden können. Im vergangenen Jahr haben es bei uns 85 Teilnehmer geschafft, davon waren etwa die Hälfte Kinder. Du bist jederzeit willkommen, auch wenn du kein Mitglied des Vereins bist. Wir hoffen natürlich darauf, dass du darüber auch den Weg in den Verein findest. Die Informationen zu den Terminen findest du dann ab Anfang Mai unter:

<http://www.tsg08-roth.de/de/sportangebot/abteilungen/leichtathletik/sportabzeichen/>



Nun möchtest du natürlich auch die Leistungen erreichen, die für den Erwerb des Abzeichens nötig sind. Dazu muss man wissen, dass es drei Leistungsstufen gibt, Gold, Silber und Bronze. Auch sind die Leistungsanforderungen je nach Alter verschieden. Um hier tiefer einzusteigen, lohnt es sich, die Seite: <https://sportabzeichen.dosb.de/> aufzurufen. Auf geht's, wir sehen uns auf dem Sportplatz! 📧 Günther Sperber



E-Mail: [info@tsg08-roth.de](mailto:info@tsg08-roth.de)

Web: [www.tsg08-roth.de](http://www.tsg08-roth.de)



## Sportliches Unternehmerfrühstück

**Am 5. Oktober hat die TSG das Unternehmerfrühstück Roth ausgerichtet. Dabei stand nicht nur das klassische Networking, sondern auch einige sportliche Aktionen mit auf dem Programm. Die Gäste wurden mit Torwandschießen begrüßt und konnten sich im Darts werfen messen. Zwischen den Reden sorgte Trainerin Verena mit einfachen Lockerungs- und Entspannungsübungen für eine angenehme Abwechslung.**

Nach den aktuellen Informationen aus dem Rathaus erhielt auch die TSG die Gelegenheit, sich vorzustellen. Eine gute Gelegenheit, um aufzuzeigen, in welchen Bereichen die TSG Partner für Unternehmen sein kann. Ein Thema ist der Gesundheitssport oder Firmenfitness (Stichwort BGM). Dank hochqualifizierter Trainerinnen und Trainer kann die TSG Kurse wie Rückenschule oder Entspannungsprogramme anbieten, auch direkt vor Ort im Unternehmen. Während Corona wurde bereits erfolgreich die „bewegte Mittagspause“ online angeboten. Das Programm umfasste 15 Minuten leichte Lockerungs- und Dehnungsübungen für Büro-Mitarbeiter an ihrem Arbeitsplatz. So etwas ist jederzeit wieder möglich.

Seit September 2023 ist die TSG Partner von Hansefit, einem Unternehmen für Firmenfitness. Mitarbeiter mit einer Hansefit-Mitgliedschaft können nun die vielfältigen Sportangebote der TSG nutzen, sei es vor Ort oder online während Dienstreisen. Die TSG bietet im Rahmen dieser Partnerschaft 28 Stunden pro Woche an. Doch die TSG entwickelt sich nicht nur als Fitnessanbieter, sondern auch als attraktive Location für Firmen- und Mitarbeiter-Events. Vom sportlichen Teambuilding über Sommerfeste bis hin zu Weihnachtsfeiern bietet die TSG zahlreiche Möglichkeiten. Die Kegelbahn, der Billardraum und der Darts-Raum stehen für abwechslungsreiche Events bereit.

Unternehmen haben zudem die Möglichkeit, die TSG als attraktiven Werbepartner zu nutzen. Das TSG-Magazin, das zweimal im Jahr erscheint und an alle Haushalte in Roth verteilt wird, bietet eine reichweitenstarke Plattform. Mit einer Auflage von 12.000 Stück und zusätzlich über 1.300 Download-Links ist es eine kosteneffiziente Alternative zu klassischen Stellenanzeigen. Nach dem informativen Teil des Unternehmerfrühstücks genossen die Teilnehmenden ein leckeres Buffet und die Gelegenheit, Kontakte zu knüpfen und sich auszutauschen. ☞ *Astrid Else*

## Schweißtreibend und angesagt: Indoor Cycling

**Die TSG 08 Roth verfügt seit einiger Zeit über einen neuen Trainingsraum: Im ehemaligen Kraftraum sind jetzt elf Indoor-Bikes zu finden.**

„Einfach mal ausprobieren“ dachte sich Ursula Böhm und hat sich von Trainer Mirko alles ganz genau erklären lassen. Zuerst mal die richtige Einstellung des Sportgeräts: Lenker und Sattel bilden eine Achse und müssen individuell angepasst werden. Das Indoor-Cycling Bike hat die Besonderheit, dass es über ein so genanntes Schwungrad und einen Permanentantrieb verfügt, so dass man immer in Bewegung bleibt. Also heißt es unentwegt Treten. Wer doch mal eine Pause braucht, der kann die Bremse ziehen.

Das Training gliedert sich in drei Abschnitte mit unterschiedlichen Anforderungen. Dazwischen gibt es jeweils eine Erholungsphase, in der zwar weiter in die Pedale getreten wird, aber Tempo beziehungsweise Widerstand reduziert werden. Zum Abschluss gibt es noch Dehnübungen. Wichtig ist: Genügend trinken, wenigstens in den Erholungsphasen, denn das Training ist eine schweißtreibende Angelegenheit. Von der Theorie zur Praxis: Neben mir ist eine weitere Anfängerin dabei. Das ist kein Problem. Mirko bildet mit uns ein Team und schickt alle anderen Teilnehmer „auf die Reise“. Er gibt während des Trainings Anweisungen, kündigt im Vorfeld die nächste Phase an. Er hat jede Leistungsgruppe im Blick und sorgt dafür, dass jede und jeder auf dem passenden Level unterwegs ist. Der Widerstand am Bike ist individuell einstellbar und kann während der Fahrt angepasst werden. Die Gruppe trainiert zusammen, kann aber leistungsmäßig buntgemischt sein und trotzdem fühlt sich niemand über- oder unterfordert. Das ist ein Clou des Indoor-Cyclings: Auch Anfänger und nicht so Sportliche können super mitmachen.

Los geht es: Start und Fahrt aufnehmen ist im Sattel. Die erfahrenen Teilnehmer gehen bald ins Stehen über, wechseln dafür die Griffposition am Lenker. Es folgen „Jumps“ und „Waverides“, alle zählen laut mit. Die Beats der Musik, die Gruppendynamik, die wechselnden Farben des Lichts – schnell bin ich mittendrin und lasse mich mitreißen. Ich werde mutiger, trete schneller bei höherem Widerstand. Es macht großen Spaß und ich halte die gesamte Stunde durch. Wir steigen von den Rädern und dehnen uns zum Abschluss. Ich fühle mich gut, irgendwie beflügelt und beschließe, in der nächsten Woche wieder zu kommen. ☞ *Ursula Böhm*

## Aktiv mit Demenz – Bewegung und Spaß für Betroffene und ihre Angehörigen

Jeden Donnerstag, am späten Nachmittag, trifft sich eine Gruppe von an Demenz Erkrankten und deren Angehörigen bei der TSG 08 Roth. Die meisten Teilnehmenden kommen mit Partner. Eine Teilnehmerin wird von ihrer Tochter begleitet. Eine Übungsleiterin, unterstützt von einer weiteren Person, leitet den Kurs an. Ursula Böhm durfte mit dabei sein und erlebte eine besondere Stunde.

Los geht's: Alle werden mit Namen begrüßt und nehmen im Stuhlkreis Platz. Am Anfang der Stunde steht immer das gleiche Lied: „Die Gymnastik, die brings“. Ein Lied, zu dem sich im Sitzen bewegt wird. Die letzte Strophe wird immer am Ende der Stunde gesungen.

In jeder Stunde kommen Kleingeräte zum Einsatz. Bei der Schnupperstunde sind es zunächst Igelbälle: Drei an der Zahl mit unterschiedlichen Farben. Erst wandert ein Ball im Kreis, ein zweiter kommt in entgegengesetzter Richtung dazu, dann ein Dritter. Es wird gelacht, Alle haben offensichtlich Spaß.

Es folgen verschiedene Übungen mit großen leeren Joghurtbechern und Tischtennisbällen. Das Auffangen der Bälle mit dem Becher ist gar nicht so einfach. Besser geht es, den Ball vom Becher in der linken Hand in den Becher der rechten Hand zu kippen.

Die Übungsstunden haben einen festen Rahmen, aber keinen starren Ablauf. Manchmal geht es anders weiter als ursprünglich geplant, die Reaktion der Teilnehmenden auf eine Übung oder spontane Ideen werden berücksichtigt.

Zentrale Inhalte der Stunde sind Bewegung und Konzentration, Aktion und Reaktion, aber auch Spaß und Austausch. Es findet sich immer Zeit, einander aus dem Alltag zu erzählen. Dehn- und Entspannungsübungen runden die sportliche Stunde ab. Mir fällt spontan ein kurzes

Lied, kombiniert mit ein paar Fingerbewegungen ein – es kommt gut an und wieder wird herzlich gelacht.

Beendet wird die Stunde mit einer Strophe aus dem Bewegungslied: „Das Heben der Schultern, das ist nicht so leicht. Und nun sagen fast Alle: Für heute, da reicht's!“

Die Bedürfnisse jedes Einzelnen sind in der Sportstunde wichtig. Die Angehörigen sind immer unterstützend tätig. Dabei geht es weniger um Leistung, als vielmehr um die Stärkung des Selbstbewusstseins der Teilnehmer, das Erleben eines positiven Miteinanders und Spaß in der Gemeinschaft.

Eine Angehörige erzählt: „Meine Mutter geht sehr gerne hin. Auch für mich ist der Kontakt mit anderen Betroffenen hilfreich. Mama findet es besonders toll, wenn die Übungen mit Musik gemacht werden. Dann hüpfte sie herum wie eine „Junge“. Wir haben auch schon Sirtaki getanzt und eine Polonaise gemacht. In der Vorweihnachtszeit wurden Weihnachtslieder gesungen und zum Jahresabschluss gab es eine Weihnachtsgeschichte. Einige Übungen aus der Stunde machen wir auch daheim. Besonders wichtig ist auch „unser“ Lied mit dem Refrain „Die Gymnastik, die brings“. Sogar Mama kann sich den Refrain merken und singt immer mit. Interessant auch, wenn Mama daheim nicht gut drauf ist, in der Gymnastik ist sie immer gut gelaunt.“

Eine bessere Werbung für dieses Angebot kann es gar nicht geben. Es sind noch Plätze frei.

Info: Die Stunde „Aktiv mit Demenz“ findet immer donnerstags von 16.30 Uhr bis 17.30 Uhr im Gymnastikraum 2 bei der TSG statt. Eine Schnupperstunde ist möglich. Kontakt und Anmeldungen über [fit.aktiv@tsg08-roth.de](mailto:fit.aktiv@tsg08-roth.de).

Unsere Sportstunden für die Generation Silber im Überblick (Die genauen Trainingszeiten finden Sie hinten im Magazin)						
	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Sa. + So.
Vormittag		Age Aerobic/ Fit in den Tag	Ju Jutsu für Lebensältere			Privatverein
		Age Aerobic/ Fit in den Tag	Rückenworkout			Stocksport
Nachmittag	Senioren- gymnastik	Kegeln		Kegeln	Damengymnastik 60 +	Privatverein
	Senioren- gymnastik	Sicher mit dem E-Bike (Einzeltermine)		Aktiv mit Demenz		Stocksport
Abend	Herrengymnastik 50 +	Kegeln	Leichtathletik Seniorenfitness	Sanftes Rückentraining	Damengymnastik 60 +	Privatverein
	Leichtathletik Ausdauer		Stocksport	Kegeln		
	Pool Billard			Snooker Billard		

## Tendenz steil bergauf: Zahl der Demenzerkrankungen steigt mit demografischem Wandel

**Aktuell leben in Deutschland nach Angaben des Bund-Länder-Demografie-Portals rund 1,8 Millionen Menschen mit einer Demenz. Die Tendenz ist aufgrund des demografischen Wandels steigend. Schätzungen zufolge werden es im Jahr 2050 etwa 2,8 Millionen sein. Wir wollen einen Überblick darüber geben, was Demenz ist, wie man vorbeugen und bestmöglich mit dem Verlauf umgehen kann.**

Bis zu einem gewissen Grad ist Vergesslichkeit im Alter normal. Von einer Demenz spricht man erst, wenn über mehrere Monate hinweg ohne andere gesundheitliche Ursachen Gedächtnisfunktionen, Denk- und Urteilsvermögen, Lernfähigkeit, zeitliche oder örtliche Orientierung oder die Kommunikationsfähigkeit so gemindert sind, dass sie Alltagsaktivitäten beeinträchtigen und eine Verschlechterung im Vergleich zum vorherigen Zustand darstellen. Auch Veränderungen im Verhalten, in Persönlichkeitseigenschaften, in Antrieb und Stimmung (Unruhe, Ängstlichkeit, depressionsähnliche Zustände) können vorkommen. Dabei müssen nicht alle der genannten Kriterien erfüllt sein, damit es sich um eine Demenz handelt. Entscheidend ist, dass der Alltag durch die auftretenden Symptome deutlich beeinträchtigt ist. Wichtig zu wissen: Demenz ist keine einheitliche Erkrankung, sondern ein Sammelbegriff für verschiedene Formen von Gedächtnisstörungen (zum Beispiel Alzheimer-Krankheit, vaskuläre Demenz, frontotemporale Demenz).

### Risiko begrenzen

Entgegen sich hartnäckig haltender Gerüchte spielt die Erbllichkeit bei Demenzerkrankungen nach bisherigen Erkenntnissen eine eher untergeordnete Rolle. Der größte Risikofaktor für Demenz ist schlichtweg das Alter. Bei den 85- bis 89-Jährigen sind 21,9 Prozent betroffen. Auch das Geschlecht ist ausschlaggebend: Frauen haben ein höheres Erkrankungsrisiko als Männer. Neben diesen beiden kaum beeinflussbaren Faktoren gibt es aktive Vorbeugemöglichkeiten.

#### **Beeinflussbare günstige Faktoren/Prävention sind:**

Körperliche und geistige Aktivität, Pflege von Sozialkontakten, gesunde Ernährung (z.B. mediterrane Kost).

#### **Beeinflussbare ungünstige Faktoren/Risiken sind:**

Unbehandelter Bluthochdruck, unbehandelter Diabetes mellitus, unbehandelte erhöhte Cholesterinwerte, übermäßiger Alkoholkonsum, Rauchen, Übergewicht (v.a. BMI > 30), unbehandelte Depression, unbehandelte Schädelhirnverletzungen, unbehandelte Vitamin- und Hormonmangelzustände.

### Wer rastet, der rostet

Besonders eindrücklich sind die wissenschaftlichen Belege für die positive Wirkung von Sport. Bewegung in jungen Jahren kann das Erkrankungsrisiko bedeutsam senken. Bewegung hat aber auch einen positiven Effekt bei beginnender Demenz. So konnte unter anderem ein Kölner Forschungsprojekt zeigen, dass selbst Menschen im Anfangsstadium einer Demenz, die nie viel Sport getrieben haben, durch



dann begonnenes Training das Fortschreiten der Erkrankung bremsen konnten. Neben einem vermuteten direkten Einfluss von Bewegung auf die Gedächtnisleistung werden auch indirekte Effekte angenommen. Wer Sport treibt, hat oft mehr Sozialkontakte, weniger kardiovaskuläre Risikofaktoren und so weiter.

### Verlauf verlangsamen, Lebensqualität erhalten

Für die Mehrzahl der Demenzerkrankungen gibt es derzeit noch keine Therapie, die zur Heilung führt. Deshalb liegt das Hauptziel der Behandlung darin, den Verlauf zu verlangsamen und die Lebensqualität zu verbessern. Unabhängig von der medikamentösen oder psychotherapeutischen Behandlung ist es wichtig, die verbliebenen Fähigkeiten der Betroffenen im Alltag so gut wie möglich zu erhalten. Leistungsdruck sollte allerdings nach Möglichkeit vermieden werden.

### Frühzeitige Diagnose hilft

Hilfreich ist in jedem Fall eine frühzeitige Diagnose. Wenn die Betroffenen ausgeprägte Symptome zeigen, sind viele Nervenzellen bereits unumkehrbar geschädigt. Daher sollten Angehörige – so schwer es auch fällt – bereits erste Verdachtsmomente ruhig und einfühlsam mit den Betroffenen besprechen. Die Erstdiagnose erfolgt oft durch die Hausarztpraxis, zusätzlich sollte aber eine Facharzt-Einschätzung (Neurologie, Psychiatrie) eingeholt werden. Auch Gedächtnisambulanzen wie die Gedächtnissprechstunde im Nordklinikum Nürnberg sind eine gute erste Anlaufstelle.

### Auch Angehörige brauchen Hilfe

Was oft völlig vernachlässigt wird, ist, wie es den Angehörigen von Demenzpatienten geht. Für sie entsteht in der Regel starker emotionaler Stress und nicht selten auch eine körperliche Überlastung. Nur mit einer gesunden Selbstfürsorge können sie den Betroffenen auf lange Sicht eine echte Unterstützung sein. Angeleitete Angehörigengruppen und verhaltenstherapeutische Begleitung haben sich laut Studienlage gut bewährt. Darüber hinaus ist es wichtig, sich Hilfe zu organisieren. Neben Haushaltshilfen, Pflegestellen und -diensten gibt es auch ehrenamtliche Betreuungsangebote oder Nachbarschaftshilfen. Kranken- und Pflegekassen sowie die Deutsche Alzheimer Gesellschaft informieren über Unterstützungsangebote vor Ort.

( Silvia Seidl)



## Jugendlicher Faschingspaß und Erfolgreiches Kinderfaschingsevent

### Erstmals ein Jugendfasching

Am 27. Januar begeisterte der erste Jugendfasching der TSG. Die Kids im Alter von 10 bis 15 Jahren feierten ausgelassen und verwandelten den Abend in eine unvergessliche Party. Tanz, Spaß und Spiele sorgten für beste Unterhaltung, wobei die erstaunliche Schnelligkeit beim Liederraten beeindruckte.

Die Stimmung erreichte ihren Höhepunkt durch die mitreißenden Auftritte der TSG-Tanzgruppe „Fluffy“ und dem bezaubernden Tanzmariechen Hannah vom RCV. Gemeinsam wurde ein mitreißender Mitmachtanz präsentiert. Für viele der jungen Gäste war es die erste Party mit beeindruckenden Lichteffekten und Nebel, ganz ohne die Anwesenheit der Eltern. Der Erfolg des Abends ist unbestreitbar – eine Wiederholung im nächsten Jahr ist bereits jetzt garantiert.



## Kinderfasching für die Kleinen

Der Sonntag stand dann ganz im Zeichen fröhlichen Kinderlachens, als die jüngsten Mitglieder des Vereins gemeinsam mit ihren Eltern den Kinderfasching feierten. Die Nutrichem-Halle war prall gefüllt, und die Kinder hatten sichtlich Spaß an den vielfältigen Spielen und Aktivitäten.

Ein beeindruckendes Kuchenbuffet, leckere Crepes und mehr sorgten für die nötige Energie, während die Auftritte der TSG-Gruppen „Tanzkrümel“ und „Dancing Stars“ sowie der „Krümelgarde“ und des Tanzmariechens Jasmin des RCV für begeisterte Gesichter sorgten. Der Kinderfasching war ein voller Erfolg und zeigte erneut, dass die Veranstaltung bei Jung und Alt gleichermaßen beliebt ist.

# SPORT FESTIVAL

**02. Juni 2024**

**11 – 18 Uhr im SPECK-Sportpark**



**Ein Tag für die ganze Familie!**

**über 20 Sportarten ausprobieren,  
Bubble-Soccer, Kinderaktion LöwenSTARK,  
Vorführungen, Airtrackbahn, Hüpfburg,  
Hindernislauf, Geselligkeit,  
leckeres Essen und Trinken**



Infos unter: [www.tsg08-roth.de](http://www.tsg08-roth.de)

# Unsere Angebote: Von A – Z ...

# ... und nach Alter →

	Seite		Seite
<b>A</b> Aerobic/ Dance Aerobic	22	<b>L</b> Leichtathletik	46
Age-Aerobic/ Fit in den Tag	30	<b>M</b> Mama-Workout	19
Autogenes Training	29	<b>P</b> Parkour und Free-Running	33
<b>B</b> Badminton	38	Pilates für Einsteiger/mit Vorkenntnissen	24
Ballschule	36	<b>Q</b> Qi Gong	29
Billard	38	<b>R</b> Reiten	34
Bodyshape	20	Rücken-Workout	24
Bodystyling	21	<b>S</b> Schwimmkurse/TSG-Schwimmschule	36
Body-Workout	20	Seniorengymnastik	30
Boogie	40	Slings in rhythm / Sling Training	19
Boxen (Fitnessboxen)	23	Step-Aerobic	22
Boxen für Kinder und Jugendliche	34	Stocksport	46
<b>C</b> Cross-Activ-Training	21	<b>T</b> Tae-Bo	22
<b>D</b> Damengymnastik 60+	31	Tai Chi	28
Darts	40	Tanzen	
Demenzsportgruppe	31	Ballett Erwachsene	26
<b>E</b> E-Bike-Workshop	30	Ballett Kinder	35
Eltern-Kind-Turnen	32	Dance Mix Erwachsene	26
<b>F</b> Fit durchs Jahr	22	Dance Mix Kinder/Jugendliche	35
Fit mit dem Kinderwagen	19	Flying Moves	26
Fitnesszirkel	20	Hip Hop – Streetdance	34
FitRobic	22	Kindertanz	35
Functional Flow	20	Line-Dance und mehr	26
Fußball	42	Tischtennis	48
<b>H</b> Herrengymnastik 50+	31	Triathlon	48
HIT-Training	21	Turnen	32
Hockey-Floorball	34	<b>V</b> Volleyball	50
<b>I</b> Indoor-Cycling	18	<b>W</b> Wandern (Privatverein)	52
<b>J</b> Jonglieren	23/33	Wettkampfturnen	33
Ju-Jutsu	44	<b>Y</b> Yoga	28
<b>K</b> Kegeln	44	<b>Z</b> Zumba	27
Kinderturnen	32		
Kindersport 4 bis 8 Jahre	36		





## fit+aktiv

### Über 75 Stunden Sport pro Woche

Astrid Elsel  
Leiterin Sportbereich fit+aktiv

Im Frühjahr-Sommer-Programm erwarten euch einige neue Angebote. Mit „Mama-Workout“ und „Fit mit dem Kinderwagen“ bieten wir gleich 2 tolle Stunden für junge Mütter an. Alle Tanzbegeisterten können sich über „Line-Dance und mehr“ und zwei „Zumba-Specials“ freuen. Für Fitness-Enthusiasten halten wir mit dem „Fitness-Zirkel“ und „Cross-Activ-Training“ sogar drei neue Stunden bereit. Eine davon ist speziell auf Jugendliche zugeschnitten, während ältere Teilnehmer herzlich zu unserer zusätzlichen Stunde Seniorengymnastik eingeladen sind.

Als TSG-Mitglied habt ihr die Möglichkeit, alle Dauerangebote (D) jederzeit durch Vorzeigen eurer Mitgliedskarte zu besuchen. Zusätzlich stehen auch Kurse zur Verfügung, die von Nicht-Mitgliedern gebucht werden können. Aktuelle Programme und Informationen findet ihr auf unserer Website [www.tsg08-roth.de](http://www.tsg08-roth.de). Darüber hinaus lohnt es sich, unseren Social-Media-Kanälen auf Facebook und Instagram zu folgen.

### Erklärung: Legende fit+aktiv

- D** fortlaufendes Dauerangebot, für TSG-Mitglieder kostenfrei
- K** Kurs mit Anmeldung und Zuzahlung, auch für Nicht-Mitglieder
- N** für Nicht-Mitglieder ist die Teilnahme als Kurs möglich
- B** Babies und Kleinkinder können mitgebracht werden (Eigenbetreuung)



## Indoor-Cycling

### Effektives Training zu treibender Musik

**D K N B**

Lauter Musik, fette Beats und ein Instructor, der ordentlich einheizt. Klingt nach einer abgefahrenen Technoparty? Aber nein, es handelt sich hier um ein energiegeladenes Sportprogramm für alle. Indoor-Cycling (oder auch Spinning) bietet die Möglichkeit, sich zu verschiedenen Belastungsintensitäten auspowern, wobei Spaß und Freude an Bewegung eine große Rolle spielen. Angenehme Nebeneffekte sind Fitness, ein stabiles Immunsystem und Zufriedenheit. Auch für Anfänger geeignet.

#### Dienstag, 16:30 – 17:30 Uhr

Ort: Indoor-Cycling-Raum

15.03. – 14.05.24

11 x, TSG-Mitglieder 38,50 €, Nicht-Mitglieder 88 €

21.05. – 30.07.24

11 x, TSG-Mitglieder 38,50 €, Nicht-Mitglieder 88 €

Instructorin: Nina Moldenhauer

#### Mittwoch, 16:30 – 17:30 Uhr

Ort: Indoor-Cycling-Raum

06.03. – 15.05.24 (nicht am 01.05.)

10 x, TSG-Mitglieder 35 €, Nicht-Mitglieder 80 €

22.05. – 31.07.24 (nicht am 19.07.)

10 x, TSG-Mitglieder 35 €, Nicht-Mitglieder 80 €

Instructor: Mirko Heinemann

#### Freitag, 17:00 – 18:00 Uhr

Ort: Indoor-Cycling-Raum

08.03. – 17.05.24 (nicht am 29.03.)

10 x, TSG-Mitglieder 35 €, Nicht-Mitglieder 80 €

24.05. – 02.08.24 (nicht am 21.07.)

10 x, TSG-Mitglieder 35 €, Nicht-Mitglieder 80 €

Instructor: Mirko Heinemann

Anteilige Buchung und Einstieg in laufenden Kurs möglich

**Achtung: Neuer Indoor-Cycling-Raum!**

Hinterer Eingang, Untergeschoss, rechts am Ende des Flures.

Kursanmeldung: [www.tsg08-roth.de](http://www.tsg08-roth.de) oder [fit.aktiv@tsg08-roth.de](mailto:fit.aktiv@tsg08-roth.de)



## slings® in rhythm



D K N B

slings® in rhythm verbindet dynamische Bewegungsabläufe im Rhythmus der Musik mit Stabilisationsübungen an den Seilen. Der stetige Wechsel zwischen fließender Bewegung und rumpfstabilisierenden Übungen, trainiert neben dem muskulären System auch das Herz-Kreislaufsystem. Dabei werden die Bewegungssequenzen methodisch klar, Schritt für Schritt aufgebaut, sodass jeder Teilnehmer in seinem individuellen Intensitätsniveau trainieren kann – auch innerhalb der Kräftelemente. Der Teilnehmer erlebt ein abwechslungsreiches, herausforderndes, völlig neuartiges Workout, während die Schlingen für den notwendigen Trainingsreiz sorgen.

### Dienstag, 18:30 – 19:30 Uhr

Gymnastikraum I, SPECK-Sportpark

05.03. – 07.05.24 (nicht am 26.03., 02.04.)

8 x, kostenfreies Dauerangebot für TSG-Mitglieder, Nicht-Mitglieder 52 €  
04.06. – 23.07.24

8 x, kostenfreies Dauerangebot für TSG-Mitglieder, Nicht-Mitglieder 52 €

Trainerin: Verena Bauer · Mitbringen: Matte, Getränk. Begrenzte Plätze.

Teilnehmer aus vorherigem Kurs werden bei der Anmeldung bevorzugt.

## Sling Training

D K N B

Sling Training ist ein Ganzkörper-Workout, bei dem das eigene Körpergewicht als Trainingswiderstand mit Einsatz eines unelastischen Gurt- und Seilsystems im Stehen, Liegen, Sitzen oder Knien zum Einsatz kommt. Somit wird ein Muskelaufbau erzielt und gleichzeitig auch Flexibilität, Gleichgewicht und Stabilität trainiert. Die Belastungsstufen können individuell, durch Veränderung der Körperposition zum Aufhängungspunkt schnell und einfach geändert werden.

### Dienstag, 19:45 – 20:45 Uhr

Gymnastikraum I, SPECK-Sportpark

05.03. – 07.05.24 (nicht am 26.03., 02.04.)

8 x, kostenfreies Dauerangebot für TSG-Mitglieder, Nicht-Mitglieder 52 €  
04.06. – 23.07.24

8 x, kostenfreies Dauerangebot für TSG-Mitglieder, Nicht-Mitglieder 52 €

Trainerin: Verena Bauer

Mitbringen: Matte, Getränk. Begrenzte Plätze.

Teilnehmer aus vorherigem Kurs werden bei der Anmeldung bevorzugt.

## Mama-Workout

### Beckenbodentraining und mehr

D K N B

Mama-Workout ist der perfekte Begleiter für frischgebackene Mütter. Inhaltlich fokussieren wir uns auf:

- Gezieltes Beckenbodentraining / Vorbeugung und Linderung v. Inkontinenz
- Übungen für die Körpermitte zur Verbesserung der Stabilität und Balance
- Rückenstärkung und Bauchstraffung für ein selbstbewusstes Körpergefühl
- Spezielle Schulungen wie Haltungsschulung
- Wahrnehmungsübungen und Entspannungstechniken

Egal, ob du vorher sportlich aktiv warst oder nicht, wir unterstützen dich beim sportlichen Wiedereinstieg. Starte jetzt mit uns in eine fitte Mama-Zeit! Für die Teilnahme an dem Kurs sollte Deine Schwangerschaft und Geburt mindestens 6 Wochen zurück liegen. Dein Baby darf dabei sein.

### Dienstag, 10:30 – 11:30 Uhr

Tanzraum, SPECK-Sportpark

09.04. – 28.05.2024 (nicht am 07.05.)

7 x, TSG-Mitglieder 63 €, Nicht-Mitglieder 91 €

04.06. – 16.07.2024

7 x, TSG-Mitglieder 63 €, Nicht-Mitglieder 91 €

Trainerin: Nicole Stumpf

**NEU**

## Fit mit dem Kinderwagen

### Outdoor-Kurs nach der Rückbildung

D K N B

Schnapp dir dein Baby, den Kinderwagen oder die Trage und dann raus an die frische Luft! Denn jetzt wird geschoben, geschwitzt und gelacht! Du trainierst dein Herz-Kreislaufsystem, stärkst deine Muskeln, straffst deinen Bauch und festigst dein Bindegewebe. Du kommst so richtig in Schwung und die Schwangerschaftspfunde zum Schmelzen. Dein Baby guckt dir vom Wagen aus zu, spielt oder schläft. Für Mütter nach der Rückbildung und ab der 8. Woche nach einer Spontangeburt bzw. ab der 12. Woche nach einem Kaiserschnitt.

### Dienstag, 09:00 – 10:00 Uhr

Treffpunkt: Stadtgarten Seebühne

(bei schlechtem Wetter: Nutrichem-Halle, SPECK-Sportpark)

09.04. – 28.05.2024 (nicht am 07.05.)

7 x, TSG-Mitglieder 77 €, Nicht-Mitglieder 49 €

04.06. – 16.07.2024

7 x, TSG-Mitglieder 77 €, Nicht-Mitglieder 49 €

Trainerin: Nicole Stumpf

**NEU**



## Body-Workout D K N B Muskelkräftigung Anfänger/Fortgeschrittene

In dieser Stunde werden gezielt Bauch, Beine, Po und Rücken trainiert. Abwechslungsreich kommen Gewichte, Thera-Bänder oder Bälle zum Einsatz. Zum Schluss wird die Stunde mit gezielten Dehnübungen abgerundet. Das Ganzkörper-Fitnessstraining ist für alle Altersgruppen geeignet und richtet sich an Frauen und Männer. Vormittags können Babys und Kleinkinder in Eigenbetreuung mitgebracht werden.

**Montag, 10:00 – 11:00 Uhr** B

Gymnastikraum II, SPECK-Sportpark

08.04. – 08.07.24 (für MG bis 22.07.) (nicht am 20./27.05.)

12 x, kostenfreies Dauerangebot für TSG-Mitglieder, Nicht-Mitglieder 96 €  
Trainerin: Ingrid Schneider



**Mittwoch, 11:15 – 12:15 Uhr** B

Gymnastikraum II, SPECK-Sportpark

(Aktuell voll belegt, keine Neuzugänge)

10.04. – 24.07.24 (nicht am 01./22./29.05., 19.06.)

12 x, kostenfreies Dauerangebot für TSG-Mitglieder, Nicht-Mitglieder 96 €  
Trainerin: Ingrid Schneider



**Zertifizierter Kurs! Eine Rückerstattung der Kursgebühr durch die Krankenkasse ist möglich.**

## Bodyshape D K N B

Body-Shape ist ein abwechslungsreiches, effektives Ganzkörperprogramm und Kräftigungstraining für alle Muskelpartien. Einfache und vielfältige Übungen mit dem eigenen Körpergewicht sowie mit Kleinhanteln, Bällen, Thera-Bändern etc. helfen dabei, die Intensität zu variieren. Mamas (nach der Rückbildung) oder Papas mit Babys sind auch herzlich willkommen und können Kinder in Eigenbetreuung gerne mitbringen.

**Dienstag, 9:00 – 10:00 Uhr**

Gymnastikraum II, SPECK-Sportpark

05.03. – 07.05.24 (nicht am 26.03., 02./16.04.)

7 x, kostenfreies Dauerangebot für TSG-Mitglieder, Nicht-Mitglieder 45,50 €  
04.06. – 23.07.24

8 x, kostenfreies Dauerangebot für TSG-Mitglieder, Nicht-Mitglieder 52 €  
Trainerin: Verena Bauer

## Fitness-Zirkel D K N B

Jetzt geht's rund: Unser Fitness-Zirkel ist ein Ganzkörper-Workout an verschiedenen Stationen, bei dem vor allem die großen Muskeln beansprucht werden und sowohl Kraft als auch Ausdauer, Schnelligkeit, Beweglichkeit, als auch Koordination trainiert werden. Die Intensität kann durch Einsatz von verschiedenen Kleingeräten individuell gewählt werden und daher ist das Training für Anfänger, Fortgeschrittene sowie für jedes Alter geeignet.

**Mittwoch, 19:40 – 20:40 Uhr**

Gymnastikraum II, SPECK-Sportpark

06.03. – 08.05.24 (nicht am 27.3., 03.04., 01.05.)

8 x, kostenfreies Dauerangebot für TSG-Mitglieder, Nicht-Mitglieder 52 €  
05.06. – 24.07.24 (nicht am 19.06.)

7 x, kostenfreies Dauerangebot für TSG-Mitglieder, Nicht-Mitglieder 45,50 €  
Trainerin: Verena Bauer



## Functional Flow D K N B

Stärkung von Muskelketten/Ausdauer. Bei „Functional Flow“ handelt es sich um ein schweißtreibendes Ganzkörper-Workout, bei dem gezielt nur mit dem eigenen Körpergewicht trainiert wird. Die Kombination aus Schnelligkeit und Beweglichkeit stärkt neben der eigenen Fitness auch die Muskulatur und die Gelenke.

**Dienstag, 18:30 – 19:30 Uhr**

Gymnastikraum II, SPECK-Sportpark

09.04. – 16.07.24 (nicht am 07.05.)

14 x, kostenfreies Dauerangebot für TSG-Mitglieder, Nicht-Mitglieder 91 €  
(Einstieg in laufenden Kurs jederzeit möglich)

Trainerin: Nicole Stumpf



## Bodystyling

Fit und straff ist hier das Motto

D K N B

Bodystyling ist ein gezieltes Training zur Kräftigung und Straffung des ganzen Körpers. Der Kurs ist für alle, die den Problemzonen den Kampf ansagen möchten.

### Dienstag, 19:45 – 20:45 Uhr

Tanzraum, SPECK-Sportpark und online über ZOOM  
09.04. – 16.07.24 (nicht am 07.05.)

14 x, kostenfreies Dauerangebot für TSG-Mitglieder, Nicht-Mitglieder 91 €

hybrid

### Donnerstag, 18:30 – 19:30 Uhr

Gymnastikraum I, SPECK-Sportpark

11.04. – 25.07.24 (nicht am 09./30.05., 20.06.)

13 x, kostenfreies Dauerangebot für TSG-Mitglieder, Nicht-Mitglieder 84,50 €  
(Einstieg in laufende Kurse jederzeit möglich)

Trainerin: Nicole Stumpf

## HIT-Training

Hier haben überflüssige Pfunde keine Chance

D K N B

Dieses intensive Intervalltraining richtet sich an fitte Sportler. Das Kraft-Ausdauertraining trainiert das Herzkreislaufsystem und fördert die Fettverbrennung.

### Donnerstag, 19:30 – 20:30 Uhr

Gymnastikraum I, SPECK-Sportpark

11.04. – 25.07.24 (nicht am 09./30.05., 20.06.)

13 x, kostenfreies Dauerangebot für TSG-Mitglieder, Nicht-Mitglieder 84,50 €  
(Einstieg in laufenden Kurs jederzeit möglich)

Trainerin: Nicole Stumpf

## Cross-Active-Training

Funktionales-/Intervalltraining

D K N B

Dieses Draußen-Workout ist echtes Power-Programm! Unser Training zielt auf abwechslungsreiche, intensive und funktionelle Bewegungen ab. Durch die Kombination von Kraft und Ausdauer in verschiedenen Einheiten wie Streckenläufen, Liegestützen und Core-Übungen wird das Herz-Kreislauf-System aktiviert und die gesamte Körpermuskulatur beansprucht.

Darüber hinaus beinhaltet es funktionelles Training, Core-Training, Kettlebell- und freies Gewichtstraining, Ausdauer- und Intervalltraining mit Seilspringen sowie Übungen mit eigenem Körpergewicht und Running. Wir nutzen die natürliche Umgebung für Waldläufe, Treppenläufe, Sprünge über Hindernisse und vieles mehr. Eine gewisse Grundfitness ist empfehlenswert, doch jeder trainiert individuell nach seinen Möglichkeiten – der Spaß steht dabei im Mittelpunkt!

### Jugendliche ab 14 Jahren

Montag, 18:00 – 19:00 Uhr

### Erwachsene

Montag, 19:00 – 20:00 Uhr

NEU

Trainer: Konstantin Gast

Beide Angebote starten ab 04. März 2024 und finden fortlaufend statt (nicht in den Ferien).

Das Cross-Active-Training ist ein kostenloses Dauerangebot für TSG-Mitglieder. Schnuppern ist jederzeit möglich.

Kursanmeldung: [www.tsg08-roth.de](http://www.tsg08-roth.de) oder [fit.aktiv@tsg08-roth.de](mailto:fit.aktiv@tsg08-roth.de)

TSG08Roth

Besuche und folge uns auf facebook und Instagram. Erfahre immer aktuell und zeitnah von unseren Aktionen, neuen Kursen oder Änderungen!



## Step-Aerobic

Ausdauer, Kraft, Koordination

**D** **K** **N** **B**

Step-Aerobic begeistert als ideale Mischung zwischen Ausdauertraining, Krafttraining und Koordination. Mit abwechslungsreichen Schrittkombinationen werden die Bein-, Po- und Bauchmuskulatur sowie das Herz-Kreislaufsystem trainiert und ordentlich Kalorien verbrannt. (Für Einsteiger bis Mittelstufe).

### Dienstag, 19:45 – 20:45 Uhr

Gymnastikraum II, SPECK-Sportpark

09.04. – 23.07.24 (nicht am 31.10.)

14 x, kostenfreies Dauerangebot für TSG-Mitglieder, Nicht-Mitglieder 91 € (anteilige Buchung und Einstieg jederzeit möglich)

Trainer: Uli

## FitRobic

Kondition aufbauen und den Körper straffen

**D** **K** **N** **B**

Mit Grundschritten aus dem Aerobic und motivierender Musik wird eine Choreografie erarbeitet. Gezielte Kräftigungsübungen für Bauch, Beine, Po.

**Montag, 08:45 – 9:45 Uhr** (kein Training in den Schulferien)

Gymnastikraum II, SPECK-Sportpark TSG 08 Roth

Trainerin: Ingrid Schneider

## Fit durchs Jahr

Schwerpunkt „Wintersport“

**D** **K** **N** **B**

Trainiert wird Kondition, Koordination, Beweglichkeit und Kraft. Im Sommer trifft man sich zum Wandern, Radfahren oder Nordic Walking.

**Dienstag, 18:00 – 19:00 Uhr,**

Ort: April – Oktober: Parkplatz der Kreisklinik

Ort: Oktober – April: Grundschule Kupferplatte

Trainer: Hans Ulrich Reinwald

## Aerobic / Dance Aerobic

Effektives Ganzkörpertraining ist wieder im Trend!

**D** **K** **N** **B**

Alles andere als eingestaubt ist der damalige Fitnesstrend aus den 80er-Jahren. Mit aktueller Musik werden Kraft, Flexibilität und Koordination in einem kurzweiligen Ausdauertraining verbessert. Nach der Choreografie folgt ein Workout für Bauch, Beine und Po. Dehnübungen runden die Stunde ab.

### Mittwoch, 18:30 – 19:30 Uhr

Gymnastikraum II, SPECK-Sportpark

06.03. – 08.05.24 (nicht am 27.03., 03.04., 01.05)

8 x, kostenfreies Dauerangebot für TSG-Mitglieder, Nicht-Mitglieder 52 €

05.06. – 24.07.24 (nicht am 19.06.)

7 x, kostenfreies Dauerangebot für TSG-Mitglieder, Nicht-Mitglieder 45,50 €

Trainerin: Verena Bauer

## Tae-Bo

**D** **K** **N** **B**

Tae-Bo, das Original nach Billy Blanks, ist das absolute Fitness-Highlight! Einfache Schritte werden mit Elementen aus verschiedenen Box- und Kicktechniken verbunden, um Ausdauer, Kraft und Schnelligkeit zu trainieren. Verbunden mit schneller Musik ist es Stressabbau und Spaß pur!

### Montag, 18:45 – 19:45 Uhr

Tanzraum, SPECK-Sportpark

08.04. – 22.07.24 (nicht am 20.05.)

15 x, kostenfreies Angebot für TSG-Mitglieder, Nicht-Mitglieder 97,50 € (anteilige Buchung und Einstieg jederzeit möglich)

Trainer: Ray Thomson

Kursanmeldung: [www.tsg08-roth.de](http://www.tsg08-roth.de) oder [fit.aktiv@tsg08-roth.de](mailto:fit.aktiv@tsg08-roth.de)

Leitung: Astrid Elsel



## Fitnessboxen

D K N B

### Stressabbau an Sandsack und Schlagmatte

Beim Fitnessboxen werden alle sportmotorischen Fähigkeiten und Fertigkeiten geschult und trainiert. Die Schwerpunkte liegen im Konditionstraining, im Krafttraining für Arme, Beine, Rücken und Bauch und auf dem boxspezifischen Techniktraining. Boxen verleiht Kraft, Schnelligkeit, Ausdauer, Geschicklichkeit, Koordination und Reaktionsvermögen.

**Mittwoch, 19:15 – 20:45 Uhr**

**Freitag, 18:15 – 19:45 Uhr**

Gymnastikraum I, SPECK-Sportpark

Trainer: Manny Rohde



## Jonglieren

D K N B

### Workshop für Einsteiger von 8 bis 99 Jahren

Wir bieten euch einen Kurs zum Einstieg in die Welt der Jonglage: Diabolo, Devilsticks, Jonglieren mit Bällen und Keulen, Pois und Jongliertellern. Jonglieren ist eine Bewegungskunst, bei der das Gehirn Denken, Handeln, Fühlen und die Koordination von ungewöhnlichen Bewegungen gleichzeitig verarbeiten muss. Deshalb hat es eine enorm positive Wirkung auf das Gehirn. Es belebt und aktiviert den Austausch zwischen den Gehirnhälften. Und gleichzeitig macht es einfach unglaublichen Spaß! Es sind keine Vorkenntnisse nötig.

**Sonntag, 14.04.24, 14:00 – 16:00 Uhr**

NUTRICHEM-Halle, SPECK-Sportpark

TSG-Mitglieder 12 €, Nicht-Mitglieder 24 €

Trainer: Johannes Pleier, Daniel Plaschke

## Komm in unser AZUBI-TEAM als

**Konstruktionsmechaniker Feinblechbautechnik** (m/w/d)

**Schilder- und Lichtreklamehersteller** (m/w/d)

**Elektroanlagenmonteur** (m/w/d)

**Technischer Systemplaner** (m/w/d)

**Industriekaufleute** (m/w/d)



220

# TEAMPLAYER

... realisieren mit Sportsgeist und viel Herzblut strahlende Werbe-Auftritte – große und kleine, auf der Langdistanz und im Sprint, auf dem Boden und in schwindelnder Höhe.

... freuen sich über neue Teammitglieder – egal ob Nachwuchs oder Vollprofi.

**guttenberger+partner GmbH**

Neumarkter Straße 135

D-92342 Freystadt

Telefon +49 9179 9449-0

[www.guttenberger-partner.com](http://www.guttenberger-partner.com)

[info@guttenberger-partner.com](mailto:info@guttenberger-partner.com)





## Rücken-Workout Präventives Gesundheitstraining

**D K N B**

Dieses ganzheitliche Rückentraining fordert Ihre Rückenmuskulatur und fördert die Gesundheit Ihrer Wirbelsäule. Wir achten auf Körperwahrnehmung, Mobilisation, Stabilisation, Lockerungen, Entspannungsübungen, sowie Informationen zu Haltung und rückengerechtem Alltagsverhalten.

**Montag, 17:10 – 18:10 Uhr**

**Montag, 18:20 – 19:20 Uhr**

**Montag, 19:30 – 20:30 Uhr**

Gymnastikraum II, SPECK-Sportpark

08.04. – 08.07.24 (nicht am 20./27.05.)

12 x, TSG-Mitglieder 30 €, Nicht-Mitglieder 96 €

Trainerin: Yvonne Mierlein



**Mittwoch, 08:45 – 09:45 Uhr**

**Mittwoch, 10:00 – 11:00 Uhr**

Gymnastikraum II, SPECK-Sportpark

10.04. – 24.07.24 (nicht am 1./22./29.5., 19.6)

12 x, TSG-Mitglieder 30 €, Nicht-Mitglieder 96 €

Trainerin: Ingrid Schneider



## Sanftes Rückentraining

**Donnerstag, 17:30 – 18:30 Uhr**

Gymnastikraum II, SPECK-Sportpark

11.04. – 18.07.24 (nicht am 09./30.05., 20.06.)

12 x, TSG-Mitglieder 30 €, Nicht-Mitglieder 96 €

Trainerin: Lydia Wunsch



**Kurse mit diesem Zeichen  
sind zertifizierte Kurse!**

Erstattung/Bezuschussung der  
Kurskosten durch die Kranken-  
kasse ist möglich!

Hinweis: Rückenurse teilweise voll belegt.  
Teilnehmer aus vorherigem Kurs  
werden bei der Anmeldung bevorzugt

## Pilates

**D K N B**

Pilates ist ein ruhiges, fließendes und ganzheitliches Körpertraining vor allem der tief liegenden Muskelgruppen. Es soll Rückenschmerzen durch eine neue verbesserte Körperhaltung gegensteuern. Rumpf und Beckenboden werden gezielt angesprochen. Durch die Aktivierung dieses Kraftzentrums (Powerhouse) werden Taille und Hüfte - sozusagen als Nebenwirkung - schlanker. Pilates bringt Muskeln und Gelenke wieder in Schwung, ohne sie zu belasten.

**Dienstag, 09:45 – 10:45 Uhr**

**mit Vorkenntnissen**

Gymnastikraum I, SPECK-Sportpark

09.04. – 23.07.24 (nicht am 21./28.05.)

14 x, TSG-Mitglieder 35 €, Nicht-Mitglieder 112 €

Trainerin: Liza Krasemann

**Donnerstag, 09:00 – 10:00 Uhr**

**für Einsteiger und mit Vorkenntnissen**

Gymnastikraum II, SPECK-Sportpark

07.03. – 18.07.24, findet an folgenden Terminen statt:

07.03./14.03./11.04./18.04./02.05./06.06./13.06./04.07./11.07./18.07.24

10 x, TSG-Mitglieder 25 €, Nicht-Mitglieder 80 €

Trainer: Verena Bauer

**Donnerstag, 18:30 – 19:30 Uhr**

**für Einsteiger**

Gymnastikraum II, SPECK-Sportpark

11.04. – 25.07.24 (nicht am 09./23./30.05., 20.06.)

12 x, TSG-Mitglieder 30 €, Nicht-Mitglieder 96 €

Trainerin: Liza Krasemann

Anteilige Buchung und Einstieg in laufende Kurse sind jederzeit möglich.

**Kursanmeldung: [www.tsg08-roth.de](http://www.tsg08-roth.de) oder [fit.aktiv@tsg08-roth.de](mailto:fit.aktiv@tsg08-roth.de)**

# HIGHLIGHTS 2024

BEI UNS GEHT'S HEIß HER!

STADT  
ROTH

- 9. März Bar-ROTHation
- 16. - 24. März 31. Rother Bluestage
- 20. - 21. April Rund ums Rad
- 26. - 29. April Rother Frühlingfest
- 22. - 23. Juni MEMMERT Rothsee-Triathlon
- 4. - 8. Juli DATEV Challenge Roth Triathlon
- 20. Juli - 11. Aug. Rother Schlosshofspiele
- 26. - 28. Juli Roth bei Nacht – Abendführungen
- 9. - 13. Aug. Rother Kirchweih
- 8. Sept. Altstadtfest
- 20. Sept. Feier „40 Jahre Triathlon in Roth“
- 27. Sept. AbendROTH
- 21. Nov. - 8. Dez. Rother Christkindlesmarkt



www.stadt-roth.de  
roth\_de

Foto: Christoph Raithe



Die **KÜCHEN**  
PLANER  
habicht + sporer

## Wow! So leicht geht's zur Traumküche!

- Gerne beraten wir Sie im Küchenstudio – oder ganz entspannt bei Ihnen zu Haus.
- Besuchen Sie unser 3D-Küchenkino!
- Erleben Sie unsere Kochkurse mit Profiköchen!



Glidestraße 2  
91154 Roth

Tel.: (+49) 9171 85050-0  
www.diekuechenplaner.de

Hirschaid · Nürnberg · Fürth · Roth



## Line-Dance und mehr Tanzen ohne Partner

**NEU**

**D K N B**

Entdecke die Freude am Tanzen bei unserem Kurs „Line-Dance und mehr“! Wir bieten eine vielfältige Auswahl an Kreis-, Line- und Blocktänzen auf nationaler und internationaler Musik, Schlager sowie Boogie-Musik (kein Country). Dieser Tanz ist perfekt für Einzelpersonen, die gerne tanzen und sich zur Musik bewegen möchten, ohne einen festen Partner zu haben. Tanzen fördert nicht nur die körperliche Gesundheit, sondern bringt auch Freude in die Seele. Jeder Muskel ist in Bewegung, und zusätzlich wird das Gehirn trainiert. Sei dabei und erlebe die positive Energie des Tanzens!

### Dienstag, 09:00 – 10:00 Uhr

Tanzraum, SPECK-Sportpark

12.03. – 14.05.24

10 x, TSG-Mitglieder 20 €, Nicht-Mitglieder 70 €

28.05. – 25.06.24

5 x, TSG-Mitglieder 10 €, Nicht-Mitglieder 35 €

Trainerin: Annegret Pogats

### Sonntag, 17:45 – 18:45 Uhr

Tanzraum, SPECK-Sportpark

10.03. – 14.04.24 (nicht am 31.03.)

5 x, TSG-Mitglieder 10 €, Nicht-Mitglieder 35 €

21.04. – 26.05.24 (nicht am 19.05)

5 x, TSG-Mitglieder 10 €, Nicht-Mitglieder 35 €

Trainerin: Annegret Pogats

Mitbringen: Hallenturnschuhe oder Tanzschuhe, bequeme Kleidung

## Ballett für Erwachsene

Kooperationsangebot mit Tanzschule Anna Laura

**D K N B**

„Ballett? Ach ne dafür bin ich zu alt.“ Falsch! Man ist nie zu alt für Ballett. Im Gegenteil. Der Einstieg ist jeder Zeit möglich und Ballett hilft mobil und geschmeidig zu bleiben, egal in welchem Alter! Hier erlernt ihr ein Gefühl für euren Körper zu bekommen. Eure Haltung wird sich verbessern und ihr wachst stetig über euch hinaus! Ballett verbessert die Körperwahrnehmung, festigt die Muskulatur, fördert die Koordination und verbessert die Flexibilität. Also kommt vorbei und probiert es aus!

### Dienstag, 18:00 – 19:00 Uhr

09.04. – 16.07.2024 (nicht am 14./21./28.05.)

13 x, TSG-Mitglieder 91 €, Nicht-Mitglieder 156 €

(Einstieg in laufenden Kurs bei freien Plätzen möglich)

Tanzraum, SPECK-Sportpark TSG 08 Roth

Trainerin: Lea Jekel (Tanzschule Anna Laura)



## Flying Moves Dance Mix Erwachsene

**D K N B**

Tanzen aus Spaß und Leidenschaft. Ob Streetdance, Hip Hop, Jazztanz, Modern-Dance - wir erarbeiten mehrere Choreografien unterschiedlicher Stilrichtungen zu aktueller Musik. Für alle, die früher schon gerne getanzt haben oder einfach Lust haben, damit anzufangen!

### Montag, 19:30 – 20:30 Uhr

Gymnastikraum I, SPECK-Sportpark

08.04. – 13.05.24

6 x, kostenfreies Dauerangebot für TSG-Mitglieder, Nicht-Mitglieder 39 €

03.06. – 22.07.24

8 x, kostenfreies Dauerangebot für TSG-Mitglieder, Nicht-Mitglieder 52 €

Trainerin: Astrid Else



TSG08Roth



Besuche und folge uns auf facebook und Instagram.  
Erfahre immer aktuell und zeitnah von unseren  
Aktionen, neuen Kursen oder Änderungen!



# ZUMBA® Special

Vol. 1  
So., 21.04.24

Vol. 2  
So., 16.06.24



Charly Luzolo  
Parsberg



Daniela Kropp  
Hersbruck



Valerie Burgis  
Nürnberg



Karla Jaramillo  
Nürnberg



Gastgeber  
Alexander Schwendner

15:00 -16:30 Uhr  
Kursgebühr: 10 Euro  
Begrenzte Teilnehmerzahl  
Reservierungen: [zumba@tsg08-roth.de](mailto:zumba@tsg08-roth.de)

TSG Roth  
Ostring 28  
91154 Roth  
Tanzraum



Tanz dich fit,ühl die Musik und hab Spaß! Zumba ist für jeden geeignet, der Stress und überflüssige Pfunde ohne großen Aufwand einfach „wegtanzen“ möchte. Zu lateinamerikanischer und internationaler Musik wird zu jedem Lied eine eigene Choreografie aus Tanzstilen wie Reggaeton, Salsa, Merengue, Mambo, Flamenco, Cha-Cha-Cha, Tango, Samba, Bauchtanz und Hip Hop getanzt.

Da keinerlei tänzerische Vorkenntnisse nötig sind, ist es ein mitreißendes und effektives Training für ALLE.

**Donnerstag, 18:00 – 19:00 Uhr**

Tanzraum, SPECK-Sportpark  
04.04. – 25.07.24 (nicht am 09./23./30.05., 20.06.)  
13 x, TSG-Mitglieder 26 €, Nicht-Mitglieder 97,50 €  
Instructor: Alexander Schwendner  
Anteilige Buchung und Einstieg jederzeit möglich

Kursanmeldung: [www.tsg08-roth.de](http://www.tsg08-roth.de) oder [fit.aktiv@tsg08-roth.de](mailto:fit.aktiv@tsg08-roth.de)

## Versicherung hat einen Namen

Angelika Klimowitsch



Vereinbaren Sie Ihren  
persönlichen Beratungstermin:  
Kohlengasse 19, Roth  
Tel. 09171 99838



**HUK-COBURG**  
Aus Tradition günstig



## Yoga

D K N B

VinyasaisteindynamischerYogastil, beidemsichBewegungundAtmung verbinden. Mit dem Fokus auf eine präzise Ausrichtung werden verschiedene Körperpositionen variiert angeordnet, so dass ein harmonischer und kreativer Fluss von Bewegungsabläufen entsteht. „Wenn Atem und Bewegung im Einklang fließen, legen sich die Gedanken zur Ruhe anstatt sich im Kreis zu drehen“.

### Für Einsteiger

**Mittwoch, 18:00 – 19:00 Uhr**

Tanzraum und online über Zoom, SPECK-Sportpark

06.03. – 17.04.24 (nicht am 27.03.)

6 x, TSG-Mitglieder 30 €, Nicht-Mitglieder 60 €

05.06. – 24.07.24 (nicht am 19.06.)

7 x, TSG-Mitglieder 35 €, Nicht-Mitglieder 70 €

hybrid

### Für Teilnehmer mit Vorkenntnissen

**Mittwoch, 19:15 – 20:15 Uhr**

Tanzraum und online über Zoom, SPECK-Sportpark

06.03. – 17.04.24 (nicht am 27.03.)

6 x, TSG-Mitglieder 30 €, Nicht-Mitglieder 60 €

05.06. – 24.07.24 (nicht am 19.06.)

7 x, TSG-Mitglieder 35 €, Nicht-Mitglieder 70 €

hybrid

Yogalehrerin: Martina Kräker

Mitbringen: Yogamatte, etwas Warmes zum Überziehen



## Tai Chi

D K N B

Tai Chi ist eine alte, chin. Bewegungskunst. Die fließenden Bewegungen und die meditative Haltung lassen die Gedanken zur Ruhe kommen, entspannen und fördern die eigene Körperwahrnehmung. Einzel- und Partnerübungen machen die Grundlagen des Tai Chi erfahrbar, z.B.: Wie bewege ich mich im Alltag? Wie kann ich in Stress-situationen in meiner Mitte bleiben? In diesem Kurs für Erwachsene werden die trad. Inhalte der Yang-Form nach Cheng Man Ching unterrichtet. Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich. Bitte bequeme Kleidung, dicke Socken/leichte Schuhe für die Halle mitbringen.

### Für Einsteiger

NEU

**Mittwoch, 17:30 – 18:30 Uhr**

Gymnastikraum II, SPECK-Sportpark

10.04. – 10.07.24 (nicht am 01./22./29.05, 19.06.)

10 x, TSG-Mitglieder 50 €, Nicht-Mitglieder 95 €

### Für Teilnehmer mit Vorerfahrung

**Donnerstag, 19:15 – 20:15 Uhr**

Tanzraum, SPECK-Sportpark

11.04. – 11.07.24 (nicht am 09./23./30.05, 20.06.)

10 x, TSG-Mitglieder 50 €, Nicht-Mitglieder 95 €

Trainerin: Julia Schneider

**Zertifizierte Kurse! Eine Rückerstattung der Kursgebühr durch die Krankenkasse ist möglich.**



Kursanmeldung: [www.tsg08-roth.de](http://www.tsg08-roth.de) oder [fit.aktiv@tsg08-roth.de](mailto:fit.aktiv@tsg08-roth.de)



## Autogenes Training

D K N B

Autogenes Training ist eine Entspannungsmethode, die bei Stress, Schlafstörungen, Aufregung, Burn-Out, Schmerzzuständen, psychosomatischen Beschwerden helfen kann. Entspannungsfähigkeit und Körperwahrnehmung werden geübt und können verbessert werden. Mit regelmäßiger Anwendung der Technik ist es möglich, Entspannungszustände im Alltag schneller zu erreichen.

### Vertiefungskurs

**Donnerstag, 17:00 – 18:00 Uhr**

Gymnastikraum I, SPECK-Sportpark

11.04. – 02.05.24

4 x, TSG-Mitglieder 20 €, Nicht-Mitglieder 38 €

Trainerin: Bettina Beck

**Donnerstag, 17:00 – 18:00 Uhr**

bei schönem Wetter am Eisenhammer im Freien

sonst Gymnastikraum I, SPECK-Sportpark

27.06. – 15.08.24

8 x, TSG-Mitglieder 40 €, Nicht-Mitglieder 76 €

Mitbringen: Matte, Decke, Kissen, bequeme Kleidung, ggf. dicke Socken

Trainerin: Bettina Beck

**Zertifizierter Kurs! Eine Rückerstattung der Kursgebühr durch die Krankenkasse ist möglich.**

## Qi Gong Fließend bewegen

D K N B

Die Bewegungen aus dem Qi Gong bringen dich zur Ruhe. Mit unterschiedlichen Atem-, Bewegungs- und Meditationsübungen kommst du mit dir selbst in Kontakt. Keine Vorkenntnisse erforderlich. Schnuppergäste sind immer willkommen.

**Montag, 10:00 – 11:00 Uhr**

Tanzraum, SPECK-Sportpark

05.03. – 13.05.24 (nicht am 01.04.)

10 x, TSG-Mitglieder 30 €, Nicht-Mitglieder 80 €

27.05. – 29.07.24

10 x, TSG-Mitglieder 30 €, Nicht-Mitglieder 80 €

Trainerin: Waltraud Schleicher

Je mehr ihr seid, desto günstiger wird's<sup>1</sup>

Die MagentaMobil Angebote im besten 5G-Netz

CHIP<sup>2</sup>  
Bestes 5G-Netz

- ✓ Mehrere Karten, eine Rechnung
- ✓ Gleiches Datenvolumen
- ✓ 5G für alle

**19,95 €<sup>1</sup> mtl.,**  
z.B. zu viert im Durchschnitt pro Karte

**T Connecting your world.**

Ein Angebot von:

TELEKOMMUNIKATION • FOTOGRAFIE  
**GANZMANN**

Hauptstr. 35 - 91154 Roth - [www.ganzmann-roth.de](http://www.ganzmann-roth.de)

### Bitte beachtet unsere neuen Öffnungszeiten:

Montag – Freitag	9:00 – 18:00 Uhr
Mittwoch	9:00 – 13:00 Uhr
Samstag	geschlossen

Beratungstermine nach Vereinbarung auch außerhalb der Öffnungszeiten möglich.

1) Voraussetzung sind ein Hauptvertrag und eine MagentaMobil PlusKarte. Mit Buchung jeder weiteren Zusatzkarte ergibt sich eine zusätzliche durchschnittliche Vergünstigung. Max. 10 Zusatzkarten (davon max. 5 Kids & Teens Karten) pro Hauptvertrag möglich. Bei der Kombination eines Hauptvertrags mit einer MagentaMobil PlusKarte (Flex) und zwei MagentaMobil PlusKarten+ (Flex) setzt sich der monatliche Grundpreis (ohne Bereitstellungspreis) wie folgt zusammen: z. B. MagentaMobil S Flex für 39,95 € (Erstkarte) + 19,95 € (Zweitkarte) + 9,95 € (Drittkarte) + 9,95 € (Viertkarte) = 79,80 € – 4 = 19,95 € Durchschnittspreis. Bereitstellungspreis 39,95 € (MagentaMobil S), 19,95 € (MagentaMobil PlusKarte) sowie jeweils 9,95 € (MagentaMobil PlusKarte+). Voraussetzung für die MagentaMobil PlusKarten (Flex) ist ein bestehender Telekom Mobilfunk-Lautzeitvertrag der aktuellen Generation (MagentaMobil, vermarktet ab dem 06.09.2019) mit einem monatlichen Grundpreis von mindestens 34,95 €. Ausgeschlossen sind Young Tarife und Tarife der Marke congstar. Das Inklusivdatenvolumen aller MagentaMobil PlusKarten (Flex) entspricht dem des zugehörigen Hauptvertrags. Im Tarif MagentaMobil S (Flex) beträgt es 10 GB. Nach Verbrauch des Datenvolumens wird die Bandbreite im jeweiligen Monat auf max. 64 KBit/s (Download) und 16 KBit/s (Upload) beschränkt. Bei Wegfall des Hauptvertrags wird die MagentaMobil PlusKarte (Zweitvertrag) zu den Konditionen des Hauptvertrags fortgeführt. Bei bestehenden MagentaMobil PlusKarten+ als Drittverträgen wird stattdessen einer dieser Verträge zu den Konditionen des Hauptvertrags fortgeführt.

2) Laut CHIP Mobilfunknetztest, Heft 01/2024.  
Ein Angebot von: Telekom Deutschland GmbH, Landgrabenweg 151, 53227 Bonn.



## Sicher mit dem E-Bike

### Kooperationsangebot der Verkehrswacht Roth-Hilpoltstein, der Polizei Roth, der Seniorenbeauftragten der Stadt Roth und der TSG 08 Roth

Radfahren macht Spaß und ist gesund. Mit dem E-Bike geht es noch leichter. Aber Vorsicht: ein paar Dinge gilt es zu beachten damit der Radlspaß nicht getrübt wird. In einem Theorie-Teil erklären erfahrene Trainer der Verkehrswacht etwas zur Fahrphysik und dem richtigen Verhalten auf dem Rad. Die Verkehrserzieher der Polizei frischen den rechtlichen Teil auf und erklären die Besonderheiten des E-Bikes. Im praktischen Teil wird das Anfahren, enge Kurvenfahrten, Brems- und Ausweichübungen trainiert.

Das Programm richtet sich vornehmlich an alle Senioren, die sich mit ihrem E-Bike sicherer fühlen wollen. Aber natürlich darf sich jeder, der Bedarf hat, zu diesem Kurs anmelden.

Einzeltermine: *(alle Termine sind inhaltlich identisch)*

**Mittwoch, 17.04.24**

**Dienstag, 07.05.24**

**Mittwoch, 08.05.24**

**Dienstag, 11.06.24**

**Dienstag, 25.06.24**

**Jeweils 13:00 – ca. 16:00 / 17:00 Uhr**

**Mittwoch, 24.07.24,  
08:30 - 12:30 Uhr**

Ort: Verkehrsübungsplatz der Jugendverkehrsschule an der Grundschule Kupferplatte, Röntgenstraße 4, 91154 Roth  
Kursgebühr: 35 €

Mitbringen: eigenes E-Bike mit aufgeladenem Akku / Ladegerät, Fahrradhelm, festes Schuhwerk, passende Kleidung (kein Rock), eigene Getränke. Anmeldung ist zwingend erforderlich: Auf unserer Website [www.tsg08-roth.de](http://www.tsg08-roth.de) oder **persönlich in der Geschäftsstelle** der TSG 08 Roth.

**Weitere Termine ab Herbst 2024.**

**Interessierte können sich jetzt bereits vormerken lassen bei:**

Astrid Elsel, 09171 / 63569, [fit.aktiv@tsg08-roth.de](mailto:fit.aktiv@tsg08-roth.de)

Brigitte Reinard, 09171 848-558, [brigitte.reinard@stadt-roth.de](mailto:brigitte.reinard@stadt-roth.de)

**Kursanmeldung: [www.tsg08-roth.de](http://www.tsg08-roth.de) oder [fit.aktiv@tsg08-roth.de](mailto:fit.aktiv@tsg08-roth.de)**

## Seniorengymnastik mit vielen Fitnessübungen im Sitzen

**D K N B**

Nach dem Motto „Rüstig durch Seniorenturnen“ trifft sich die Gruppe aus Männern und Frauen wöchentlich zum gemeinsamen Sport. Viele der Lockerungs-, Dehn- und Kräftigungsübungen werden im Sitzen durchgeführt.

**Montag, 13:30 – 14:30 Uhr**

Gymnastikraum II, SPECK-Sportpark  
(voll belegt)

**Montag, 14:45 – 15:45 Uhr**

Gymnastikraum II, SPECK-Sportpark  
Trainerin: Annette Pfändner

**NEU**

## Age-Aerobic / Fit in den Tag Speziell für die ältere Generation

**D K N B**

Dieser Kurs wendet sich an Senioren und Junggebliebene. Wir trainieren ganzheitlich den Körper und erarbeiten Schritt für Schritt eine Choreografie. Die Teilnehmer werden leistungsfähiger, kräftiger und beweglicher, verbessern ihr Herz/Kreislaufsystem und regen den Stoffwechsel an.

**Dienstag, 10:10 – 11:10 Uhr**

Gymnastikraum II, SPECK-Sportpark

**Dienstag, 11:20 – 12:20 Uhr**

Gymnastikraum II, SPECK-Sportpark  
(kein Training in den Schulferien)  
Trainerin: Ingrid Schneider

**Neues-Angebot für Tanzinteressierte  
Line-Dance und mehr - siehe S. 26**

Leitung: Astrid Elsel

E-Mail: fit.aktiv@tsg08-roth.de

Tel.: 09171/63569 · 09122/8855323



## Damengymnastik 60+

**D K N B**

Bleib fit, beweglich und voller Lebensfreude! Für Spaß an der Bewegung sorgen abwechslungsreiche Übungen mit und ohne Kleingeräten, die Förderung der Koordination und des Gleichgewichts, gezielte Kräftigungsübungen für eine starke Muskulatur, Dehnübungen zur Erhaltung der Flexibilität und Entspannungseinheiten zum Wohlfühlen.

**Freitag, 16:00 – 17:00 Uhr**

Gymnastikraum II, SPECK-Sportpark, Trainerin: Yvonne Mierlein

**Freitag, 17:15 – 18:15 Uhr** (derzeit voll belegt!)

Gymnastikraum II, SPECK-Sportpark, Trainerin: Regina Kratz

## Herrengymnastik 50+

**D K N B**

Nach dem Aufwärmen (mit und ohne Ball) wechseln sich Gleichgewichts-, Koordinations-, Dehn- und Entspannungsübungen mit Bodengymnastik und Langbankübungen ab. Im Anschluß (45 Min.) Fußballtennis.

**Montag, 18:00 – 19:30 Uhr**

Turnhalle Grundschule Kupferplatte

Trainer: Herbert Schnurer



## AKTIV MIT DEMENZ

**Gemeinsamer Sport für Menschen mit Demenz und Angehörige. Kooperationsangebot der Stadt Roth und der TSG 08 Roth im Rahmen des Projektes „Netzwerk Demenz“**

Alzheimer oder Demenz, das sind Themen, mit denen wir uns nicht gerne beschäftigen und die wir am liebsten weit von uns schieben. Aber gerade im frühen und mittleren Stadium können Bewegung und Sport helfen. Sportliche Aktivität hilft Körper, Geist und Seele in Bewegung zu bringen. Sie kann den fortschreitenden Krankheitsverlauf verlangsamen und dem Abbau von Gedächtnisleistung entgegenwirken. Regelmäßige sportliche Aktivität hilft die Eigenständigkeit zu erhalten, stärkt Alltagskompetenzen und erzeugt positive Erlebnisse.

**Keine Vorkenntnisse nötig – ALLE können mitmachen!**

**Donnerstag, 16:30 – 17:30 Uhr**

Gymnastikraum II, SPECK-Sportpark

11.04. – 18.07.24 (nicht am 09./30.05., 20.06.)

(Bitte beachten Sie, dass der Raum nur über eine Treppe zu erreichen und damit nicht barrierefrei ist.)

10 € / Monat pro Teilnehmer; es ist keine Vereinsmitgliedschaft nötig; unverbindliches Schnuppern nach Anmeldung möglich

Trainerin: Lydia Wunsch

(Trainer B-Prävention, spezielle Ausbildung im Bereich Demenz und Weitere)

Bitte bringen Sie mit: Hallenturnschuhe, bequeme Kleidung, Getränk

### Informationen und Anmeldung:

TSG 08 Roth

Ansprechpartnerin: Astrid Elsel

Email: fit.aktiv@tsg08-roth.de

Tel.: 09171 / 63569

gefördert von:



gefördert vom:



Bundesministerium  
für Familie, Senioren, Frauen  
und Jugend



## Eltern-Kind-Turnen ab Laufen können bis ca. 4 Jahre

**D K N B**

Hier wird geflitzt, balanciert, gerollt, geschaukelt, geklettert und gesprungen was das Zeug hält. Auf spielerische Art und Weise wird an Klein- und Großgeräte herangeführt. Ganz nebenbei lernen die Kinder so grundlegende Fähigkeiten wie Körperbewusstsein, Gleichgewicht, Koordination, Konzentration, aber auch soziales Bewusstsein, Umgang mit anderen Kindern und in der Gruppe.

### Gruppe 1: Montag, 15:45 – 16:45 Uhr

NUTRICHEM-Halle, SPECK-Sportpark TSG 08 Roth  
Trainer\*in: Turnen fit+aktiv

### Gruppe 2: Dienstag, 16:00 – 17:00 Uhr

Gruppe 3: Dienstag, 17:00 – 18:00 Uhr  
Turnhalle Grundschule Gartenstraße  
Trainer\*in: Turnen fit+aktiv

### Gruppe 4: Freitag, 15:15 – 16:15 Uhr

(Abteilung Leichtathletik)  
Schule am Stadtpark  
Trainerin: Julia Wilke

### Eltern-Kind-Fußball

#### Freitag, 15:30 – 16:30 Uhr

NUTRICHEM-Halle, SPECK-Sportpark  
Kinder müssen Mitglied der Fußballabteilung sein.  
Details hierzu finden Sie auf der Website.  
Die Plätze sind begrenzt Anmeldung per Mail bei:  
sebastian.stigler@web.de

Für alle Eltern-Kind-Stunden gilt: Eltern/Großeltern machen aktiv mit. Bitte ebenfalls in Sportkleidung kommen. Es ist eine Mitgliedschaft des Kindes und der regelmäßigen Begleitperson nötig.

### Schnuppern nur nach Anmeldung möglich!

(Die Gruppen sind teilweise voll belegt)

## Turnen

**D K N B**

Im Training werden die Grundelemente des Turnens am Boden und an Geräten trainiert. Dabei steht der Spaß an der Bewegung im Vordergrund, bei den Kleinen wird sehr spielerisch vorgegangen. Die Motorik, Selbsterfahrung und das Sozialverhalten werden geschult, der natürliche Bewegungsdrang unterstützt und auf die bereits bestehenden Fähigkeiten aufgebaut. Auch Kinder ohne Vorkenntnisse können jederzeit einsteigen.

### Turnkindergarten 4 - 6 Jahre

#### Montag, 17:00 – 18:00 Uhr

Turnhalle Realschule Roth  
Trainerin: Mavie Müller

### Mädchen ab 1. Klasse

#### Mittwoch, 16:45 – 17:45 Uhr

Turnhalle Grundschule Kupferplatte  
Trainer\*in: Kirstin Lentzsch, Jürgen Klinnert

### Jungs ab 1. Klasse

#### Mittwoch, 17:45 – 18:45 Uhr

Turnhalle Grundschule Kupferplatte  
Trainer\*in: Jürgen Klinnert, Kirstin Lentzsch

### Mädchen ab 3. Klasse

#### Montag, 17:00 – 18:00 Uhr

Turnhalle Realschule Roth  
Trainerin: Lisa Herzog

(aktuell voll belegt; Warteliste)



TSG08Roth



Besuche und folge uns auf facebook und Instagram. Erfahre immer aktuell und zeitnah von unseren Aktionen, neuen Kursen oder Änderungen!

Kursanmeldung: [www.tsg08-roth.de](http://www.tsg08-roth.de) oder [fit.aktiv@tsg08-roth.de](mailto:fit.aktiv@tsg08-roth.de)



## Parkour und Free-Running ab 12 Jahren

**D K N B**

Der Parkourläufer bestimmt seinen eigenen Weg und versucht, sich in den Weg stellende Hindernisse durch Kombination verschiedener Bewegungen so effizient wie möglich zu überwinden. Bewegungsfluss und -kontrolle stehen dabei im Vordergrund. Beim Freerunning, einer eigenen Disziplin, unterliegen die Bewegungen keiner Struktur und Grenzen, sondern fordern die Kreativität der Teilnehmer.

### Allgemeines Training

**Freitag, 17:00 – 18:30 Uhr**

Turnhalle Realschule Roth  
Trainerteam Parkour

### Für Fortgeschrittene

**Mittwoch, 17:30 – 19:30 Uhr**

Turnhalle Realschule Roth  
Trainerteam Parkour  
Teilnahme am Fortgeschrittenentraining nur nach Rücksprache mit Trainerteam Parkour

## Wettkampfturnen Mädchen und Jungs, mindestens 6 Jahre

**D K N B**

Die Kinder beherrschen hier die Grundelemente des Turnens. Im Training werden die Bewegungsabläufe verfeinert und die Turnkinder an anspruchsvollere Übungen herangeführt. Die Gruppe nimmt an Wettkämpfen teil. Teilnahme nur nach vorheriger Absprache mit den Trainern möglich.

**Montag, 18:00 – 19:30 Uhr**

**Donnerstag, 16:30 – 18:00 Uhr**

Turnhalle Realschule Roth  
Trainer\*innen: Lisa Herzog, Trainerteam Turnen

Spartenbeitrag von 4 € / Monat (als Jahresbeitrag mit Mitgliedsbeitrag oder anteilig ab Eintritt in die Wettkampfturngruppe)



## Jonglieren Workshop für Einsteiger von 8 bis 99 Jahren

**D K N B**

Wir bieten euch einen Kurs zum Einstieg in die Welt der Jonglage: Diabolo, Devilsticks, Jonglieren mit Bällen und Keulen, Pois und Jongliertellern. Jonglieren ist eine Bewegungskunst, bei der das Gehirn Denken, Handeln, Fühlen und die Koordination von ungewöhnlichen Bewegungen gleichzeitig verarbeiten muss. Deshalb hat es eine enorm positive Wirkung auf das Gehirn. Es belebt und aktiviert den Austausch zwischen den Gehirnhälften. Und gleichzeitig macht es einfach unglaublichen Spaß! Es sind keine Vorkenntnisse nötig.

**Sonntag, 14.04.24, 14:00 – 16:00 Uhr**

NUTRICHEM-Halle, SPECK-Sportpark  
TSG-Mitglieder 12 €, Nicht-Mitglieder 24 €  
Trainer: Johannes Pleier, Daniel Plaschke

**Kostenübernahme durch Paket  
„Bildung und Teilhabe“ möglich**  
Genauere Informationen siehe Seite 66!





## Reiten

**D K N B**

In Kooperation mit Monika Müller von der „Stonebrook Ranch“ (FN anerkannte Westernreitschule) aus Untersteinbach bei Georgensgmünd bieten wir Schnupperreitkurse für Kinder an. (Monika Müller ist zertifizierte Lehrkraft und bietet ein kindgerechtes und pädagogisch durchdachtes Reiteinstiegsprogramm an). Für den Reitunterricht stehen zuverlässige und gut ausgebildete Lehrpferde sowie -ponys zur Verfügung. Gelehrt wird der korrekte Umgang mit dem Pferd. Der Kurs richtet sich an Kinder ohne Reiterfahrung.

### Kids Club für Kinder von 6 bis 10 Jahren

#### Kurs 1: Freitag, 15:00 – 16:00 Uhr

08.03. – 19.04.24 (nicht am 29.03., 05.04.)

Je 5 x, TSG-Mitglieder 70 €, Nicht-Mitglieder 90 €

#### Kurs 2: Mittwoch, 15:00 – 16:00 Uhr

05.06., 12.06., 19.06., 26.06., 04.07.2024

Je 5 x, TSG-Mitglieder 70 €, Nicht-Mitglieder 90 €

#### Neue Adresse:

Mauk 25, 91166 Georgensgmünd

Reitlehrerin: Monika Müller

Mitbringen: Reithelm/Fahrradhelm, Reitstiefel/Stiefel über Knöchel mit wenig Profil, Reithose/Jeans

## Hockey - Floorball

**D K N B**

Floorball ist rasant, attraktiv und leicht zu erlernen. Der Spielgedanke verbindet Kreativität, Schnelligkeit, Dynamik, Kraft und Fairness. Mädchen und Jungen spielen gemeinsam in Teams, die Grundtechniken sind kinderleicht und Erfolgserlebnisse stellen sich sofort ein.

### Grundschulkind (6 – 10 Jahre)

#### Donnerstag, 16:00 – 17:00 Uhr

11.04. – 25.07.24 (nicht am 09./23./30.05.)

13 x, TSG-Mitglieder 26 €, Nicht-Mitglieder 91 €

### Schulkind (10 – 16 Jahre)

#### Montag, 16:00 – 17:00 Uhr

08.04. – 22.07.24 (nicht am 20./27.05.)

14 x, TSG-Mitglieder 28 €, Nicht-Mitglieder 98 €

Turnhalle Grundschule Gartenstraße

Trainer: Anton Marsal

## Kinder- und Jugendboxen von 8 bis 15 Jahre

**D K N B**

Auf spielerische Art werden Energien abgebaut sowie Bewegungsfreude, Sozialkompetenz und Selbstbewusstsein gefördert. Die komplexen Bewegungsabläufe beim Boxen schulen Konzentration, Koordination und Reaktionsfähigkeit. Darüber hinaus lernen die Kinder und Jugendlichen mit ihren Kräften kontrolliert umzugehen. Im zweiten Teil des Trainings werden boxspezifische Techniken erlernt und bei Partnerübungen umgesetzt.

#### Freitag, 17:00 – 18:00 Uhr

Gymnastikraum I, SPECK-Sportpark

Trainer: Niki Röhrer

## Hip Hop – Streetdance

**D K N B**

Die Fusions tanzen verschiedene Styles aus der Tanzrichtung „Streetdance“. Neben Basics und ihren Variationen gibt es Ausflüge ins Popping, Breaking und Lyrical. Mit viel Spaß werden individuelle Choreos sowohl mit den aktuellsten, als auch mit Moves aus der Anfangsphase des Streetdance und HipHop erarbeitet.

### Fusions (9 - 14 Jahre)

#### Freitag, 16:30 – 17:30 Uhr

Tanzraum, SPECK-Sportpark

Trainerin: Annika Bittner

**Neue Zeit**



## Kindertanz



Hier sind alle Kids willkommen, die sich gern bewegen und Spaß am Tanzen haben. Nach einem kurzen altersgerechten Aufwärmprogramm (bei den Kleineren z.B. in eine Geschichte verpackt) erarbeiten wir Stück für Stück eine kleine Choreografie und tanzen zu verschiedenen Kinderliedern.

### Tanzkrümel (4 - 6 Jahre)

**Gruppe 1: Montag, 16:15 – 17:00 Uhr**

**Gruppe 2: Montag, 17:15 – 18:00 Uhr**

Gymnastikraum I, SPECK-Sportpark

Trainerin: Klara Lupinek

Beide Gruppen sind aktuell voll. Gerne nehmen wir Sie auf die Warteliste.

## Dance Mix



Tanzen mit Spaß und Leidenschaft ist das Motto der Dance-Mix-Gruppen. Die Kinder und Jugendlichen lernen hier eigene abwechslungsreiche Choreografien zu aktuellen Songs. Dabei werden Bewegungen und Moves u.a. aus den Bereichen Jazzdance, Modern, Lyrical, Streetdance und HipHop verwendet. Rhythmus, Körpergefühl und eigene tänzerische Kreativität werden gefördert. WarmUp, Kräftigungsübungen und Stretching gehören zu jeder Trainingseinheit. Bei den Dancings Stars endet die Stunde oft mit einem Bewegungsspiel.

### Dancing Stars (7 - 9 Jahre)

**Montag, 17:00 – 18:00 Uhr**

Tanzraum, SPECK-Sportpark

Trainerin: Sabine Bittner

### Fluffys (9 - 14 Jahre)

**Freitag, 16:00 – 17:00 Uhr**

Gymnastikraum I, SPECK-Sportpark TSG 08 Roth

Trainerin: Lisamarie Burkhartsmaier

## Ballett



### Kooperationsangebot mit Tanzschule Anna Laura

Hier werden die Kinder mit fantasievollen Bildern angeregt Ballettübungen auszuführen. Abgestimmt auf die altersspezifische Anatomie wird Ihr Kind gefördert, aber nicht überfordert. Ballett verbessert die Körperwahrnehmung, festigt die Muskulatur, fördert die Koordination und Raumorientierung und verlängert die Konzentrationsspanne. Erlern werden die Basiselemente des Klassischen Tanzes, wie z.B. Arm und Beinpositionen. Im Vordergrund steht ein liebevoller Umgang, der die Freude an der Bewegung und den Spaß am Tanz entfachen lässt.

### Ballett-Minis (3-5 Jahre)

**Dienstag, 16:00 - 16:45 Uhr**

09.04. – 16.07.2024 (nicht am 14./21./28.05.)

13 x, TSG-Mitglieder 68,50 €, Nicht-Mitglieder 117 €

(Einstieg in laufenden Kurs bei freien Plätzen möglich)

### Ballett-Kidis (6-9 Jahre)

**Dienstag, 16:50 - 17:50 Uhr**

09.04. – 16.07.2024 (nicht am 14./21./28.05.)

13 x, TSG-Mitglieder 91 €, Nicht-Mitglieder 156 €

(Einstieg in laufenden Kurs bei freien Plätzen möglich)

Tanzraum, SPECK-Sportpark TSG 08 Roth

Trainerin: Lea Jekel (Tanzschule Anna Laura)

Anna Laura

Tanzschule



Königskind 11

Raum für Netzwerk & Veranstaltungen  
Anwendungen



Laura

Dipl. Tanzpädagogin,  
Bühnentänzerin & Sängerin  
Holistischer Coach  
(Akademie für biodynamische Medizin)  
doTerra - Wellness Queen





## Sportartübergreifende Angebote für Kinder

**Vielseitiges Fördern ohne Spezialisieren mit Spaß ohne Leistungsdruck**

### Mini-Ballschule Kindergartenkinder 4 – 6 Jahre

**D K N B**

(Ball-)Spielen lernt man nur durch Spielen. Eine breite Orientierung der Ballschule ohne direkte Sportartenspezialisierung ermöglicht Kindern, koordinative, taktische und technische Fähigkeiten auszuprobieren und zu (er-)lernen (ABC des Spielens). Aufbauend auf den altersbedingten motorischen Fertigkeiten lernen die Kinder kreativ und geschickt mit verschiedenen Spielmaterialien und Bällen umzugehen. Jede Menge Spaß, Freude an der Bewegung, viele kleine Ballspiele und Spielformen sind garantiert.

**Gruppe 1: Dienstag, 15:30 – 16:15 Uhr**

**Gruppe 2: Dienstag, 16:15 – 17:00 Uhr**

NUTRICHEM-Halle, SPECK-Sportpark

09.04. – 09.07.24 (nicht am 21./28.05.)

12 x, TSG-Mitglieder 24 €, Nicht-Mitglieder 84 €

Trainer: Sebastian Grübel

### Kindersport Kinder 4 – 8 Jahre

**D K N B**

Mit Spiel und Spaß werden die grundlegenden Fähigkeiten, wie Koordination, Kraft, Beweglichkeit, Konzentration und Körperbeherrschung gefördert. Jede Stunde hat einen anderen sportlichen Schwerpunkt. Das Ziel ist eine möglichst breite Förderung ohne zu frühe Festlegung auf eine Sportart.

**Gruppe 1: Mittwoch**

**16:00 – 17:00 Uhr** (April bis September)

**16:00 - 16:45 Uhr** (Oktober bis März)

**Gruppe 2: Mittwoch**

**17:00 – 18:00 Uhr** (April bis September)

**16:45 - 17:30 Uhr** (Oktober - März)

Turnhalle Grundschule Gartenstraße

Trainerin: Mavie Müller

**Kursanmeldung: [www.tsg08-roth.de](http://www.tsg08-roth.de) oder [fit.aktiv@tsg08-roth.de](mailto:fit.aktiv@tsg08-roth.de)**

## TSG-Schwimmschule



### TSG-Schwimmschule

Im Frühjahr / Sommer bieten wir wieder Schwimmkurse für Kinder ab 5 Jahren an.

**Schwimmen zu können ist lebenswichtig und hat deshalb für uns Priorität!** Babyschwimmen und Schwimmvorbereitungskurse sind weiterhin nicht möglich.

Wenn Sie gerne über die nächsten Schwimmkurse informiert werden möchten, dann lassen Sie sich auf unsere Interessentenliste setzen. Bitte schreiben Sie dazu eine E-Mail an [fit.aktiv@tsg08-roth.de](mailto:fit.aktiv@tsg08-roth.de) mit Angabe des Geburtsdatums des Kindes sowie einer Telefonnummer, unter der wir Sie auch kurzfristig erreichen können.

(Meist werden freie Plätze und neue Kurse direkt über diese Liste gefüllt, so dass die Kurse gar nicht öffentlich ausgeschrieben werden.)

**Neues-Angebot für  
Jugendliche ab 14 Jahren:**

**Cross-Active-Training**  
(siehe S. 21)

**Ein Power-Programm  
im Freien  
mit viel Spass und Action**

**Kostenfrei für TSG-Mitglieder  
Komm vorbei!**

Für Kinder von 6 bis 12 Jahren

# TSG FERIEN CAMP

# Sport Spiel Spaß

Osterferien:  
25. – 28. 03.2024

Sommerferien:  
Woche 1: 29.07. – 02.08.2024  
Woche 2: 05. – 09.08.2024

Buß- und Betttag:  
20.11.2024

Programm von 9 bis 16 Uhr  
Betreuung ab 7:30 Uhr möglich  
ab 25 € pro Tag

(inkl. Essen, Trinken, Obst)

Anrechnung von

„Bildung & Teilhabe“

Gutscheinen

möglich

check it out



SCAN ME

Infos unter: [www.tsg08-roth.de](http://www.tsg08-roth.de) • Tel.: 09171 / 63569



# DEIN SPRUNG IN DIE PFLEGE

[www.bildungszentrum-roth.de](http://www.bildungszentrum-roth.de)



2024 in Roth  
**Deine Ausbildung**

- **Pflegefachfrau/Pflegefachmann (w/m/d)**
- **Pflegefachhilfe - Krankenpflege (w/m/d)**

Bildungszentrum für Pflegeberufe der Kreisklinik Roth  
Weinbergweg 12 ▪ 91154 Roth ▪ Ruth Winkler, Schulleiterin  
Tel. 09171 802-451 ▪ Mail: [winkler@keisklinik-roth.de](mailto:winkler@keisklinik-roth.de)

- **Diakonisches Jahr und BFD (w/m/d)**

Kreisklinik Roth ▪ Weinbergweg 14 ▪ 91154 Roth ▪ Michael Christ,  
stv. Pflegedienstleiter ▪ Tel. 09171 802-307 ▪ Mail: [m.christ@kreisklinik-roth.de](mailto:m.christ@kreisklinik-roth.de)

DETAILS





Klaus Distler

## Badminton

Badminton verbessert die Ausdauerfähigkeit und bringt das Herz- und Kreislaufsystem in Schwung, trainiert Muskeln, Gelenke, die Koordination und baut Stress ab. Ein idealer Ausgleich für die sogenannten modernen Zivilisationskrankheiten. Außerdem bietet die schnellste Ballsportart der Welt im Wettkampf Abwechslung und natürlich jede Menge Spaß.

### Erwachsene

**Mittwoch, 19:30 - 21:30 Uhr**

NUTRICHEM-Halle (SPECK-Sportpark)

**Freitag, 19:30 - 21:30 Uhr**

NUTRICHEM-Halle (SPECK-Sportpark)

**Ansprechpartner:** Klaus Distler, Tel.: 09171/8359270 · E-Mail: badminton@tsg08-roth.de



Tevfik Cengiz

## Billard

Die Begeisterung für diesen Sport ist das verbindende Element unter den Mitgliedern. An den 7 Tischen (5 x Pool und 2 x Snooker) des Vereins werden Meisterschaften und Ligaspiele ausgetragen – also trainiert und gekämpft. Gespielt werden Snooker und Pool. Beim Pool-Billard werden alle Varianten des Ligabetriebes gespielt: 8-Ball, 9-Ball, 10-Ball und 14-1 endlos.

### Erwachsene (Pool Billard + Schnuppertraining Pool)

**Donnerstag, 19:30 - 21:30 Uhr**

Billardraum (SPECK-Sportpark)

### Erwachsene (Snooker · Schnuppertraining Snooker nach Absprache)

**Montag, 19:00 - 22:00 Uhr**

Billardraum (SPECK-Sportpark)

### Jugend (Pool Billard)

**Donnerstag, 18:00 - 19:30 Uhr**

Billardraum (SPECK-Sportpark)

**Ansprechpartner:** Tevfik Cengiz, Tel.: 0173/6784805 · E-Mail: billard@tsg08-roth.de



# Wir spielen mit keinen Gefühlen (fühle fühle fühle). Entsorgen aber gerne Müll (müll, auch sondermüll).

Aus der Region, für die Region.

Mehr Informationen unter:  
[www.hofmann-denkt.de](http://www.hofmann-denkt.de)



Friedrich Hofmann Betriebsgesellschaft mbH • Industriestraße 18 • 91186 Büchenbach  
Telefon +49 9171 847-0 • Fax +49 9171 847-47 • E-Mail: [info@hofmann-denkt.de](mailto:info@hofmann-denkt.de)

## Bewegung ist Ihr Ding?

## Dann bewegen Sie doch etwas bei uns!

**inTime**  
AGILE LOGISTICS

Unser Standort Röttenbach bei Roth bietet Ihnen  
vielfältige Karrieremöglichkeiten in der Logistik.

Bewerben Sie sich jetzt in nur 2 Minuten und  
werden Sie ein Teil der inTime-Familie!



 PitchYou

QR-Code scannen  
und bewerben!





**Annegret Pogats**

## Boogie

Boogie Woogie ist der Rock'n Roll der 50er Jahre. In den 1940er Jahren hatte sich Boogie Woogie aus den Swing-Tänzen entwickelt und wird heute weltweit getanzt. Die schnellen und dynamischen Schritte zeichnen Boogie Woogie aus und heben ihn deutlich von klassischen Tänzen ab. Die Musik des Boogie Woogie ist sehr unterschiedlich und reicht vom klassischen Rock'n'Roll der 50er Jahre über Blues, Swing oder Rockabilly. Das wichtigste ist allerdings der Rhythmus, bei dem jeder mit muss. Boogie Woogie muss anstecken. So zeigt sich die Lebensfreude auch sehr häufig in der Musik, auf die Boogie Woogie getanzt werden kann, sei es nun Musik von Elvis Presley, Chuck Berry oder Little Richard - Boogie Woogie geht ins Blut.

**Erwachsene** (Freizeit)

**Sonntag, 19:00 - 20:30 Uhr**

TSG-Tanzraum (SPECK-Sportpark)

**Montag, 20:00 - 21:30 Uhr**

TSG-Tanzraum (SPECK-Sportpark)

**Ansprechpartner:** Annegret Pogats, Tel.: 09176/5349 · E-Mail: boogie@tsg08-roth.de

**Neues-Angebot für Tanzinteressierte  
Line-Dance und mehr - siehe S. 26**



**Frank Friedrich**

## Darts

Entdecke die faszinierende Welt des Dartsports! Trotz seiner Kneipenherkunft verlangt Dart von den Spielern einiges ab. Mit Training verbessert sich dein Scoring schnell, doch im Turnier kann der letzte entscheidende Dart dich an deine mentale Grenze bringen. Erlebe all das in unserer professionell ausgestatteten Dartabteilung mit computergestütztem Scoringboard. Treff dich jeden Montag zum Messen und sei herzlich willkommen!

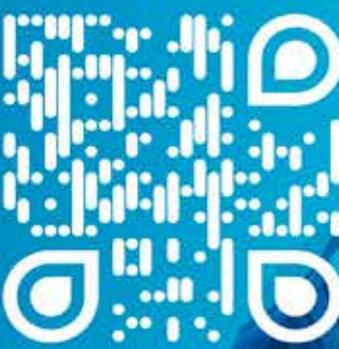
**Erwachsene** (Mannschaft und Freizeit)

**Montag, 18:30 - 22:00 Uhr, Competition Seminarraum, SPECK-Sportpark**

**Ansprechpartner:** Frank Friedrich E-Mail: darts@tsg08-roth.de



INFOS



NUTRICHEM.DE

“ WE’RE  
HIRING ”

# NUTRICHEM

a B. Braun company

## Fast 40 Jahre Innovation made in Germany

Wir sind einer der führenden Hersteller hochwertiger Ernährungsprodukte. Wir verwenden fortschrittlichste Technologien um zukunftsweisende Ernährungsprodukte für unsere internationale Kundschaft zu entwickeln, zu produzieren und zu verpacken.

## Über NUTRICHEM

Wir zählen bereits heute zu den innovativsten Herstellern hochwertiger Sport- sowie enteraler Ernährung. Darüber hinaus sind wir als renommierter OEM weltweit bekannt und gefragt. Unser Ziel für 2022 ist es, im Bereich der Sporternährung weiter zu wachsen.

## Unsere Homepage NUTRICHEM.de

Da sich unser Innovationsgeist nicht ausschließlich auf unsere Produkte beschränkt, haben wir unsere Website einem vollständigen Redesign unterzogen. NUTRICHEM.de ist einfacher zu bedienen, schneller und übersichtlicher als je zuvor.



Nico Gelev

## Fußball

Fußball ist nach wie vor der Volkssport Nummer eins und auch bei der TSG 08 Roth ist die Fußballabteilung mit ihren über 500 Mitgliedern eine der größten im Verein und der Region. Allen unseren Teams steht eine hervorragende Infrastruktur zur Verfügung mit vier top-gepflegten Rasenplätzen, einem modernen Funktionstrakt sowie einer eigenen Halle. Eine gut strukturierte und erfolgreiche Jugendarbeit bildet das Fundament für die sportliche Zukunft unseres Herrenbereichs.

### Trainingszeiten auf dem Feld

Die Trainingszeiten und -orte für die Hallensaison erfahren Sie unter [jugendfussball@tsg08-roth.de](mailto:jugendfussball@tsg08-roth.de)

#### 1. + 2. Mannschaft

**Di./Do., 19:00 - 21:00 Uhr** SPECK-Sportpark

#### AH-Mannschaft

**Mittwoch, 18:30 - 20:00 Uhr** SPECK-Sportpark

*Aufgrund des regen Zulaufs können derzeit in unseren Nachwuchsmannschaften neue Spieler und Spielerinnen grundsätzlich nur nach Absprache und einem Schnupper-/Probetraining aufgenommen werden.*

#### A-Junioren (U19 · Jahrgang 2006/2007)

**Di./Do., 19:00 - 21:00 Uhr** SPECK-Sportpark

#### B-Junioren (U17/1 + U17/2 · Jahrgang 2008/2009)

**Di./Do., 17:30 - 19:00 Uhr** SPECK-Sportpark

#### C-Junioren (U15 · Jahrgang 2010/2011)

**Di./Do., 17:15 - 18:45 Uhr** SPECK-Sportpark

#### D-Junioren (U13/1 + U13/2 + U13/3 · Jahrgang 2012/2013)

**Mo./Mi., 17:15 - 18:45 Uhr** SPECK-Sportpark

#### E-Junioren (U11/1 + U11/2 + U11/3 · Jahrgang 2014/2015)

**Mo./Mi., 17:15 - 18:45 Uhr** SPECK-Sportpark

#### F-Junioren (U9/1 + U9/2 + U9/3 + U9/4 · Jahrgang 2016/2017)

**Mo./Mi., 17:15 - 18:45 Uhr** SPECK-Sportpark

#### G-Junioren (U7 · Jahrgang 2018/2019)

**Freitag, 17:15 - 18:30 Uhr** SPECK-Sportpark

#### Fußball-Spielstunde (4-5 Jahre)

**Freitag, 16:30 - 17:30 Uhr** SPECK-Sportpark

#### Eltern-Kind-Fußball (ab Laufen können bis 4 Jahre)

**Freitag, 15:30 - 16:30 Uhr** SPECK-Sportpark

*Es ist eine Mitgliedschaft des Kindes und der regelmäßigen Begleitperson nötig. Das Kind muss Mitglied der Fußballabteilung sein.*

Anmeldung unter: E-Mail: [sebatian.stigler@web.de](mailto:sebatian.stigler@web.de) Kosten 2€ pro Kind

#### Ansprechpartner:

Thomas Wellert, Tel.: 0176/55359797, Jugendleiter

E-Mail: [jugendfussball@tsg08-roth.de](mailto:jugendfussball@tsg08-roth.de)

Nico Gelev, Tel.: 0172/2624570, Abteilungsleiter

E-Mail: [fussball@tsg08-roth.de](mailto:fussball@tsg08-roth.de)

**Gutmann** *Gutes Hefeweizen*



Wir wünschen der TSG Roth ein gesundes und sportliches  
Jahr sowie gemütliche Runden mit unseren  
Hefeweizen-Spezialitäten!



**ANDREA REIF**

Heilpädagogik & Entwicklungsbegleitung



Andrea Reif | Heilpädagogin BA

Kugelbühlstraße 2a | 91154 Roth

Telefon: +49 9171 8519852

[www.heilpaedagogik-reif.de](http://www.heilpaedagogik-reif.de)



Horst Suck

## Ju-Jutsu

Ju-Jutsu ist eine sehr interessante und vielseitige Sportart mit dem Schwerpunkt auf Selbstverteidigung. Die TSG bietet für alle Interessierten, ob jung oder alt, männlich oder weiblich, ein Training auf der Matte an, um sich nicht nur körperlich fit zu halten oder freundschaftliche Kontakte zu knüpfen, sondern dabei noch viel für seine eigene persönliche Sicherheit im Alltag zu tun.

### Erwachsene

**Montag, 19:45 - 21:15 Uhr**

**Donnerstag, 19:00 - 20:30 Uhr**

**Sonntag, 09:00 - 11:00 Uhr**

(freies Training nach Bedarf)

NUTRICHEM-Halle, SPECK-Sportpark

NUTRICHEM-Halle, SPECK-Sportpark

NUTRICHEM-Halle, SPECK-Sportpark

### Lebensältere

**Mittwoch, 09:30 - 11:00 Uhr**

NUTRICHEM-Halle, SPECK-Sportpark

### Jugendliche (ab 14 Jahre)

**Donnerstag, 19:00 - 20:30 Uhr**

NUTRICHEM-Halle, SPECK-Sportpark

### Kinder (ab 8 Jahre)

**Donnerstag, 17:30 - 19:00 Uhr**

NUTRICHEM-Halle, SPECK-Sportpark

**Ansprechpartner:** Horst Suck

E-Mail: [ju-jutsu@tsg08-roth.de](mailto:ju-jutsu@tsg08-roth.de)



Winfried Baum

## Kegeln

Kegeln hat in Roth und insbesondere bei der TSG eine lange Tradition. Sowohl auf sportlichem Gebiet durch die Teilnahme am Ligabetrieb des Bayerischen Sportkegler Verbands, wie auch auf gesellschaftlicher Seite durch zahlreiche Veranstaltungen. Wer Lust auf sportliche Betätigung hat, ist herzlich willkommen. Auf unseren 4 modernen Bundeskegelbahnen macht Kegeln so richtig Spaß. Unverbindliches Probekegeln ist zu unseren Trainingszeiten jederzeit möglich.

### Erwachsene

**Dienstag, 16:00 - 21:00 Uhr**

**Donnerstag, 16:00 - 22:00 Uhr**

Kegelbahn (SPECK-Sportpark)

Kegelbahn (SPECK-Sportpark)

**Ansprechpartner:** Winfried Baum, Tel.: 09171/62793 E-Mail: [kegeln@tsg08-roth.de](mailto:kegeln@tsg08-roth.de)

### In Planung:

*Aufbau einer Jugendgruppe. Bei Interesse gerne vormerken lassen!  
Wir informieren euch, wenn es losgeht!*

Andi,  
unser Azubi

**Beginne deine Ausbildung  
oder dein duales Studium  
bei der Sparkasse  
Mittelfranken-Süd.**

Werde Teil unseres Teams und  
bewirb dich jetzt unter



[www.spkmfrs.de/ausbildung](http://www.spkmfrs.de/ausbildung)  
[www.spkmfrs.de/dualesstudium](http://www.spkmfrs.de/dualesstudium)

**Weil's um mehr als Geld geht**

**Mehr Spielfeld.  
Weniger Ersatzbank.**

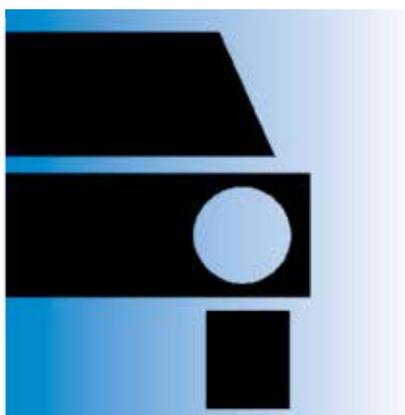


Sparkasse  
Mittelfranken-Süd

**N O D E R E R**

seit 1950

KFZ - SACHVERSTÄNDIGENBÜRO



- DAT - Prüf - Schätzstelle
- Mitglied im BVSK
- Schaden - Schnell - Hilfe - Station
- Zertifizierter Sachverständiger (Ist-Zert) für Kraftfahrzeugschäden und -bewertungen

Inhaber: Dipl. Ing. (FH) **A. Noderer**

Rothenburger Str. 317  
90431 Nürnberg  
Tel.: 09 11 / 65 39 055  
Fax: 09 11 / 61 69 37

Neumarkt  
Erlangen

[info@sv-noderer.de](mailto:info@sv-noderer.de)  
[www.sv-noderer.de](http://www.sv-noderer.de)

Röntgenstraße 25  
91154 Roth  
Tel.: 09 1 71 / 31 55  
Fax: 09 1 71 / 31 45



Günther Sperber

Neue Aufnahme in die Gruppen bis 9 Jahre nur mit Anmeldung bei [kinderleichtathletik@tsg08-roth.de](mailto:kinderleichtathletik@tsg08-roth.de)

Donnerstag 18.00 – 19.00 Uhr  
Sportabzeichen alle Altersklassen  
Kreissportanlage

## Leichtathletik

Die Leichtathletik umfasst ein großes Spektrum von Bewegungsformen wie Laufen, Springen und Werfen. Finde für dich eine Herausforderung beim Erlernen einer oder mehrerer Techniken unter sachkundiger Anleitung eventuell um sogar die Königsdisziplin, den Zehnkampf zu absolvieren.

### Trainingszeiten Sommerhalbjahr 2024 (Ostern – Oktober)

#### Kinder bis 12 Jahre

<b>Freitag</b>	<b>15.15 – 16.15 Uhr</b>	Eltern+Kind (ab Laufen können bis 4)	Förderzentrum
<b>Donnerstag</b>	<b>16.00 – 17.00 Uhr</b>	Bambini I (4 – 6)	Förderzentrum/Kreissportanlage
<b>Donnerstag</b>	<b>17.00 – 18.30 Uhr</b>	Kinder (7 - 9)	Kreissportanlage
<b>Mittwoch</b>	<b>17.00 – 18.30 Uhr</b>	Kinder (10 - 11)	Kreissportanlage

#### Jugend ab 12 Jahre (Jahrg. 2013)

<b>Montag</b>	<b>17.00 – 19.00 Uhr</b>	allgem. Training	Kreissportanlage
<b>Dienstag</b>	<b>18.00 – 19.30 Uhr</b>	Lauftraining	Kreissportanlage
<b>Mittwoch</b>	<b>17.30 – 19.00 Uhr</b>	Lauftraining	Kreissportanlage
<b>Donnerstag</b>	<b>17.00 – 19.00 Uhr</b>	allgem Training	Kreissportanlage

#### Erwachsene

<b>Montag</b>	<b>17.00 – 19.00 Uhr</b>	allgem. Training	Kreissportanlage
<b>Dienstag</b>	<b>18.00 – 19.30 Uhr</b>	Lauftraining	Kreissportanlage
<b>Mittwoch</b>	<b>17.30 – 19.00 Uhr</b>	Lauftraining	Kreissportanlage
<b>Donnerstag</b>	<b>17.00 – 19.00 Uhr</b>	allgem. Training	Kreissportanlage
<b>Sonntag</b>	<b>9.00 Uhr</b>	Lauftreff	Parkplatz Kreisklinik

#### Senioren

<b>Montag</b>	<b>18.00 – 19.00 Uhr</b>	Kraftausdauer (Senioren)	RS-Halle
<b>Mittwoch</b>	<b>18.00 – 19.00 Uhr</b>	Senioren-Fitness	TSG-Sportzentrum, Iila Saal

**Ansprechpartner:** Günther Sperber, Tel.: 09171/4979 · E-Mail: [leichtathletik@tsg08-roth.de](mailto:leichtathletik@tsg08-roth.de)



Gerd Hafner

## Stocksport

Das Stockschießen wird im Winter auf Natur- oder Kunsteis und im Sommer auf Asphalt, Beton oder Pflaster gespielt. Hierzu haben die Stöcke verschiedene Laufsohlen. Der Stocksport ist eine moderne Sportart, die von der Jugend bis ins hohe Alter zum Vergnügen, zur Körperertüchtigung und nicht zuletzt zur geselligen Unterhaltung ausgeübt werden kann.

**Mannschaftsspiel** (Interessenten sind zum Schnuppertraining herzlich willkommen)

<b>Mittwoch,</b>	<b>17:00 - 20:00 Uhr</b>	Stocksporthalle (SPECK-Sportpark)
<b>Samstag,</b>	<b>14:00 - 17:00 Uhr</b>	Stocksporthalle (SPECK-Sportpark)
<b>Sonntag,</b>	<b>09:30 - 12:00 Uhr</b>	Stocksporthalle (SPECK-Sportpark)

#### Turnierspieler Einzel- und Mannschaftstraining

<b>Montag,</b>	<b>17:00 - 21:00 Uhr</b>	Stocksporthalle (SPECK-Sportpark)
----------------	--------------------------	-----------------------------------

**Ansprechpartner:** Gerd Hafner, Tel.: 09171/5338 · E-Mail: [stocksport@tsg08-roth.de](mailto:stocksport@tsg08-roth.de)



## Ihr Einstieg in die Premiumklasse.

Ihr junger Gebrauchter von Mercedes-Benz.

So gut wie neu und preislich mehr als verlockend: Gepflegte Jahreswagen und andere junge Gebrauchte  
Steigen Sie jetzt ein – kommen Sie zur Probefahrt!

Mercedes-Benz



Anbieter: Mercedes-Benz AG, Mercedesstraße 120, 70372 Stuttgart

Ihr Partner in Roth:

**Auto Dösel GmbH & Co. KG**

Autorisierter Mercedes-Benz Service, Fuggerstraße 11, 91154 Roth, [Http://www.auto-doesel.de](http://www.auto-doesel.de)

E-Mail: [roland.rachinger@auto-doesel.com](mailto:roland.rachinger@auto-doesel.com), Tel.: 09171 9711-16, Fax: 09171 9711-50



Domme Sanitär & Heizungsbau,  
Ihr Partner für Wasser und Wärme.

**[www.domme-haustechnik.de](http://www.domme-haustechnik.de)**

**0175 574 15 64 / SPALT**

BERATUNG

PLANUNG

MONTAGE

WARTUNG



Iris Schneider

## Tischtennis

Tischtennis wird oft als eine der „schnellsten Ballsportarten der Welt“ bezeichnet. Schon in ganz jungen Jahren kann mit diesem Sport begonnen werden. Dieser kann bis ins hohe Alter ausgeübt werden. Reaktion, Schnelligkeit, Ausdauer und „Kopfarbeit“ sind gefragt. Ein hart geschlagener Ball kann bis zu 180 km/h schnell werden. Tischtennis ist eine Sportart, die das ganze Jahr gespielt werden kann.

### Erwachsene

**Mittwoch, 19:00 - 21:00 Uhr**  
**Freitag, 18:00 - 20:00 Uhr**

Realschule Roth  
 Grundschule Gartenstraße

### Jugend

**Mittwoch, 17:30 - 19:00 Uhr**  
**Freitag, 16:00 - 18:00 Uhr**

Realschule Roth  
 Grundschule Gartenstraße

**Ansprechpartner:** Iris Schneider · Tel.: 0178 1860763 · E-Mail: tischtennis@tsg08-roth.de



Thomas Herrmann

## Triathlon

Die Faszination Triathlon besteht aus einem anspruchsvollen Dreikampf, bei dem die Zeit vom Schwimmstart, auf der Radstrecke und beim Laufen bis ins Ziel nonstop durchläuft. Wer mit seiner körperlichen Leistungsfähigkeit und seiner Willenskraft ein komplettes Rennen durchgestanden hat und seine Ziele erreichen konnte, fühlt sich happy. Unsere Trainer:innen, meist selbst begeisterte Triathlet:innen, geben diesen Spirit gerne an Interessierte weiter und bieten für alle Alters- und Leistungsgruppen regelmäßige Trainings an. Der Erfolg gibt uns recht, denn in unserer Abteilung wurden viele erfolgreiche Athlet:innen geformt, die heute dazu beitragen, dass ROTH zu einer der ersten Adressen gehört, wenn es um das Thema Triathlon geht. Aber auch Einsteiger und weniger ambitionierte Sportler:innen sind herzlich willkommen. Wir freuen uns auf ein Training mit euch!

### Erwachsene

**Schwimmen Mo., Di., Mi., Fr., So.**  
**Laufen Mittwoch, 17:30 - 19:00 Uhr**  
**Radfahren Samstag, 10:00 - 13:00 Uhr**

Freibad Roth  
 Kreissportanlage Roth  
 Treffpunkt - SPECK-Sportpark

### Jugend (ab 12 Jahren)

**Schwimmen Mo., Di., Mi., Fr., So.**  
**Laufen Mittwoch, 17:30 - 19:00 Uhr**  
**Radfahren Samstag, 10:00 - 13:00 Uhr**

Freibad Roth  
 Kreissportanlage Roth  
 Treffpunkt - SPECK-Sportpark



### Hinweis: Trainingszeiten

Die Trainingszeiten können sich noch kurzfristig ändern.

Neue Teilnehmer und Schnupperer sollten sich vorab bei der Abteilung informieren.

Triathlon Fortsetzung nächste Seite



Mit Sicherheit Ihr Vorteil!

# Versicherungs-Vermittlung Nagl

## Versicherungsmakler



„Lassen sie sich zum Thema Versicherungen und Finanzen unabhängig beraten!“



Firmenkundenberatung  
Privatkundenberatung

Unabhängig seit  
**1991**  
in Roth

[www.fondsberatung-nagl.de](http://www.fondsberatung-nagl.de)

[www.versicherungsmakler-nagl.de](http://www.versicherungsmakler-nagl.de)



[www.facebook.com/VersicherungsmaklerNagl](https://www.facebook.com/VersicherungsmaklerNagl)

[www.instagram.com/Versicherungsmakler\\_Nagl](https://www.instagram.com/Versicherungsmakler_Nagl)



### Einsteigerprogramm 2024

# Triathlon Verschenken

### Preis

50  
Euro

+

TSG 08  
Mitgliedschaft

### Leistungen

- #kostenfreier Kraulkurs
- #kostenfreier Trainingsplan
- #kostenfreier Start am MEMMERT Rothsee Triathlon



Die Details



**EINSTEIGERPROGRAMM für Triathlon**  
powered by TSG 08 Roth





Thomas Herrmann

**Kinder** (6 – 12 Jahre)**Schwimmen****Laufen****Radfahren****Sonntag****Mittwoch, 17:30 - 18:30 Uhr****Samstag, 10:00 - 12:00 Uhr**

Zeit und Ort: noch offen

Kreissportanlage Roth

Treffpunkt - SPECK-Sportpark

**Ansprechpartner:**

Thomas Herrmann · E-Mail: triathlon@tsg08-roth.de

Christine Kopp (Trainingssteuerung), Tel.: 0160/5325051

*Siehe auch Trainingszeiten vorherige Seite***Hinweis:** Die Trainingszeiten können sich noch kurzfristig ändern. Neue Teilnehmer und Schnupperer sollten sich vorab bei der Abteilung informieren.

Manja Sonntag

## Volleyball

Ob für ambitionierte Sportler oder in der Freizeit, Volleyball geht immer. Im Urlaub am Sandstrand, in unseren Freibädern oder an unseren schönen Seen finden wir Volleyballanlagen. Die Community ist gut drauf und Mitspieler:innen sind immer willkommen. Der Beachvolleyballplatz der TSG hebt sich in unserer Region besonders hervor und ist einfach erste Wahl. Damit Ihr mit einem guten Gefühl startet, vermitteln wir Euch die erforderlichen Techniken kombiniert mit Übungen und spielerischer Anwendung. Bewegung und Teamplay sind der optimale Ausgleich zum Alltag für Körper und Geist. Bei schlechtem Wetter und in den Wintermonaten spielen wir in der Halle. Schnuppert rein und macht einfach mit. Wir garantieren für den maximalen Spaß.

**Erwachsene** (Hobby-Mixed)**Mo./Mi.,****20:00 - 22:00 Uhr**

Gymnasium Roth

**Beachvolleyball** (Juni - September; je nach Wetter)**Mo./Mi.,****18:00 - 20:00 Uhr**

SPECK-Sportpark

**Jugend****Montag,****18:30 - 20:30 Uhr** (September bis Mai)

Gymnasium Roth

**Montag,****17:00 - 19:00 Uhr** (Juni bis September)

SPECK-Sportpark

**Ansprechpartnerin:**

Manja Sonntag · Tel.: 0162/9171919 · E-Mail: volleyball@tsg08-roth.de

# Entdecke die Vielfalt der Firmengruppe

# Burkhartsmaier.de

- Malerarbeiten
- Stuck und Putz
- Industrielackiererei
- Trockenbau
- Email Beschichtung
- Pulverbeschichtung



AdobeStock © SardarMuhammad



Ostring 5 ■ 91154 Roth ■ Tel.: 0 91 71 / 97 01-0 ■ burkhartsmaier.de

Sei **außergewöhnlich** mit uns!



Alexandra Maximini

## Privatverein · Wandern–Kultur–Geselligkeit

Seit 2022 ist der ehemalige eigenständige Privatverein als Abteilung bei der TSG integriert. Wanderungen, Ausflüge, Fahrten und Vieles mehr stehen auf dem Programm. Die Aktivitäten sind sehr gut besucht und überwiegend ausgebucht. Alle TSG-Mitglieder und auch Nicht-Mitglieder sind herzlich eingeladen, teilzunehmen. Aktuelle Infos, Bilder und Berichte sind auf der Website zu finden.

### Programm 2024

- 24.03.2024**      **Abteilungsversammlung** bei der TSG, 15:00 Uhr
- 19.03.2024**      **Besichtigung Biohof Käserei Hagsbronn/Spalt mit Kostproben,**  
danach Einkehr im Wirtshaus „Frische Quelle“, Treffpunkt Festplatz 14.30 Uhr
- 09. 05.2024**      **Maiwanderung „Fränkische“**
- 17. -20.05.2024**      **4-Tagesfahrt nach Brüssel.**  
Unterlagen dafür wurden verschickt. Anmeldung bei Peter Pichl.
- 29.06.2024**      **Ausflug Regensburg,** Bayerisches Museum, Himalaya Garten
- 10.07.2024**      **Stammtisch bei Alex** – Café Moka, ab 16:00 Uhr
- 24.07.2024**      **Ziegenkaffee** – Führung und dann Einkehr
- 12.08.2024**      **Kirchweihzug** – Wenn viele mitlaufen, wäre das toll!
- 22.09.2024**      **Herbstwanderung**
- 10.10.2024**      **Nürnberger Unterwelten** – geheime Bunker  
Bierkeller mit Bierverskostung und Abendessen
- 26.10.2024**      **Weinfahrt** – Dettelbach
- 08.11.2024**      **Stammtisch** im Café FIS in Roth ab 14.30 Uhr
- 07.od.14.12.2024**      **Adventsfahrt Berg/ Hausheim**

Änderungen vorbehalten · Nähere Informationen auf der TSG Homepage oder im Schaukasten neben dem Café MoCa in Roth

**Anmeldungen:** maximini72@googlemail.com oder Tel: 0170-2758477

**Ansprechpartnerin:** Alexandra Maximini

**Auch für Nicht-Mitglieder**

# BOUTIQUE Cafe MoCa



Bei uns gibt es:

- › **Leckeres Frühstück**  
(Wäre toll auf Vorbestellung)
- › **Selbstgemachte Kuchen**  
(täglich frisch)
- › **Wechselnde Tagesgerichte**  
(z. B. kleine Snacks, Suppen aller Art)

Unser Café:

- › **Die Location für kleine Feiern**  
(z.B. Geburtstage, Taufen, usw. bis 20 Personen)
- › **Damenmode**  
und ausgesuchte Accessoires
- › **Herrenmode ...**  
... jetzt neu im Sortiment

**BOUTIQUE Cafe MoCa**

Inhaberin: Alexandra Maximini

Hauptstraße 8 · 91154 Roth · Tel.: 09171 8538823

Montag bis Freitag:

10 – 18 Uhr

Samstag:

10 – 14 Uhr

Jeden 1. Sonntag im Monat:

13 – 17 Uhr

# t.lay

painting experts

Malermeisterbetrieb

Wir begehren Wände.

Hilpoltsteiner Str. 40

91154 Roth

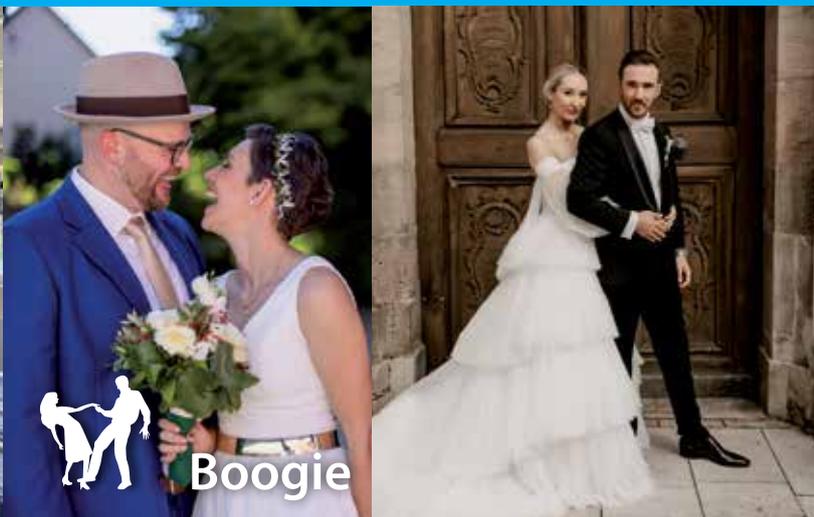
T: 0172 3498428



[www.tlay.de](http://www.tlay.de)



Billard



Boogie

## Pool Factory

### Neue Tische, Räume und anspruchsvolles Training

Die Pool Factory, Abteilung Pool-Billard und Snooker, ist mit frischem Wind ins neue Jahr gestartet. Mit fünf Pool-Billardtischen der Marke Dynamic geht es in die weitere Spielzeit. Diese konnten zu attraktiven Konditionen von der Euro Tour, einem der prestigeträchtigsten Turniere Europas, erworben werden. Die Tische gelten derzeit als eine der hochwertigsten Optionen auf dem Markt. Der Wechsel zu den Dynamic-Tischen bedeutet eine langfristige Verbesserung in Bezug auf die Spielqualität. Die alten Tische wurden gut verkauft. Den Erlös steckte die Abteilung in die Erneuerung von Spielausrüstung und die Aufwertung der Räumlichkeiten.

### Theke mit Blick aufs Spiel

Engagierte Mitglieder haben Wände gestrichen und Bilder aufgehängt. Eine neue Theke und moderne Barhocker wurden installiert, um den Zuschauern eine bessere Sicht auf die spannenden Billardpartien zu ermöglichen. Besonders hervorzuheben ist die großzügige Unterstützung der Firma Fath aus Spalt, die nicht nur das Thekensystem nach den Vorstellungen der Abteilung konzipierte, sondern es auch großzügig sponsorte. Dafür bedanken wir uns herzlich. Neben den äußeren Veränderungen hat die Pool Factory auch im Bereich der Organisation einen großen Schritt nach vorne gemacht. Das Abrechnungssystem für Getränke und Snacks wurde digitalisiert, was zu einer erheblichen Reduzierung des Verwaltungsaufwandes führt.

### Viele neue Mitglieder · Training auf höchstem Niveau

Das wöchentliche Training am Donnerstag unter der Leitung von Oliver Hartl, Marcus Betz und Christian Wagner erfreut sich großer Beliebtheit. Die Mitglieder profitieren nicht nur von hochwertigem Training, sondern auch von einem neuen Trainingsset. Es ist ein Geschenk eines befreundeten Vereins aus Neumarkt. Das Set - bestehend aus Tool-Folien und einem Trainingsbuch - ermöglicht es, das Positionsspiel, den Stoß und die Technik nach den Methoden des deutschen Top-Trainers Christian Reimering zu verbessern. Besonders erfreulich ist, dass in den letzten Monaten viele neue Mitglieder für den Billardsport begeistert wurden. Sie haben sich binnen kurzer Zeit super in die Abteilung eingelebt. Ein großer Dank gebührt allen Mitgliedern, Unterstützern und Sponsoren, die diesen erfolgreichen Start für 2024 ermöglicht haben. Denn auch sportlich läuft es gut: Drei Mannschaften haben im Pool-Billard und Snooker realistische Chancen, den Aufstieg zu erreichen. (☞ *Tevfik Cengiz, Abteilungsleiter*)

## Tanzen verbindet

### 3 x läuteten die Hochzeitsglocken bei den Boogie Friends

Ferien, nein Danke! Seit sieben Jahren sind die Boogie Friends schon ein fester Bestandteil der TSG 08 Familie. Trainiert wird das ganze Jahr über, auch während der Ferien. Die Boogie-Abteilung hat während der Weihnachtsferien zusätzlich einen Boogie-Schnupperabend angeboten, an dem viele begeisterte Tänzerinnen und Tänzer teilgenommen haben. Die Begeisterung war groß, sofort wurde nach weiteren Abenden gefragt. Schon am 14. Januar boten Franz und Annegret Pogats einen Kurs an.

### Neu – Neu – Neu

Annegret Pogats, seit kurzem Trainerin mit C-Schein, bietet jetzt auch „Erlebnistanz“ an. Dabei stehen Lince-Dance, Kreistänze und Blocktänze auf dem Programm. Der Vorteil ist, dass man ohne Partner teilnehmen kann (s.Seite 26).

### Begeisterung hält an

Die wöchentlichen Trainingstermine, sonntags von 19 bis 20.30 Uhr und montags von 20 bis 21.30 Uhr, erfreuen sich weiter vieler begeisterter Teilnehmer.

### Über die Tanzfläche hinaus

Die Boogie Friends tanzen nicht nur, sondern feiern auch sehr gerne zusammen. Groß war die Begeisterung wieder bei der beliebten Abteilungs-Weihnachtsfeier. Mit Essen, Trinken, viel Tanzen und mit Showeinlagen wurde bis in die frühen Morgenstunden gefeiert. Außerdem waren im Januar wieder viele Mitglieder bei der Skifahrt nach Österreich dabei. Am Tag wird Ski gefahren und am Abend fleißig Boogie getanzt!

### Boogie-Paare im Glück

Im September haben zwei weitere Boogie-Paare geheiratet: Tobias Grimm und Lara Vogt, sowie Florian Pogats und Patricia Gerngroß, die seit vielen Jahren Mitglieder der Boogie Friends sind, haben sich im September das Jawort gegeben. Viele Mitglieder standen Spalier und überreichten jeweils ein Geschenk im Auftrag der Boogie Friends. Lara, Tobias und Florian haben zahlreiche Meistertitel bei Boogie-Turnieren geholt. (☞ *Annegret Pogats*)



E-Mail: [info@tsg08-roth.de](mailto:info@tsg08-roth.de)

Web: [www.tsg08-roth.de](http://www.tsg08-roth.de)



Darts



Fußball

## Cool bleiben trotz heißer Competitions

Mit einer spannenden Ligasaison, heißen Wettkämpfen und einer modernisierten Dartsanlage geht es optimistisch in die Zukunft. Möge die Rückrunde genauso aufregend werden wie die Hinrunde!

### Ligabetrieb

Die Dartsaison 2023/2024 hat für die Dartabteilung mit einem beeindruckenden Zuwachs an Mitgliedern und begeisterten Spielern begonnen. In der Vorsaison war eine Mannschaft aktiv, jetzt haben sich gleich drei schlagkräftige Teams formiert. Die dritte Mannschaft, taktisch mit den stärksten Spielern besetzt, hat sich das ehrgeizige Ziel gesetzt, in der Spitze mitzuspielen. Die erste und zweite Mannschaft sollen vor allem Spielspaß haben und Erfahrungen sammeln. In der Bezirksklasse H des MOFDV liegt die erste Mannschaft nach der Hinrunde leider auf dem letzten Platz. Ein Sieg und ein Unentschieden konnten verbucht werden. Die Stimmung ist gut. Die Duelle mit Dartvereinen in der Umgebung sind ausgesprochen lehrreich. Das ein oder andere hätte auch noch anders ausgehen können. Einen respektablen 5. Platz hat sich die zweite Mannschaft in der Bezirksklasse E erkämpft. Mit drei Siegen und zwei Unentschieden haben sie ihre Stärke bewiesen und jedem Spieler die Möglichkeit gegeben, sich zu beweisen. Die dritte Mannschaft hat als stärkste Truppe ihrer Favoritenrolle alle Ehre gemacht. Das letzte Spiel der Hinrunde in der Bezirksklasse D versprach als Spitzenspiel Hochspannung. Die TSG traf als Tabellenzweite auf die Tabellenersten „Dartbiber Giech“. Obwohl sich die TSG mit einer knappen 5:7-Niederlage geschlagen geben musste, geht es optimistisch in die Rückrunde.

### Competition 23/24

Die wöchentliche Competition, immer montags, erfreut sich reger Beteiligung. Mit über 30 Teilnehmern an einem Spieltag ist langsam die Kapazitätsgrenze erreicht. Besonders spannend ist der aktuelle Kampf um Platz 1 in der Rangliste. Patrick Lang von der TSG 08 kämpft verbissen darum, die Spitzenposition zu verteidigen, während Matthias Rau vom SC 04 Schwabach knapp dahinter lauert.

### Ausstattung

Die Dartsanlage hat ein Upgrade bekommen: Eine Klimaanlage sorgt künftig dafür, dass Schweißperlen nur noch wegen spannender Duelle entstehen. Herzliches Dankeschön geht an Alexander Domme Haustechnik Heizung & Sanitär für den Einbau.  
(📧 Frank Friedrich)

## Treue Sponsoring-Partner

### Firma Burkhardtmaier: Ein Geben und Nehmen

Im Herbst 2023 stand ein besonderer Teamausflug für die U17-Fußballer mit den Trainern Oliver Wellert und Michi Böhme an. Es ging ins Rother Gewerbegebiet. Treffpunkt war die Industrielackiererei der Unternehmensgruppe Burkhardtmaier. Unter dem Motto „neue Wege gehen“, stand dieser Ausflug der 17 Fußballer und einer Fußballerin.

Kai Wellmann, Geschäftsführer der sieben Firmen mit insgesamt über 120 Mitarbeitern umfassenden Burkhardtmaier Holding, formulierte es bei seiner Begrüßungsrede und einem kleinen Imbiss so: „Unser Aspekt des Sponsorings ist ein gegenseitiges Geben und Nehmen. Deshalb freuen wir uns sehr, euch heute unsere Arbeit näherzubringen. Gerne bieten wir euch die Möglichkeit, eine Ausbildung bei uns zu machen und Teil unseres Teams zu werden.“

Die Geschäftsführer Wigo Steinberg (Beschichtungs- und Lackiertechnik) und Sven Domin (Industrielackiererei) sowie Oswald Pfahler (kaufmännischer Leiter der Industrielackiererei) stellten ihre jeweiligen Bereiche vor, anschließend ging es in zwei Gruppen auf Betriebsführung samt Praxisteil für die jungen Fußballer.

Eine spontane Abfrage zuvor hatte ergeben, dass nicht wenige der noch die Schulbank drückenden Nachwuchskicker noch keine detaillierten Vorstellungen davon haben, was nach der Schule im Berufsleben auf sie zukommen wird. Der TSG ist nicht nur die fußballerische Ausbildung ihrer Kicker wichtig. Kontakte zu knüpfen und Einblicke in verschiedene Bereiche zu ermöglichen, das hat sich die Nachwuchsarbeit der Fußballabteilung mit auf die Fahne geschrieben. Bei den Eltern sei die erste Aktion dieser Art auf Interesse und positive Resonanz gestoßen, berichtete Trainer Oliver Wellert. Wie geht es in einem Betrieb zu, welche Arbeit oder welche Möglichkeiten der Ausbildung oder auch Praktika gibt es – Die Verantwortlichen der Firmengruppe Burkhardtmaier gaben den Nachwuchskickern allerlei Informationen an die Hand. Auch das 1974 in Roth gegründete Traditions-Unternehmen ist in Zeiten zunehmenden Fachkräftemangels immer auf der Suche nach geeigneten Azubis in ganz verschiedenen Bereichen: Kaufleute, Logistiker und Techniker. „Beide Seiten können von so einer Zusammenarbeit profitieren“, waren sich Harald Ludwig und Oswald Pfahler einig.



## Fußball



### KÜCHENPLANER verlängert bis 2025

Die Fußballabteilung darf sich seit vielen Jahren über die Unterstützung des Unternehmens „DIE KÜCHENPLANER habicht + sporer“ freuen. Und sie darf dies auch weiterhin, denn beide Seiten einigten sich auf eine Verlängerung des Sponsorings bis zum Ende des Jahres 2025. Ziemlich unkompliziert verlief auch diese Vertragsverlängerung. Denn Harald Ludwig als Sponsoring-Beauftragter der TSG-Fußballer und die Unternehmensführung um Geschäftsführerin Veronika Habicht-Häcki pflegen eine gute Zusammenarbeit, verbunden auf kurzen Wegen.

So dauerte es nicht lange, als die TSG-Fußballer im Herbst 2023 auf der Suche nach neuen Bällen für ihre Jüngsten waren. Mit den vorhandenen Exemplaren waren die „Zwerge“ der Eltern-Kind-Fußballstunde (U3) und der Spielstunde (U5) doch etwas überfordert. Kurze Zeit später konnten die altersgerechten Bälle dank Unterstützung von „DIE KÜCHENPLANER habicht + sporer“ übergeben werden. Das Kindertraining mit passendem Material war gesichert.

Auch das Familienunternehmen will sich noch mehr als bisher in der Nachwuchsabteilung der TSG-Kicker einbringen, so Rainer Köhler, Marketingbeauftragter von „DIE KÜCHENPLANER habicht + sporer“: „Wir sind deshalb auch in den Jugendförderkreis der TSG-Fußballabteilung eingetreten.“ Harald Ludwig zeigte sich im Namen der Fußballabteilung dankbar für die Unterstützung und hofft weiterhin auf eine solch reibungslose Zusammenarbeit.

### Herrenteams wieder in der Spur

Nach einigen mageren Jahren haben unsere beiden Herrenmannschaften wieder in die Erfolgsspur gefunden. Der personelle Umbruch im Team und die vielen nachrückenden jungen Spieler aus der eigenen U19 sorgen dafür, dass die erste Saisonhälfte 2023/24 positiv verlaufen ist. Die Erste mischt in der Kreisklasse vorne mit, die Reserve als Unterbau spielt in der A-Klasse bislang eine alles in allem sorgenfreie Runde. Wenn die zweite Saisonhälfte Mitte März beginnt, wollen unsere beiden Herrenmannschaften samt Trainer- und Betreuersteam genau daran anknüpfen und freuen sich auch über Unterstützung, vor allem bei den Heimspielen im Speck Sportpark.

### U17 holt Meistertitel, U15 steigt auf

Sportlich tolle Erfolge konnten unsere U17/1 und die U15 in der Herbstrunde verbuchen. Als Meister der Kreisliga West hat sich die B1 von Trainer Oliver Wellert für die Aufstiegsrunde zur BOL im Frühjahr qualifiziert. Die U15-Jungs von Serhat Gökce und Michi Streb spielen in der Frühjahrsrunde in der Kreisliga, sie belegten in der Herbstrunde der Kreisklasse einen der Aufstiegsplätze. Glückwunsch an die Spieler und die Trainer!

### Verbands-Ehrung für Thomas Wellert

Beim Ehrungsabend zum Tag des Ehrenamts im Fußballkreis NM/Jura war auch die TSG eingeladen. Unser langjähriger Jugendleiter Thomas Wellert hat „für vorbildliche ehrenamtliche Leistungen im Fußballsport“ Urkunde und DFB-Uhr erhalten. Absolut verdient, wir schließen uns gerne an: Danke Thomas für dein unermüdliches Engagement im Jugendfußball, welches du schon beim TSV Roth begonnen hast, bei der JFG Franken-Jura maßgeblich fortgeführt hast und auch in verantwortlicher Position bei der TSG 08 beibehältst!





## Fußballer auf der Piste

Seit vielen Jahren gibt es die Fußballer-Skifahrt, zum ersten Mal seit vielen Jahren ging es am vergangenen Wochenende aber wieder einmal nach Südtirol. Die knapp über 40-köpfige Reisegruppe steuerte diesmal Ratschings bei Sterzing an. Insofern gut gewählt von der neuen Reiseleitung, da sich in diesem feinen aber kleinen Skigebiet wirklich nur Skifahrer mit Links-Rechts- oder Oben-Unten-Schwäche verirren können (soll es aber gegeben haben). Gepasst hat nicht nur das Kaiserwetter, auch die mehrmals erwähnte Pünktlichkeit der Reisegruppe soll sich bis in die Oberpfalz herumgesprochen haben. Von manch höchstwahrscheinlich nachhaltig geistiger Verletzung abgesehen kam der Großteil der Gruppe auch unversehrt nach Hause, Rodel-Karambolagen und von Verantwortlichen umgegrätschte Snowboarder ausgeklammert... *Lange Rede kurzer Sinn, herzlichen Dank an Hannes und Flo für die Organisation, bis 2025.*

## AH gewinnt eigenes Dreikönigsturnier

Unsere Alten Herren haben sich den Titel zurückgeholt. Die TSG'ler gewannen ihr traditionelles Dreikönigs-Turnier in der Nutrichem-Halle und blieben dabei in sechs Spielen (vier Siege, zwei Remis, nur vier Gegentore) ungeschlagen. Auf den Plätzen folgten Titelverteidiger TV Eckersmühlen, die SG Pfofeld/Theilenhofen, die SpVgg Roth, die DJK Eintracht Allersberg und die SG Rauenzell-Herrieden vor dem SV Pfaffenhofen. Der Dank von TSG-AH-Spielleiter Herbert Porlein bei der Siegerehrung im Restaurant Waldblick galt allen teilnehmenden Mannschaften, den Schiedsrichtern Werner Fischer und Roland Wolfschläger, der Turnierleitung sowie den Helfern aus der TSG-AH, die sich um das leibliche Wohl gekümmert haben.

(📷 und Fotos: Mathias Hochreuther)



## Crêpesstand auf dem Weihnachtsmarkt

### Süßer Erfolg der JuJutsu-Abteilung

Die Crêpes-Bude hat sich auf dem Rother Weihnachtsmarkt als wahrer Publikumsmagnet erwiesen. Mit viel Engagement, Kreativität und Teamgeist gelang es der Ju-Jutsu-Abteilung, nicht nur köstliche Gaumenfreuden zu bieten, sondern auch eine herzliche Atmosphäre zu schaffen, die die Menschen verzauberte. Akribische Vorbereitung, beste Zutaten, und liebevolle Dekoration: Mit diesem Paket hat sich die süße JuJutsu-Bude in die Herzen der Marktbesucher gebacken und viele kamen nicht nur einmal zum Schlemmen und Ratschen vorbei.

Das Geheimnis des Erfolgs lag nicht nur in der Qualität der Crêpes, sondern auch in der Vielfalt der angebotenen Variationen. Dabei orientierten sich die Crêpes-Bäcker an den klassischen Zutaten wie Nutella, Zimt/Zucker, Kinderschokolade oder Apfelmus. Dazu gab es Glühwein und Kinderpunsch und jede Menge positive Energie und spürbaren Teamgeist.

Erfreulich groß war dann sowohl das Interesse an den Infos zur Abteilung als auch der Verkaufserlös. „Die Resonanz der Besucher übertraf unsere Erwartungen“, zog die Abteilung Bilanz. Alle waren mit Begeisterung dabei und freuen sich schon auf die nächsten Einsätze.

## Gürtelprüfungen für Kinder und Jugendliche

Top vorbereitet, aber ganz schön aufgeregt hat eine große Gruppe aus dem JuJutsu-Nachwuchsbereich die nächsthöhere - manche ihre allererste Gürtelprüfung überhaupt- abgelegt. Nervös waren bei diesem besonderen Termin Ende des Jahres nicht nur die Prüflinge, sondern auch die dazugehörigen Eltern.

Unter dem kritischen Blick von Prüfer Horst Suck mussten sie Würfe, Hebeltechniken, Grifflösetechniken oder auch Bewegungsformen zeigen. Alle 17 haben das toll gemacht und haben sich für den nächsthöheren Gürtel qualifiziert. Diese Gürtelgrade wurden vergeben: 5x weiss-gelb, 6x gelbe Spitze, 5x gelb, 1x orange.

Für alle, die diesmal nicht dabei sein konnten, kommt bestimmt bald die nächste Gelegenheit, eine Prüfung abzulegen und auf dem langen Weg Richtung Schwarzgurt weiterzukommen. (📷 Horst Suck)



Horst Suck mit Teilnehmern am Set zusammen mit dem Team der Produktionsfirma „GetFive“



Charlotte Zumbühl, Esther Reidner, Pia Ackermann, Alva Reidner, Melina Meyer, Michael Reidner, Isabell Schnitzler, Julius Hausmann

## Premiere des FDS-Imagetrailers: „Deeskalation und Selbstschutz im Fokus“

Menschen dazu ermutigen, konstruktive Wege zur Konfliktbewältigung zu finden, das ist der Ansatz, den FDS-Seminare verfolgen. Anschaulich zeigt der neue Imagefilm, der vor kurzem Premiere gefeiert hat, die Bedeutung von Deeskalation und Selbstschutz. Ein wichtiges Thema angesichts einer Welt, die von zunehmenden Spannungen und Herausforderungen geprägt ist.

Mit beeindruckenden Bildern und aussagekräftigen Botschaften lenkt der Trailer die Aufmerksamkeit auf die Schlüsselthemen. Ein zentrales Element des Imagetrailers ist die Betonung von Deeskalation als aktive Handlung, die dazu beiträgt, Konflikte auf friedliche Weise zu lösen. Die Szenen ermutigen die Zuschauer dazu, ihre eigenen Fähigkeiten zur Konfliktlösung zu stärken. Der Trailer zeigt eindrucksvoll, dass Deeskalation kein passiver Prozess ist, sondern eine bewusste Entscheidung, die von jedem Einzelnen getroffen werden kann.

Es geht nicht nur um physische Sicherheit, sondern auch um die Entwicklung mentaler und emotionaler Resilienz. Der Film zeigt auf, wie man mit FDS Seminaren Strategien entwickeln kann, um stressige Situationen zu bewältigen und die eigene mentale Gesundheit zu schützen. Es wird verdeutlicht, dass Selbstschutz nicht egoistisch ist, sondern eine Grundvoraussetzung, um aktiv zur Deeskalation beizutragen.

„Insgesamt markiert dieser Imagetrailer einen wichtigen Schritt nach vorne. Deeskalation und Selbstschutz werden nicht länger als isolierte Konzepte betrachtet, sondern als eng miteinander verbundene Prinzipien von FDS, die dazu beitragen, eine sicherere Welt zu schaffen“, sagt Horst Suck. Der Imagetrailer ist bereits online verfügbar. (📺 Horst Suck)

### Hier geht's zum Trailer



## Ehrung für Engagierte Ju-Jutsu-Trainer

Zum Jahresende standen die engagierten Ju-Jutsu-Trainer, die mit ihrem unermüdlichen Einsatz das Vereinsleben bereichern und die Entwicklung unserer Mitglieder maßgeblich beeinflussen, im Fokus. Anerkennung und Wertschätzung stärken das Gemeinschaftsgefühl im Team und motivieren für weitere Fortschritte.

Dank für den Einsatz: Ein Verein lebt von seinen Mitgliedern, insbesondere von den Trainern, die Woche für Woche ihr Fachwissen teilen und die Ju-Jutsu-Begeisterung weitergeben. Die Ehrung zum Jahresende bot Gelegenheit, den Trainern für ihren Einsatz zu danken. Ohne ihre Zeit, ihre Geduld und ihre Leidenschaft wäre die Abteilung nicht das, was sie ist.

Vielfalt der Leistungen hervorheben: Ein Blick auf die Leistungen der Ju-Jutsu-Trainer zeigte die beeindruckende Vielfalt ihrer Aufgaben. Neben dem regulären Training engagieren sie sich auch in der Organisation von Kinder- und Jugendevents, kümmern sich um die Vorbereitung von Gürtelprüfungen und sind Ansprechpartner für die Anliegen der Mitglieder. Die Ehrung zum Jahresende sollte diese Vielfalt würdigen und verdeutlichen, wie umfassend das Engagement der Trainer ist. Ausblick auf das kommende Jahr: Die Jahresabschlussfeier war nicht nur ein Rückblick, sondern auch ein Ausblick auf das kommende Jahr. Sie sollte dazu motivieren, auch in Zukunft mit derselben Leidenschaft und Hingabe am Erfolg der Abteilung zu arbeiten.





E-Mail: [info@tsg08-roth.de](mailto:info@tsg08-roth.de)

Web: [www.tsg08-roth.de](http://www.tsg08-roth.de)



Leichtathletik

## Auf der Erfolgsspur

### Läuft bei der Leichtathletik

**Elias Kolar** hat sich in der deutschen Läufer Spitze fest etabliert. Nachdem er am 13. August unseren Kirchweihlauf als 18-jähriger mit persönlicher Bestzeit gewonnen hatte, überzeugte er auch am 10. September als Zweiter bei den deutschen 10-Km Straßenmeisterschaften der U18 in Bad Liebenzell. Durch die große Hitze konnte die dort erreichte Zeit leider nicht mit der in Roth erzielten mithalten, sodass er den in Reichweite befindlichen bayerischen Rekord nicht unterbieten konnte. Sein Ergebnis reicht aber immerhin für einen hervorragenden dritten Platz in der deutschen Bestenliste. Bereits Anfang August hatte er seine Bestzeit über 1500m auf unter vier Minuten verbessert. Dies ist am Ende die drittbeste Zeit seiner Altersklasse in Bayern und die 12. in Deutschland. **Johannes Weizinger** erzielte zur gleichen Zeit eine überragende Leistung über 3000m, mit der er in der Bestenliste auf dem 4. Platz in Bayern und auf dem 30. Platz in Deutschland landet. Ende Oktober bei den Deutschen Meisterschaften im Crosslauf bestätigte Elias die Zugehörigkeit zur deutschen Spitze durch einen 5. Platz in seiner Klasse. Johannes Weizinger erzielte mit dem 9. Platz auf der Mittelstrecke der allgemeinen Klasse ein tolles Ergebnis.

Aus der weiteren Läufergruppe ist noch **Michaela Jilg** hervorzuheben, die im Trailrunning Bayerische Meisterin der W50 wurde und bei Trails im Pitztal (51km) und im Spalter Hügelland (46km) nicht nur ihre Altersklasse dominierte.

**Michael Rubin** wurde im Laser-Run zu einem Spitzenmann, der bei den Weltmeisterschaften im August in Großbritannien Teil des siegenden deutschen Teams in der M60 war. Auch an der Weltmeisterschaft im Biathle-Triathlon in Bali nahm er sehr erfolgreich teil und wurde Mannschafts-Weltmeister.

**Susen Kunstmann** verbesserte sich auf der 10km-Strecke auf 41:34 min und erreichte am 1. Oktober in Köln bei den deutschen Marathonmeisterschaften den 6. Platz der W40.

**Brigitte Rupp** bestätigte ihre Spitzenstellung in der deutschen W60 mit einem 4. und 5. Platz über die 3000m und im 10km Straßenlauf in der Jahresbestenliste.

Die weiteren Langstreckenläuferinnen und -läufer erzielten auf mitteleuropäischer und bayerischer Ebene gute Erfolge. Unser Dauerläufer **Roland Rigotti** war wieder viel unterwegs bei Straßenläufen in und außerhalb Bayerns.

### Zu Besuch auf Gunnars Hütte

Die Trainingsgruppe von **Coach Alexander Schatz** machte sich im Herbst nach Österreich auf, um ihren früheren Laufpartner **Gunnar Niehusen** zu besuchen. Gunnar zog es vor einigen Jahren als Hüttenwirt nach Österreich, wo er seit letztem Frühjahr die Gablonzer Hütte im Dachsteingebirge bewirtschaftet. Bei herrlichstem Spätsommerwetter bestanden die „Trainingsinhalte“ diesmal aus Bergwandern und Klettern - für so manchen Bahnläufer durchaus eine Herausforderung. Die ausgezeichnete Bewirtung von Gunnar und seinem Team sorgte jedoch dafür, dass die Energiespeicher umgehend wieder aufgefüllt wurden.

### Jahreshauptversammlung mit neuer Team-Kleidung

Die Präsentation des neuen Team-Outfits war Höhepunkt der Jahreshauptversammlung am 2. November. Die Kleidung hat die Abteilung mitfinanziert. „Dank der langjährigen Unterstützung durch den **Team-Sponsor Dieter Leidl**, dem erfreulichen Überschuss aus dem Kirchweihlauf und dem ehrenamtlichen Engagement vieler Mitglieder steht die Abteilung gut da“, lobte **Martin Meyer** als Kassenwart. **Dieter Leidl** verkündete bei dieser Gelegenheit, das langjährige Engagement vorzeitig um weitere fünf Jahre zu verlängern.

### Verleihung der Sportabzeichen

Am 10. November fand die Verleihung der Sportabzeichen im Restaurant Waldblick statt. Es konnten insgesamt 85 Urkunden ausgegeben werden, davon 43 an Kinder und Jugendliche. Das Altersspektrum der Absolventen ging von sechs bis zu erstaunlichen 82 Jahren. Ihre 49. Wiederholung feierten **Brigitte Knoll** und **Joseph Kleiner**. Besonders eifrig waren die Kinder aus der Trainingsgruppe der 6- bis 9- Jährigen gewesen, von denen zwanzig stolz ihre erste Urkunde präsentierten. Zum Abschluss bedankte sich Abteilungsleiter Günther Sperber mit einem Geschenk bei den Mitgliedern des Prüfer Teams und warb dafür, dass sich bei Interesse auch Jüngere dem Prüfer Team anschließen, um die Abnahme des Deutschen Sportabzeichens dauerhaft zu sichern.

(☎ Günther Sperber)



Privatverein



Stocksport

## Erfolgreiche Veranstaltungen

Die Abteilung Privatverein kann auf elf erfolgreiche Veranstaltungen im Jahr 2023 zurückblicken. Bilder und Berichte von den Treffen, Wanderungen und Ausflügen sind auf der Homepage zu finden. Ein Höhepunkt war die Mehrtages-Fahrt an den Neusiedler See mit dem gemeinsamen Besuch des Abba-Musicals „Mamma mia“.

Auch für 2024 gibt es wieder ein bunt gefächertes Programm. Hervorzuheben ist die 4-Tages-Fahrt an Pfingsten nach Belgien mit Abstechern nach Brüssel, Gent und Brügge. Auch Nichtmitglieder oder Neulinge sind immer herzlich willkommen. Anmeldeschluss für die Pfingstreise ist der 29. Februar. Die Abteilung organisiert auch wieder Wanderungen und Tagesfahrten. Unter anderem werden das „Ziegen-Café“ und die „Nürnberger Unterwelten“ Ziele sein.

Die komplette Programmübersicht und aktuelle Infos findet man auf der TSG Homepage unter dem Menüpunkt Abteilungen/Privatverein. Die aktuellen Termine sind auch im Schaukasten des Privatvereines, neben dem Café Moca in Roth angeschlagen.



## Volles Programm für Sportler und Orga-Team

Nach den Coronajahren gab es für die Stockschützen 2023 erstmals wieder die Möglichkeit, das volle Turnierprogramm zu spielen. 28 Turniere, darunter sechs Verbandsturniere wie Meisterschaften und der Pokal des Bezirk V Franken, standen im Kalender. Ein Dank geht an alle Mitglieder und Unterstützer für ihr Engagement.

Das sportliche Programm absolvierten elf aktive Spieler: Karl Woischke (20), Peter Bittner (19), Werner Hager (19), Werner Fischer (10), Michael Satzinger (10), Jürgen Moises (7), Peter Lux (5), Alfred Seibold (4), Josef Rao (3), Rainer Kern (2) und Michael Nachtrab (2).

## Hervorzuheben sind folgende Ergebnisse:

Meisterschaft Sommer Bezirksliga Süd Bezirk VI: 8. Platz und Klassenerhalt, Meisterschaft Sommer Bezirksklasse B Bezirk V: 4. Platz, Bezirkszielwettbewerb Sommer: 4. Platz Werner Hager und 6. Platz Michael Nachtrab, Bezirks Cup DUO Herren Vorrunde: 2. Platz Karl Woischke und Werner Hager und 4. Platz Peter Bittner und Jürgen Moises, Endrunde 7. Platz Michael Satzinger und Werner Hager, Landkreispokal: 2. Platz.

Die Abteilung hat fünf eigene Turniere mit insgesamt 34 Vereinen durchgeführt. An der Vereinsmeisterschaft Zielwettbewerb haben acht Spieler teilgenommen. Meister wurde Peter Bittner mit 362 Punkten, Zweiter Rainer Kern mit 325 Punkten und Dritter Michael Satzinger mit 303 Punkten.

## Vorschau 2024

Die Anzahl der Turniere wird wahrscheinlich bleiben.

Die Teilnahme am Ferienprogramm der TSG 08 Roth ist geplant.

Beim Sport-Festival der TSG am 2. Juni ist man dabei.

Am 21. und 22. Juni finden die Sommerspiele des Genossenschaftsverbands Bayern (GENO) auf der gesamten Sportanlage der TSG 08 Roth statt. Es finden zwei Turniere mit je sechs Mannschaften statt in den Disziplinen Stocksport und Mannschaftswettbewerb. Als Ausrichter ist das Team der TSG für Organisation, Schiedsrichter, Wettbewerbsleiter und Auswertung an beiden Tagen verantwortlich. (📧 Gerd Hafner)



E-Mail: [info@tsg08-roth.de](mailto:info@tsg08-roth.de)

Web: [www.tsg08-roth.de](http://www.tsg08-roth.de)



# Tischtennis



## Erfolgreich Vorrunde

Die Vorrunde der Saison 2023/24 verlief für alle Mannschaften der Tischtennisabteilung recht erfolgreich. Die Damen 1 sind in der Bezirksoberliga souverän Herbstmeister geworden und peilen den sofortigen Wiederaufstieg an, die Herren 1 belegen Platz drei in der Bezirksliga, die Damen 2 und die Herren 2 sind jeweils Tabellenzweiter, punktgleich mit den Herbstmeistern ihrer Liga, und die Herren 3 überwintern immerhin auf einem Nichtabstiegsplatz. Die Jugend 1, die ja neuformiert wurde und nun in der Bezirksliga antritt, konnte einen Mittelplatz behaupten, ebenso wie die Jugend 2. Lediglich die Jugend 3, die in der Bambini-Liga startete, hatte immer wieder Personalprobleme und landete ganz hinten in der Tabelle. Sie wurde deshalb zur Rückrunde abgemeldet. Vielleicht gelingt ja ein Neustart in der nächsten Saison.

## Bayerische Meisterin Hanna Forgacs



Hanna Forgacs, die zwar als Jugendspielerin nach Dillingen gewechselt ist, aber weiterhin bei den Damen 1 in Roth aufschlägt, ließ aufhorchen. Bei den Bayerischen Einzelmeisterschaften holte sie den Titel bei den Mädchen 13. Da ist es nur folgerichtig, dass sie bis Ende 2024 für den Landeskader des BTTV nominiert wurde. Auch Anibal Biton Michaelis, der schon an einigen Turnieren erfolgreich teilgenommen hat, wurde für seine Leistungen belohnt. Er bekam eine Freistellung für das Bezirksranglistenturnier (Jungen 13), muss also dafür kein Qualifikationsturnier mehr bestreiten.

## Besseres Training durch TT-Roboter

Um den Trainingsbetrieb der Jugend noch abwechslungsreicher gestalten zu können, wurde ein moderner TT-Roboter angeschafft. Er kommt freitags in der Halle der Schule Gartenstraße zum Einsatz. Interessierte Jugendliche können gerne mal ab 16 Uhr beim Training vorbeischaun.

## Neue Abteilungsleitung

Werner Knöfel, der seit Ende 2016 unser Abteilungsleiter war, möchte mehr Zeit für seine schriftstellerischen Aktivitäten haben. Er hat deshalb sein Amt aufgegeben. Zur Abteilungsleiterin wurde Iris Schneider gewählt, die bisher schon Werners Stellvertreterin war. Neuer stellvertretender Abteilungsleiter ist nun Robert Stotko. Wir danken Werner für sein jahrelanges Engagement, vor allem im Jugendbereich.

## Final Four Nordwest

Am Palmsonntag wird die Abteilung wieder Ausrichter des Final Four Nordwest im Pokalwettbewerb für die Bereiche Mittelfranken-Süd und Unterfranken sein. Dabei spielen jeweils zwölf Damen- und Herrenteams der Bereiche Verband, Bezirksliga und Bezirksklasse die Pokalsieger aus. Es werden also mindestens 72 Akteure im Einsatz sein. Wer weiß, vielleicht hat ja unsere 1. Damenmannschaft dann einen Heimvorteil...

## Weihnachtsturnier

Das Jahr wurde traditionsgemäß mit unserem 2er-Weihnachtsturnier beendet. Es waren nicht ganz so viele Jugendliche wie 2022 dabei, aber die Mischung hat trotzdem gepasst. Unser Abonnementsieger, Thomas Fersch, musste sich diesmal mit einem hinteren Rang begnügen. Die Paarung Werner Tecker / Werner Knöfel holte den Sieg. Die Geselligkeit kam natürlich auch nicht zu kurz, da für ausreichend Verpflegung gesorgt war.

## Übungsleiterlizenz für Kamil

Kamil Dobrogoszcz, der in Polen als Spieler schon recht erfolgreich war, kam berufsbedingt nach Roth. Er spielt inzwischen in der 1. Herrenmannschaft und ist schon länger beim Jugendtraining aktiv. Im Laufe des vergangenen Jahres hat er bei der BTTA die Ausbildung zum Übungsleiter absolviert und vor Weihnachten auch die Prüfung bestanden. Zum Zertifikat fehlen ihm nur noch die geforderten Praxisbausteine. Wir freuen uns, nun einen weiteren qualifizierten Trainer zu haben. (👉 Iris Schneider)



## Triathlon



## Triathlon-News

### Mittelfränkische Meisterschaft

Beim 34. Memmert Rothsee Triathlon wurden die mittelfränkischen Meister in den Schüler- und Jugendklassen ermittelt. Die TSG freute sich über sehr gute Ergebnisse des eigenen Nachwuchses. Bei den Schülern A ging der Titel an Maximilian Rudolph, in der Klasse Schüler B war Sebastian Preißer erfolgreich, bei den Schülern C konnte sich Carla Tröger und Jannes Grübel bei den Schülern D den Titel sichern. In der Jugendklasse A gewannen Luis Bittner und in der Jugend B Katharina Lorenz den Titel. Sebastian Neef ist neuer Bezirksmeister bei den Männern.

Insgesamt haben unsere Kinder und Jugendlichen 2023 über 100 Wettkämpfe in Bayern bestritten.



### TRIPoint-TriDay

Das Netzwerk bayerischer TRIPoint-Vereine bietet jährlich mehrere TRI-Days als Trainingstage an. Die Triathlonabteilung der TSG ist mit ihrem Nachwuchs von 8 bis 13 Jahren regelmäßig vertreten.

Ziel ist ein außergewöhnliches, ganzheitliches und nachhaltiges Fördersystem im Nachwuchssport.

Projektleiterin Hanna Krauß besucht Vereine in ganz Bayern, analysiert bestehende Strukturen und regt passende Entwicklungskonzepte an. Weitere Infos unter: <https://triathlonbayern.de/tripoints>

### Kadersichtung Triathlonstützpunkt Nürnberg

Bei der jüngsten Kadersichtung im Oktober 2023 war die TSG08 Roth stark vertreten und konnte bei den Schwimm- und Laufabnahmen überzeugen. Katharina Lorenz, Finn Jasinski und Max Rudolph erfüllten die Kriterien für die Aufnahme in die Nachwuchsfördergruppe bzw. in den Kader Jugend B. Luis Höra und Jonas Wechsler qualifizierten sich für den Landeskader des Bayerischen Triathlonverbandes.

## Jugendförderung in der Triathlonabteilung

Christine Waitz im Gespräch mit Alex Richter und Guntram Rudolph

### Wie viele Kinder und Jugendliche bis 18 Jahre trainieren in euren Nachwuchsgruppen?

In unseren Nachwuchsgruppen trainieren zirka 45 Kinder und Jugendliche. Ein beträchtlicher Teil des Nachwuchses ist auch nur in einer oder zwei Disziplinen aktiv. Der Schwerpunkt des Einstiegs in die Trainingsangebote liegt im Schwimmbereich. Auf dem Weg vom Brustschwimmen zum Kraulen steigen viele Kinder in einen strukturierten Trainingsbetrieb ein. Etwa 15 bis 20 Kinder und Jugendliche nehmen aktiv alle drei Trainingsangebote in Anspruch und zeigen Bereitschaft, an Wettkämpfen teilzunehmen.

### Welches Angebot habt ihr für Kinder und Jugendliche?

Wir bieten alle klassischen Trainings: Schwimmen, Radfahren, Laufen und Athletik, differenziert für die entsprechenden Altersgruppen an.

### Was macht euer Angebot so besonders?

Es besteht die Möglichkeit, in allen drei Disziplinen, aber auch nur in einer oder zwei favorisierten Disziplinen zu trainieren. Wir trainieren Kinder mit vorhandenen Grundfähigkeiten im Brustschwimmen und geben ihnen die Möglichkeit, das Kraulschwimmen zu erlernen. In verschiedenen Lauf- und Radtrainings werden unsere Nachwuchsathleten befähigt, an heimischen Triathlonwettkämpfen bis hin zur Memmert Jugendcupserie teilzunehmen.

### Gibt es weitere Angebote aus eurem Verein?

Wir machen viele individuelle Förderangebote. Außerdem organisieren wir MB Training, gemeinsame Radausfahrten (Trails, Pumptracks, Wochenendübernachtungen), Teilnahme am Schultriathlon, Weihnachtsfeier, Familienwanderung, Trainingslager für Familien mit Kindern, Teilnahme am Kirchweihumzug. Zusätzlich stehen den Kids Sportangebote des Hauptvereins zur Verfügung.

### Was sind eure Ziele für das Nachwuchs-Training?

Wir wollen Spaß und Freude an der Bewegung und an den Vorzügen eines aktiven Lebensstils vermitteln, gemeinsame Ziele stecken und versuchen, diese als Gruppe zu erreichen. Eines unserer Hauptziele ist es, die Motivation der Nachwuchssportler durch die „Teen“-Jahre hochzuhalten, damit möglichst viele dem Sport erhalten bleiben. Dabei fördern wir individuelle Stärken und unterstützen den Nachwuchs dabei, seinen ganz persönlichen Weg in dem Sport zu finden und zu gehen.

### Warum macht euch als Trainer die Arbeit besonders viel Spaß?

Oft sind Kinder und Jugendliche ehrlicher und dankbarer als Erwachsene – wenn ihnen ein Angebot gefällt, kommen sie einfach beim nächsten Mal wieder und das ist indirekt die größte Motivation, weiterzumachen, wenn die Gruppe wächst und wächst. (Foto/📷 Guntram Rudolph)



E-Mail: [info@tsg08-roth.de](mailto:info@tsg08-roth.de)

Web: [www.tsg08-roth.de](http://www.tsg08-roth.de)



## Triathlon zum Verschenken

Eine Triathlon-Starterbox mit Trainingsterminen und -plänen, Startgebühr und professionellem Coaching hat die Triathlonabteilung am Weihnachtsmarkt verkauft. Wer noch ein Geschenk für eine besondere Gelegenheit sucht, kann immer noch zuschlagen. Toll für alle, die sich den Traum vom Finish am Rothsee erfüllen wollen.

Hier gehts direkt zum Einsteigerprogramm ----->



## Weihnachtsfeier in den Ratsstuben

Bei der Weihnachtsfeier gab es in der Triathlonabteilung allen Grund, das zu Ende gehende super Sportjahr zu feiern. Nachwuchs, Breitensport und Liga – überall gab es viele Erfolge und gemeinsame Erlebnisse zu verbuchen. Für Weihnachtsstimmung sorgten das Christkind, ein magischer Zauberkünstler und gutes Essen. Am Abend war dann Partybetrieb mit DJ angesagt und jeder konnte sich auf der Tanzfläche austoben. Vielen Dank an alle Sponsoren unserer Abteilung und des MEMMERT Rothsee Triathlons. Ohne Euch läuft bei uns nichts!

(👉 Guntram Rudolf)

## Sebastian Neef

### „Meine Motivation - Meine bisherigen Erfolge“

Triathlonprofi Sebastian Neef ist seit 2023 Mitglied der TSG 08 Roth und Teil der Ligamannschaft. Abteilungsleiter Thomas Herrmann hofft, dass besonders die jüngeren Athletinnen und Athleten von seinen langjährigen Erfahrungen profitieren werden. Als Einstand überzeugte er bei den Deutschen Meisterschaft im Cross-Triathlon und Cross-Duathlon und holte beide Titel nach Roth.

Über Fußball und Leichtathletik hat der heute 34jährige Leistungssportler zum Rad- und Ausdauersport gefunden. Neben der Triathlon-Karriere studierte er Lehramt Gymnasium für Englisch und Sport und sammelte „spannende Praxiserfahrungen“ am Hochalpinen Institut in Ftan (Schweiz) und während eines Auslandsjahres am Colorado College in Colorado Springs (USA). Seit Abschluss des Studiums betreut Neef mehrere Athleten, hält Seminare und Vorträge rund um das Thema Triathlon und hat seit 2023 eine neue sportliche Heimat in Roth. Ein Abendgespräch mit Lukas Stengel beim Trainingslager auf Lanzarote hat den Profi bewogen, sich dorthin zu orientieren.

Dankbar dafür, seine Leidenschaft zum Beruf gemacht zu haben, nennt er Menschen, die trotz großer Erfolge sportlich und menschlich am Boden geblieben sind, seine Vorbilder. Die eigene Karriere ist nicht immer ohne Rückschläge gewesen. „Meine bisherigen Erfolge sind meine Motivation“ ist sein Motto. Die Ziele für 2024 stehen fest: „In der 2. Bundesliga mit der TSG 08 Roth „Gas geben“. Eine Rechnung mit der Challenge Roth ist ebenfalls noch offen. [www.sebi-neef.eu](http://www.sebi-neef.eu)



Ihr Datenschutz  
ist unser  
**PRINZIP**



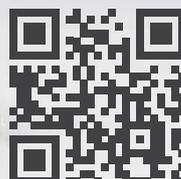
DATENSCHUTZ  
**PRINZ**

Datenschutz Prinz GmbH  
Telefon: 091 22 / 6 93 73 02  
E-Mail: info@datenschutz-prinz.de

[www.datenschutz-prinz.de](http://www.datenschutz-prinz.de)



**JEDER PUNKT SITZT!**  
Individuelle Software-Entwicklung



Prinz Service & Entwicklung GmbH  
Telefon: 091 22 / 6 93 73 00  
E-Mail: info@p-se.de  
[www.p-se.de](http://www.p-se.de)

## MITGLIEDSANTRAG

Mitgliedsnummer: \_\_\_\_\_  
Eingegeben EDV: \_\_\_\_\_  
Meldung BLSV: \_\_\_\_\_  
Austritt: \_\_\_\_\_

Ich bin auf die TSG 08 Roth aufmerksam geworden durch:

- |  |   |
|--|---|
| <input type="checkbox"/> TSG-Magazin             | <input type="checkbox"/> Anzeigen             |
| <input type="checkbox"/> Internet / Social Media | <input type="checkbox"/> Pressebericht        |
| <input type="checkbox"/> Veranstaltung           | <input type="checkbox"/> Mitglieder / Freunde |

Bei meinem Antrag handelt es sich um einen

- Neuantrag  
 Antrag auf Änderung einer bestehenden Mitgliedschaft

Ist bereits ein anderes Familienmitglied bei der TSG 08 Roth?

Wenn ja, wer? \_\_\_\_\_  
 Nein

Eintrittsdatum: _____	<u>PLZ, Wohnort:</u> _____
<u>Name:</u> _____	<u>Straße / Nr.</u> _____
<u>Vorname:</u> _____	<u>Telefon:</u> _____
<u>Geschlecht:</u> <input type="checkbox"/> weiblich <input type="checkbox"/> männlich <input type="checkbox"/> divers	Beruf: _____
<u>Geburtsdatum (TT/MM/JJJJ):</u> <input type="text"/>	E-Mail: _____

Die Pflichtangaben sind rot und unterstrichen

Weiterhin sollen folgende Familienmitglieder aufgenommen werden:	Weiterhin sollen folgende Familienmitglieder aufgenommen werden:
<u>Vorname:</u> _____	<u>Vorname:</u> _____
<u>ggf. Nachname:</u> _____	<u>ggf. Nachname:</u> _____
<u>Geburtsdatum:</u> <input type="text"/>	<u>Geburtsdatum:</u> <input type="text"/>
<u>Geschlecht:</u> <input type="checkbox"/> weiblich <input type="checkbox"/> männlich <input type="checkbox"/> divers	<u>Geschlecht:</u> <input type="checkbox"/> weiblich <input type="checkbox"/> männlich <input type="checkbox"/> divers
<u>Abteilung:</u> _____	<u>Abteilung:</u> _____

## ABTEILUNG / SPORTBEREICH

- |                                    |                                   |   |  |                                |
|------------------------------------|-----------------------------------|---|--|--------------------------------|
| <input type="checkbox"/> Badminton | <input type="checkbox"/> Fussball | <input type="checkbox"/> Leichtathletik | <input type="checkbox"/> Triathlon               | <input type="checkbox"/> _____ |
| <input type="checkbox"/> Billard   | <input type="checkbox"/> Handball | <input type="checkbox"/> Privatverein   | <input type="checkbox"/> Volleyball              | <input type="checkbox"/> _____ |
| <input type="checkbox"/> Boogie    | <input type="checkbox"/> Ju-Jutsu | <input type="checkbox"/> Stocksport     | <input type="checkbox"/> fit+aktiv               | <input type="checkbox"/> _____ |
| <input type="checkbox"/> Darts     | <input type="checkbox"/> Kegeln   | <input type="checkbox"/> Tischtennis    | <input type="checkbox"/> passiv / Fördermitglied | <input type="checkbox"/> _____ |
- Ich bin grundsätzlich bereit auch ehrenamtliche Aufgaben zu übernehmen.

## GRUNDBEITRAG MONATLICH

- |   |  |  |
|---|--|--|
| <input type="checkbox"/> Familie ..... 23 €                                 | <input type="checkbox"/> Paare ..... 20 €        | <input type="checkbox"/> Ermäßigter Beitrag*<br>Schüler/Student, Empfänger von Sozialleistungen,<br>Menschen mit Behinderung ..... 8 € |
| <input type="checkbox"/> Erwachsene ..... 13 €                              | <input type="checkbox"/> Kinder 0–17 J. .... 7 € | <input type="checkbox"/> Passive, Fördermitglieder ..... 5 €   |
| <input type="checkbox"/> 1 Erwachsener und Kind(er) bis 21 Jahre ..... 15 € | <input type="checkbox"/> Rentner ..... 6 €       |  |

**Aufnahmegebühr:** 10 € pro Einzelantrag, ausgenommen Kinder-Einzelanträge

\*Nachweis erforderlich

## BANKEINZUGSERMÄCHTIGUNG

Ich/Wir ermächtige(n) die TSG 08 Roth, Zahlungen von meinem/unserem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise(n) ich/wir mein/unser Kreditinstitut an, die von der TSG 08 Roth auf mein/unser Konto gezogenen Lastschriften einzulösen. Ich/wir kann/können innerhalb von 8 Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrages verlangen. Es gelten dabei die mit meinem/unserem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Vor dem ersten Einzug einer SEPA-Basis-Lastschrift wird mich/uns die TSG 08 Roth über den Einzug in dieser Verfahrensart informieren. Die Mandatsreferenz-Nummer für die erteilte Einzugsermächtigung wird dem/den Kontoinhaber(n) mit einer separaten Ankündigung über den erstmaligen Einzug des Lastschriftbetrages mitgeteilt.



## Beiträge und Informationen

### Grundbeiträge

Aufnahmegebühr pro Mitgliedsantrag (Kindereinzelanträge ausgenommen)	<b>10 €</b>	einmalig
	<b>pro Monat</b>	<b>pro Jahr</b>
Erwachsene (ab 18 Jahren)	<b>13 €</b>	<b>156 €</b>
Ehepaare, Lebensgemeinschaften, Lebenspartnerschaften	<b>20 €</b>	<b>240 €</b>
Familie mit Kind(ern) bis 21 Jahre	<b>23 €</b>	<b>276 €</b>
1 Erwachsener mit Kind(ern) bis 21 Jahre	<b>15 €</b>	<b>180 €</b>
Kinder / Jugendliche (bis 17 Jahre)	<b>7 €</b>	<b>84 €</b>
Schüler / Studenten / Azubis ab 18 Jahre / Freiwilligendienst-Leistende	<b>8 €</b>	<b>96 €</b>
Menschen mit Behinderung	<b>8 €</b>	<b>96 €</b>
Empfänger von Sozialleistungen	<b>8 €</b>	<b>96 €</b>
Rentner	<b>6 €</b>	<b>72 €</b>
Passive / Fördermitglieder	<b>5 €</b>	<b>60 €</b>

### Zusatzbeiträge

Badminton	<b>25 €</b>	einmalig/Jahr
Billard		
Erwachsene	<b>11 €</b>	pro Monat
Jugendliche (14 - 17 Jahre)	<b>7 €</b>	pro Monat
Kinder (bis 13 Jahre)	<b>5 €</b>	pro Monat
Boogie	<b>4 €</b>	pro Monat
Fußball		
Erwachsene	<b>4 €</b>	pro Monat
Jugendliche und Kinder	<b>2 €</b>	pro Monat
Ju-Jutsu, Aufnahme	<b>30 €</b>	einmalig
	<b>20 €</b>	einmalig/Jahr
Kegeln Erwachsene	<b>2 €</b>	pro Monat
Wettkampfturnen	<b>4 €</b>	pro Monat

### Mitgliedsantrag:

Einen Antrag auf Mitgliedschaft erhalten Sie bei unseren Übungsleitern, in unseren vereinseigenen Sportstätten, in unserer Geschäftsstelle und unter [www.tsg08-roth.de](http://www.tsg08-roth.de). Hier können Sie diesen auch online ausfüllen.

### Mitgliedsbeiträge / Kursgebühren:

Die Mitgliedsbeiträge werden jährlich zum 01.03. per Lastschrift eingezogen, gegen Gebühr auch halbjährlich oder vierteljährlich. Sie sind im voraus fällig. Für unser Kursprogramm gelten gesonderte Kursgebühren, die nach Kursbeginn eingezogen werden.

### Kündigung:

Der Austritt ist immer zum Ende eines Kalenderjahres (= 31.12.) unter Einhaltung einer Frist von einem Monat (bis 30.11.) möglich. Dies gilt auch für Zusatzbeiträge.

### Schulferien:

In den Schulferien und an beweglichen Feiertagen sind die Schulsportanlagen in der Regel geschlossen.

## Gesucht: Datenschutzbeauftragte/r

Das Thema interessiert Dich und Du hast Lust Dich ehrenamtlich zu engagieren? Dann melde Dich!  
Du erhältst Infos und Schulung von uns!

[info@tsg08-roth.de](mailto:info@tsg08-roth.de)

## Kostenübernahme durch Paket „Bildung und Teilhabe“ möglich

Mit dem Paket „**Bildung und Teilhabe**“ unterstützt die Bundesregierung einkommensschwache Familien mit einem monatl. Budget. Kindern und Jugendlichen bis zum vollendeten 18. Lebensjahr soll damit die Teilhabe in den Bereichen Kunst, Kultur, Bildung und Sport ermöglicht werden. Darunter fallen auch der Mitgliedsbeitrag in einem Sportverein oder Kursgebühren.

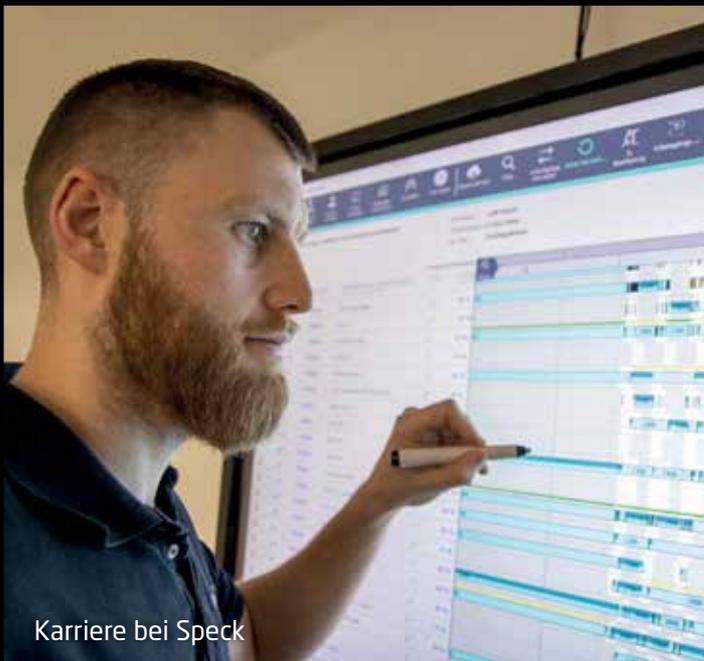
Anträge bekommen Sie bei Ihrer zuständigen Behörde für Sozialleistungen. Gerne können Sie sich bei Fragen dazu auch an unsere Mitgliederverwaltung, Frau Sippl, wenden.

**Mo. – Do. 8:30 - 12:00 Uhr, 09171 / 63569**  
**oder: [info@tsg08-roth.de](mailto:info@tsg08-roth.de)**

## Termine

<b>Mo.</b>	<b>06.05.24</b>	<b>Delegiertenversammlung</b>
<b>So.</b>	<b>02.06.24</b>	<b>Sport-Festival</b>
<b>Mi.-Sa.</b>	<b>19.-22.06.24</b>	<b>Gelände vermietet, kein Training</b>
<b>Sa./So.</b>	<b>22./23.06.24</b>	<b>Rothsee-Triathlon</b>
<b>So.</b>	<b>11.08.24</b>	<b>Kirchweihlauf</b>
<b>Mo.</b>	<b>12.08.24</b>	<b>Kirchweihumzug</b>

**jeden 1. Sonntag im Monat Jugendevent**



Karriere bei Speck

## Ihre Karriere bei Speck

Das Unternehmen mit Hauptsitz in Roth und Auslandsgesellschaften in aller Welt beschäftigt derzeit rund 600 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter. Mit maßgeschneiderten Produkten beliefert Speck Unternehmen der Industriezweige Medizintechnik, Kunststoffverarbeitung, Industriekühlung, Wärmeträgertechnik und Automotive.

Speck bietet Bewerbern mit Berufserfahrung, Berufseinstiegern, Auszubildenden, Praktikanten oder Werkstudenten ein großes Spektrum an herausfordernden und abwechslungsreichen Tätigkeiten.



Hauptsponsor der TSG 08



Ausbildung bei Speck



Produktion und Hauptverwaltung

**Speck Pumpen Walter Speck GmbH & Co. KG**  
**Speck Pumpen Systemtechnik GmbH**  
**Speck Pumpen Vakuumtechnik GmbH**

Regensburger Ring 6 - 8  
91154 Roth  
T: +49 9171 809 0  
[www.speck.de](http://www.speck.de)