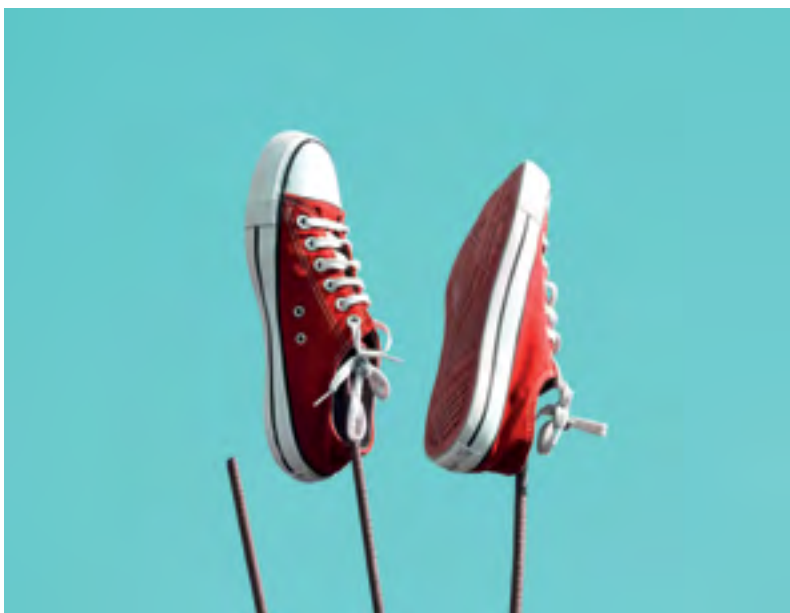


VfL-REPORT

Juli 2019



Vereinszeitung des VfL Ulm/Neu-Ulm e.V.



Die Redaktion wünscht allen Freunden und Mitgliedern des VfL Ulm/Neu-Ulm eine schöne Sommerzeit



SWU

Auf „Surfboy_27“
ist nicht immer
Verlass. Auf SWU
Verkehr dagegen
schon.

Verlass dich drauf.



HAUPTVEREIN	5-19	Dan-Prüfung	
Bericht aus dem Vorstand		Budotag	
Jahreshauptversammlung und Ehrung		Das geheime Wissen	
Nachruf		Trainermeeting	
Geburtstage & Jubiläen		KEGELN	53-55
Termine		Kegelausflug	
BADMINTON	20-21	Bahnrenovierung	
Geschwindigkeit und Schnelligkeit		TENNIS	56-59
JUDO	22-35	Saisonstart 2019	
2. Bundesliga		Tenniscamp 2019	
Come Back Kim Ruf		TURNEN FREIZEITSPORT	
Sportlerehrung		GESUNDHEITSSPORT	60-63
Jugend International		Inlinerhockey	
Ulms Jüngste erfolgreich		Sonntagstraining	
Osterhasen Cup		VOLLEYBALL	64-66
Bezirksmeisterschaften u10		Beach- und Wanderwochenende	
Gürtelprüfung		Radausflug	
KARATE	37-52	Maiwanderung	
L.Leonhardt dt. Meisterin ü30			
Frühjahrsprüfung			
VfL Putzete			

Impressum

Vereinsnachrichten des VfL Ulm/Neu-Ulm e.V.

Geschäftsstelle: Georg-Elser-Weg 1+2 89075 Ulm/Donau
 Telefon 0731/26035 Telefax 0731/26035
 E-mail: info@vflulm.de
 Homepage: www.vflulm.de

Geschäftszeiten: Dienstag 09:00–17:00 Uhr
 Mittwoch 09:00–16:30 Uhr

Bankverbindung: Sparkasse Ulm IBAN DE17 6305 0000 0000 1441 93 BIC SOLADES1ULM

Redaktion: VfL Ulm, Reinhard Ruegenberg

Layout: Fa. ELKO, Elke Kopp, Ostpreußenweg 53, 89075 Ulm, Tel. 0171/7010239

Druck: artimade design/druck/digital, Eichbergplatz 6, 89075 Ulm, Tel. 0731/97749587

Fotos: Privat

Verantwortlich für Anzeigen: R. Ruegenberg.

Namentlich gekennzeichnete Artikel geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder.

Nächster Redaktionsschluß für die Vereinsnachrichten ist der 10.12.2019

Wir bedanken uns an dieser Stelle bei all jenen, die durch Ihre Anzeigen und Beiträge zum Gelingen dieser Zeitschrift beitragen. Unsere Leser bitten wir, unsere Werbepartner bei ihrem Einkauf zu berücksichtigen

Liebe Mitglieder und Freunde des VfL Ulm/Neu-Ulm e.V.

Am 28.03.2019 hat der VfL Ulm/Neu-Ulm e.V. in Kooperation mit dem VfB Stuttgart den 6. Stützpunkt in Baden-Württemberg für das Projekt „PFIFF“ eröffnet.

Hinter dem Begriff „PFIFF“ verbirgt sich das Projekt für inklusive Fußballförderung.

Menschen mit Handicap soll hier die Möglichkeit eröffnet werden, in einem Verein strukturiert und mit ausgebildeten Übungsleitern zu trainieren, auch mit dem Ziel, diese Teilnehmer in den Verein zu integrieren.

Fritz Quien, Lehrer an der Gustav-Werner-Schule und ebenso WFV Auswahltrainer, leitet das Projekt, bei dem die Teilnehmer vormittags zwei Stunden trainieren, danach gemeinsam Mittagessen und anschließend nochmals eine einstündige Trainingseinheit erfahren.

Wir haben dieses Angebot gerne angenommen, zumal die Gustav-Werner-Schule und die Bodelschwingh-Schule sich in unmittelbarer Nachbarschaft zu uns befinden und auch bei schulinternen sportlichen Veranstaltungen unsere Sportanlagen nutzen.

Wir heißen die Teilnehmer des Projektes „PFIFF“ auf unserem Gelände herzlich willkommen und wünschen ihnen bei ihren Trainingseinheiten viel Freude.

Aus dem vereinsinternen Sektor gibt es einige sehr erfreulichen Ergebnisse zu vermelden.

Die Judo Damenmannschaft, die wie bereits bekannt in der 2. Bundesliga kämpft, hat an den ersten beiden Kampftagen jeweils einen Erfolg erzielt und befindet sich auf einem gesicherten Mittelplatz in der Tabelle.

Am 28.09.2019 findet in der Sporthalle Böfingen der Heimkampftag statt. Die Judoabteilung wird sich über eine rege Zuschauerbeteiligung von unseren Vereinsmitgliedern freuen. Die genaue Uhrzeit wird zu einem späteren Zeitpunkt auf der Homepage veröffentlicht.

Unsere Fußball A-Jugend Mannschaft, die in einer Spielgemeinschaft mit Türkspor spielt, hat zum zweiten Mal hintereinander den Bezirkspokal gewonnen.

Die Vorstandschaft gratuliert zu den beachtlichen Erfolgen.

Die schon mehrfach erwähnten Sanierungsarbeiten werden bis zum Ende der Sommerferien abgeschlossen sein, neben der Heizungsrenovierung werden wir auch die Gaststätte in einzelnen Bereichen neu gestalten und verschönern. Lassen Sie sich überraschen und besuchen Sie nach der zweiwöchigen Renovierung ab 10.09.2019 unser Vereinsgaststätte „Da Rino“.

Die Sommerferien stehen vor der Tür, all denen, die sich auf Reisen begeben, wünsche ich schöne und erholsame Urlaubstage und kommen Sie gesund wieder nach Hause.

Mit freundlichen Grüßen

Reinhard Bappert
1. Vorsitzender

Jahreshauptversammlung und Überraschung

Freitag, 29. März 2019. Unsere Hauptversammlung war anberaumt. Interessierte hatten sich im Nebenzimmer der Gaststätte eingefunden. Nicht überraschend viele, aber doch mehr als letztes Jahr. Die Tagesordnung wurde abgearbeitet.



Vorstand Reinhard Bappert berichtete routiniert vom Geschehen des vergangenen Jahres. Was eben so angefallen ist in den letzten 365 Tagen: Mitgliederzahlen, Datenschutz, Unterhalt der Immobilie, lobenswerte sportliche Leistungen aus den Abteilungen. Eine satzungsgemäße Hauptversammlung eben, Berichte vortragen, Amtsträger entlasten, das Übliche halt.

Bis Punkt 9 „Verschiedenes“ aufgerufen wurde. Und da nahm der Abend eine unerwartete Wendung:



Es erhoben sich Eduard Tschauener und Werner Schmid und richteten das Wort an Vorstand Bappert, der am Rednerpult stehend überrascht den Ausführungen der beiden lauschte. Sich gegenseitig abwechselnd hielten Tschauener und Schmid eine Laudatio auf Reinhard Bappert, speziell auf die ehrenamtliche Arbeit, die er in seiner langjährigen Wirkungszeit für den Verein geleistet hat.



Und es wurde aufgezählt:

Derzeit natürlich der erste Vorsitz, davor lange Jahre zweiter Vorsitzender.

Bappert hat zugleich mit dem Vereinsvorsitz auch noch die Leitung der Abteilung TFG (Turnen, Freizeitsport, Gesundheitssport) inne. Und diese – unsere größte – Abteilung hat es in sich: 54 Kurse, 36 Übungsleiter, 500 regelmäßige Kursteilnehmer. Allein diesen Umtrieb zu managen, ist einiger Aufwand.

Als ausgebildeter Sportlehrer hält Bappert auch selbst Kurse und springt zusätzlich als Übungsleiter ein, falls es Ausfälle gibt. Und damit nicht genug, auch in der Tennisabteilung ist er in der Funktion des Vergnügungswartes tätig.

Es gehört nicht viel Phantasie für die Erkenntnis, dass die Fülle und die Qualität dieser vielen ehrenamtlichen Aufgaben ein gehöriges Maß an Zeit und Hingabe abverlangt. Das macht man nicht nebenbei, da muss hingelangt werden. Wer sich für den Verein in dem Umfang einsetzt, hat sich Dank und Anerkennung verdient, was am heutigen Abend mit einer Ehrung und Auszeichnung geschieht.

Im Namen der Anwesenden und aller Mitglieder wird Vorstand Reinhard Bappert mit der Bronzenen Ehrennadel des VfL Ulm geehrt:



In Dankbarkeit und großer Anerkennung für
mehr als 15 Jahre im Ehrenamt als
1.Vorsitzender
Stellv. Vorsitzender für Verwaltung
Abteilungsleiter
Sportlehrer und Übungsleiter
Stellvertreter in verschiedensten
Funktionen
verleiht der
Verein für Leibesübungen Ulm/Neu-
Ulm e.V.
seinem 1. Vorsitzenden

Reinhard
Bappert
die
Bronzene Ehrennadel

HAUPTVEREIN

Gute Ideen sind ansteckend. Als der schwäbische Turnerbund von der beabsichtigten Ehrung erfuhr, zog er spontan nach. Daher konnte am selben Abend auch noch die bronzene Ehrennadel für vielfältiges Wirken in der Abteilung Turnen, Freizeitsport und Gesundheitssport zusätzlich überreicht werden.

Dies verbunden mit Dank und Anerkennung des Verbandes.

Eduard Tschauener und Werner Schmid gratulierten im Namen aller Mitglieder, dankten für die tolle geleistete Arbeit und wünschten Reinhard Bappert mit dem VfL eine gute und erfolgreiche Zukunft. Dem kann sich die Redaktion nur anschließen.



Das Beste für Ihre Gesundheit

gesund+schön



Vertrauen Sie auf **TopService TopBeratung TopPreise**



10% Rabatt

*Mit der **G+S Gesundheitskarte** erhalten Sie **10 %** für nicht verschreibungspflichtige Arzneimittel **3 %** für Drogerie-Artikel.



Ein Medikament war nicht vorrätig oder Sie können das Haus nicht verlassen? Nutzen Sie unseren **G+S Botenservice**.



Wir sind **TÜV** und **Seniorenfreundlich** zertifiziert

Sammelquittung

Sie erhalten auf Wunsch eine Übersicht Ihrer Arzneimittelausgaben für Krankenkasse oder Finanzamt

Bessere Hilfe

Sie haben den Namen Ihrer Präparate vergessen? Ein Blick in unseren Computer hilft.

Mehr Arzneimittelsicherheit

Sie wollen wissen, wie sich Ihre verschiedenen Medikamente vertragen – wir können es Ihnen sagen.

Befreiungsausweis

Sie besitzen einen Befreiungsausweis? Die einmalige Vorlage während der Gültigkeitsdauer genügt.

**Braunland
Apotheke**

Haslacher Weg 77
89075 Ulm-Böfingen
Tel. 0731/265783
Fax 0731/267810

Besuchen Sie uns auch im Internet:
www.braunland-apotheke.de
info@braunland-apotheke.de



... und Ihre Gesundheit bleibt bezahlbar

Nachruf Hilde Lösch

Hilde Lösch ist am 05.06.2019 verstorben.

Mit Bestürzung mussten wir erfahren, dass Hilde Lösch am 5.6.2019 an ihrer schweren Erkrankung verstarb. Ihre Krankheit führte sie zuletzt erneut in die Klinik, aus der sie dann leider nicht mehr nach Hause konnte, wie sie es sich so sehr wünschte. Unsere Gedanken sind in diesen Tagen bei Hilde Lösch wie auch bei ihrem Mann Rolf Lösch, der vor wenigen Jahren ebenfalls schwer krank verstarb. Auch an ihre Familie, ihren Sohn und Schwiegertochter, ihre Geschwister mit Familien richten sich unsere Gedanken. Wir wünschen ihnen viel Kraft in diesen schweren Tagen.

Hilde und Rolf Lösch waren im wahrsten Sinn des Wortes ein Teil der Geschichte des VfL Ulm und auch der Abteilung Turnen Freizeitsport Gesundheitssport. Hilde ist 1951 in den VfL Ulm eingetreten (der damals noch gar nicht so hieß).

Beide haben sich viele Jahre für die Belange des Vereins und seiner Mitglieder engagiert.



Beide waren zeitweilig Mitglieder des Vereinsvorstands und kümmerten sich um die Verwaltung.

Es fällt schwer, hier die vielfältigen Aufgaben, die Hilde über die Jahrzehnte wahrgenommen hat, aufzuzählen.

Einzelne Personen wissen noch bestimmte Ereignisse, aber eine lückenlose Würdigung wird nicht möglich sein. Alle Führungskräfte, die heute Verantwortung im VfL tragen, waren zum Teil noch nicht einmal auf der Welt, als Hilde und Rolf sich um die Entwicklung des Vereins kümmerten.

Allein schon alle Ehrungen über mehr als 65 Jahre wären zu viel, hier aufgelistet zu werden.

Hilde hat sich viele Jahre für den VfL Report engagiert und dafür gesorgt, dass die Abteilungen Berichte schrieben, dass die Sponsoren Anzeigen schalteten, dass der Satz und auch der Druck durchgeführt wurde und dass schließlich auch die Verteilung klappte.

Hilde war auch als Frauenvertreterin aktiv, als dies noch nicht so verbreitet war. So hat sie u.a. die Frauenparkplätze durchgesetzt.

Für die Seniorinnen und Senioren war Hilde ein Ansprechpartner und Motor, was sich nicht zuletzt in der Organisation des jährlichen Seniorenkaffee zeigte.

Das Archiv des Vereins gehörte ebenfalls zu den Gebieten, um die Rolf und Hilde sich kümmerten.

Aber auch als aktive Sportlerin war Hilde sehr erfolgreich tätig, kaum eines der vielen Deutschen Turnfeste in der ganzen Republik hat sie als aktive Teilnehmerin versäumt.

Auch die Sportabzeichengruppe war ihr ein wichtiges Anliegen.

Die Liste könnte man lange weiterführen, aber wir sind sicher, dass alle Mitglieder, die Hilde kannten, sie und ihr Engagement nicht vergessen werden.

Für den VfL Ulm
Werner Schmid

Nachruf Fritz Quickmann

Fritz Quickmann kam im Jahr 1960 zum VfL. Seine erste Station waren die Geräteturner. Danach hat er sich dem Faustball gewidmet und als Abteilungsleiter dazu beigetragen, dass der Faustball im VfL zu einer regional bekannten und geschätzten Mannschaft wurde. Auch bei Turnfesten im ganzen Land waren seine Faustballer als aktive Sportler beteiligt. Später hat er sich dann der Turnabteilung (heute Turnen Freizeitsport Gesundheitssport) zugewandt, wo er verschiedene Aufgaben wahrnahm.

Er war Übungsleiter und Abteilungsleiter in der Turnabteilung und er hat sich als technischer Leiter um deren Geräte und Ausrüstung gekümmert. Zuletzt war er bis zu seiner Krankheit Seniorensportler in der Sportgruppe „Topfit“, bis es sein Gesundheitszustand nicht mehr ermöglichte.

Fritz hat sich auch an einem Entwicklungs- und Fortbildungsprojekt in Tansania engagiert, wo er mit seinem Freund Günter Schmidt in einem mehrwöchigen Aufenthalt an der Berufsschule Leguruki am Kilimanjaro gebrauchte gespendete Maschinen installiert und in Betrieb

genommen hat, um das Ausbildungsspektrum dort zu erweitern. Die Schule und ihre Lehrer sind dafür heute noch dankbar. Viele Mitglieder der Abteilungen Tennis und Turnen Freizeitsport Gesundheitssport haben dieses Projekt ebenfalls besucht und unterstützt.

Seine Gesundheit hatte sich in den letzten Monaten rapide verschlechtert, so dass er erst im Pflegeheim und schließlich auf der Palliativstation einer Klinik versorgt werden musste, wo er dann am 5.6.2019 im Alter von 85 Jahren verstarb.

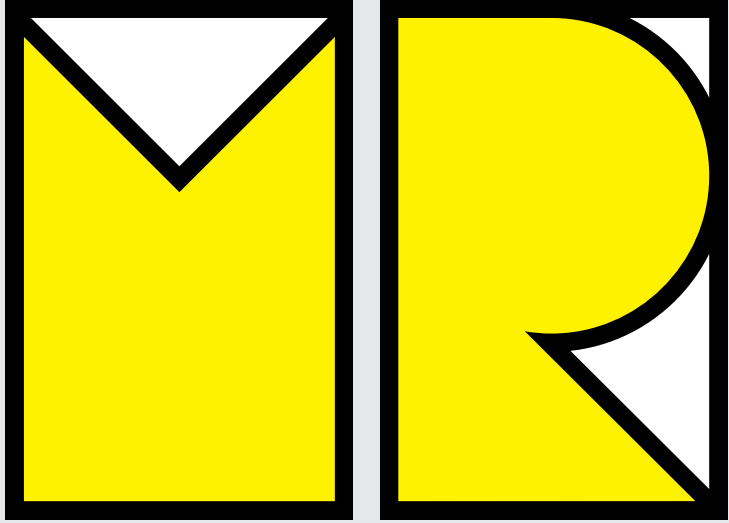
Die Topfit Sportler waren ihm sehr verbunden und sind deshalb traurig, dass Fritz nicht mehr am Leben ist. Fritz gehörte zu den Menschen, die in früheren Jahren sehr viel zur Entwicklung und zum guten Ruf des VfL beigetragen haben.

Der VfL wird Fritz Quickmann in dankbarer Erinnerung behalten. Unser Mitgefühl gilt seiner Frau und seinen Kindern mit Familien.

Wir werden ihn nicht vergessen.

Für den VfL Ulm
Werner Schmid

100 JAHRE



M A R M O R
R E I C H A R D T

Ausstellung
Fertigung
Montage

Die Geburtstage für die zweite Jahreshälfte 2019

Wir gratulieren ganz herzlich.

Juli

Mader Karl	97
Gauss Jutta	90
Dörner Karl-Otto	89
Fürst Sofie	88
Merk Irmgard	83
Laible Anna	83
Seifert Marianne	82
Pohl Jürgen	82
Guntau Isolde	80
Stützle Karin	70
Lässle Udo	60
Näter Gerhard	60
Berkhli Abdelhak	50

August

Vorwalter Eugen	83
Dauser Irmgard	82
Stumpp Margot	82
Weis Ludwig	81
Pfletschinger Peter	75
Kehrle Maria	70
Wurm Johann	65
Friebel Angelika	65
Beketov Natalia	50
Aksoy Mehmet	50

September

Baier Annemarie	84
Betz Karl	83
Müller Christa	83
Schröm Walter	82
Pfeffer Karl-Heinz	82
Mühlberger Gertrud	81
Mayer Manfred	80
Heidrich Sieglinde	80
Posselt Peter	80
Trautner Annemarie	75
Dr. Mecklenbrauck Wilhelm	75
Selzle Christl	70
Stegmaier Monika	70
Holzhofer Werner	65
Kappeler Klaus	60
Schweitzer Daniela	50

Oktober

Mader Siegfried	90
Schrock Gerda	85
Jahn Rosmarie	85
Langer Hans	84
Schreiber Irmgard	83
Thomas Gertrud	81
Dürr Kristin	75
Hörmann Elisabeth	70
Streiftau Thomas	60
Rueda Gomez Elena	50

Haslacher Weg 24
89075 Ulm-Böfingen

MIT REWE TOLKSDORF
LANDEN SIE IMMER EINEN
VOLLTREFFER!



Wir freuen uns auf Ihren Besuch.

REWE
TOLKSDORF

Für Sie geöffnet: Montag – Samstag von **7** bis **22** Uhr



REWE.DE

Die Geburtstage für die zweite Jahreshälfte 2019

Wir gratulieren ganz herzlich.

November

Degenhardt Gerlinde	90
Meyer Ursula	84
Heinrich Hans Jürgen	83
Machens Ilse-Lore	75
Jahn Richard	70
Spiegel Karl	70
Scholz Ferdinand	65
Miller Bernd	65
Rodermund Friedrich	60
Wild Horst	50

Dezember

Horak Rudolf	88
Rehn Helmut	84
Müller Gertrud	83
Wanitschke Rotraut	82
Sailer Christa	81
Burkert Manfred	80
Retter Irmgard	75
Rüffer Jana	70
Staszak Dana	65
Käss Christoph	60
Spiegel Daniela	50

Termine 2019

10.11.2019, 11.30 Uhr
Ehrungsfeier in unserer
Vereinsgaststätte „Da Rino“

27.11.2019, 15.00 Uhr
Seniorenkaffee
Vereinsgaststätte „Da Rino“



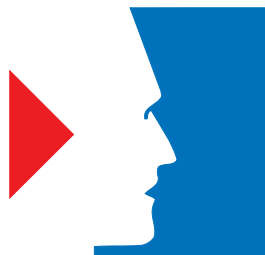
TERMIN
HÖRTRAINING
HÖRGERÄT
NACHSORGE



WAS
DAZU
GEHÖRT

Deutlich besser hören!

H ö r a k u s t i k



Platzgasse 31
89073 Ulm
Tel.: 0731-143170

Söflinger Str. 168
89077 Ulm-West
Tel.: 0731-33626

Neue Gasse 11
89077 Ulm-Söflingen
Tel.: 0731-14116251

Hirschstr. 23
89073 Ulm
Tel.: 0731-1753030

Hummelstr. 2
89134 Blaustein
Tel.: 07304-9280505

Otl-Aicher-Allee 3
89075 Ulm-Böfingen
Tel.: 0731-14115714

Tielesch

www.tielesch.de

WANTED

DRINGEND

Mehrere Übungsleiter (m/w/d) in der
Turnabteilung gesucht,
gerne auch Quereinsteiger

- Leichtathletik für Kids und Jugendliche
- Schwimmkurs für Schwimmanfänger
- Weitere Turnangebote für Kinder und Jugendliche
- Powergymnastik im Wasser
- Weitere Angebote für Erwachsene

Wir bieten eine faire Entlohnung.

Bei Interesse für eine der Richtungen oder auch
bei weiteren Angebotsvorschlägen melden

Sie sich bitte unter 0731/26035

oder unter info@vflulm.de

BADMINTON



FRISEUR BERG

INH. SILKE BERG

Poppenreuteweg 33
89075 Ulm
Telefon 0731 / 265972

Öffnungszeiten:

Di, Do und Fr 8.30 Uhr - 17.30 Uhr
Mi 8.30 Uhr - 12.30 Uhr
Sa 8.00 Uhr - 12.00 Uhr

Badminton

von M.Müller

Jeden Mittwochabend herrschen in der Böfinger Sporthalle die Gesetze der Geschwindigkeit. Dann geht es um Schnelligkeit, Reaktionsvermögen und Raffinesse, begleitet von jeder Menge Spaß, kurz gesagt:

Es geht um Badminton.

Wir sind eine bunt gemischte Gruppe mit Spielerinnen und Spielern zwischen 20 und 60 Jahren. Obwohl wir nicht an Turnieren teilnehmen, kommen wir gern ins Schwitzen und kämpfen um jeden Ball. Meistens spielen wir Doppel, je nach Spieleranzahl wird das ein oder andere Einzel ausgetragen. Wer eine sportliche Auszeit vom Alltag sucht, ist bei uns genau richtig.

Die gute Seele unserer Gruppe ist unsere Trainerin Sabine Ortinghorn und ihr Gatte. Sie haben nicht nur jahrelange Erfahrung als Trainer von verschiedenen Sportteams, sondern verstehen es auch, jeden Einzelnen gut einzubinden. So spielen wir – teils seit mehreren Jahren, teils frisch eingestiegen – hervorragend zusammen.

Neue Spielerinnen und Spieler sind uns herzlich willkommen. Dabei ist es egal, ob Ihr schon mal Badminton gespielt habt oder es ausprobieren wollt.

Meldet euch am besten kurz an, bevor Ihr vorbeikommt, wir können euch einen Schläger leihen.

Trainingszeiten:
Mittwochs von 20.00 bis 21.45 Uhr

Ort:
Sporthalle Böfingen,
Georg-Elser-Weg 1

Kontakt: 0731/26035



Überzeugender Auftakt in der 2. Bundesliga von Sarah Dangel

Beim ersten Kampftag war die Ulmer Mannschaft mit 20 Judokas in Gröbenzell vertreten. In ihrer ersten Begegnung standen die Ulmer Frauen dem TSV Altenfurt gegenüber. Irina Lazareva und Brenda Andriantiana holten nach einem 2:0 Rückstand die ersten beiden Punkte für Ulm. Tamara Honold zeigte einen sehr guten Kampf, musste sich am Ende leider ihrer Gegnerin geschlagen geben. Doch die beiden erfahrenen Kämpferinnen Lisa Leonhardt und Zita Notter holten souverän die zwei so wichtigen Punkte für Ulm. Die Damen des VfL Ulm gewannen durch starke Leistung ihren Bundesliga Auftakt gegen die den TSV Altenfurt mit 4:3.



Mannschaftsbild vom 1. Kampftag
22 | VfL-REPORT | Juli 2019

Die zweite Begegnung des Tages fand gegen die Heimmannschaft des 1. SC Gröbenzell statt. Mit dem Heimvorteil im Rücken starteten die Gröbenzeller stark und lagen schnell in Führung. Brenda Andriantiana und Zita Notter holten jedoch zwei Ehrenpunkte für die Ulmer Mannschaft. Die Begegnung endete somit 5:2 für den 1. SC Gröbenzell.

Am zweiten Kampftag machte sich die Ulmer Mannschaft mit 18 Athletinnen aufgrund der längeren Anreise schon vormittags auf nach Pegnitz. In der ersten Begegnung unterlagen die Ulmer der stark besetzten Mannschaft vom HTG Bad Homburg mit 5:2.

Die beiden Siege erzielten Zita Notter mit einer Kontertechnik und anschließendem Haltegriff und Brenda Andriantiana mit einem tiefen Seoi-nage. In der zweiten Begegnung standen die Ulmer Frauen dem Gastverein SV Neuhaus gegenüber.



Vanessa Bürkle, Sarina Kern und Zita Notter holten die ersten drei Punkte für Ulm. Anne Föllner und Emily Dennochweiler unterlagen beide ihren Gegnern.

In einem spannenden Kampf lag Brenda Andriantiana gegen Eliana Pielmeier zunächst mit Waza-ari hinten, drehte den Kampf jedoch und siegte schließlich. Caro Kottmair setzte durch eine Kontertechnik und anschließenden Haltegriff noch einen weiteren Punkt drauf.

Die Ulmer besiegten den Gastverein SV Neuhaus somit 2:5.

Die Frauenmannschaft vom VfL Ulm steht nach den ersten zwei Kampftagen auf dem vierten Tabellenplatz der 2. Bundesliga Süd. Insgesamt befinden sich in der 2. Bundesliga Süd neun Mannschaften. An vier Kampftagen wird jeweils gegen zwei Mannschaften in sieben Gewichtsklassen gekämpft.

Bedanken möchten wir uns bei unseren Trainern Stephan Traa und Peter Schäfer und allen Kämpferinnen die an den beiden Tagen dabei waren und mit einer super Stimmung unsere Athleten auf der Matte lautstark unterstützt haben. Außerdem bedanken wir uns herzlich bei unseren Sponsoren RAN.BAU.EBNER, REWE Tolksdorf, Testa Bau Ulm und Testa Haus- & Energietechnik, die uns die Teilnahme an der 2. Bundesliga erst ermöglicht haben.

Wir freuen uns auf die weiteren Kampftage und laden Sie alle sehr herzlich zu unserem

Heimkampftag in Ulm am 28.09.19 in der **Sporthalle Böfingen** ein.

Anlässlich dem Aufstieg in die 2. Bundesliga war RegioTV bei uns im Training. Das Video hierzu finden Sie unter folgendem Link:

<https://www.regio-tv.de/mediathek/video/judo-damen-k%c3%a4mpfen-in-der-bundesliga/>

Rechtsanwältin Rita Boecker

Tätigkeitsschwerpunkte:

Familienrecht

Erbrecht

Wirtschaftsrecht

Arbeitsrecht

Allgemeines Zivilrecht

Verkehrsrecht

Termine nach Vereinbarung

Haslacher Weg 83 (Einkaufszentrum) 89075 Ulm-Böfingen

Tel.: 0731/176 79 74

Fax: 0731/26 40 02 22

Saft von der Alb,

Natürliches Mineralwasser
aus der Umgebung, und

Bier von hier!

Wir lieben unsere regionalen
Getränkesspezialitäten!



FINKBEINER

GETRÄNKE-FACHMARKT

Ulm-Böfingen Eberhardt-Finckh-Straße 3

Mo-Fr: 8.30 - 19.00 Uhr | Samstag 8.00 - 18.00 Uhr

Durch unsere große und ebenerdige Parkgarage, erledigen Sie Ihren
Getränke-Einkauf schnell und bequem bei jeder Witterung.

Alle Getränkemärkte und Öffnungszeiten unter: www.finkbeiner.biz

Comeback von Kim Ruf

von Ursula Korner

Ende Januar fanden in Stuttgart die deutschen Einzelmeisterschaften im Judo statt. Eine super Gelegenheit für Jung und Alt sich faszinierende Kämpfe live anzuschauen.

Neben zahlreichen Ulmer Zuschauern, gingen aber auch drei Athleten des VfL Ulms an den Start, die es geschafft hatten sich für die deutschen Meisterschaften zu qualifizieren.

Unter anderem kehrte auch Kim Ruf nach langer und schwerer Verletzungspause in das Wettkampfgeschehen zurück, diese Rückkehr hatte er sich hart und unermüdlich erarbeitet. Die Verletzung holte er sich in seinem Finalkampf bei den Süd-Deutschen Meisterschaften im Vorjahr.

Gleich bei seinem ersten Wettkampf nach dieser langen Pause gelang ihm ein sensationeller 5. Platz.

Die Begegnung um die Bronzemedaille verlor er nach hartem Kampf in der Verlängerung (Golden Score).



Der Turnierverlauf und die gezeigte Leistung lassen Großes hoffen für eine erfolgreiche Saison 2019 und lassen sein großer Ziel, die Teilnahme an den olympischen Spielen, wieder realistisch werden.

Judokas bei der Sportlerehrung der Stadt Ulm von Sarah Dangel

Bei der Sportlerehrung der Stadt Ulm wurden am 09.04.2019 folgende Judokas vom VfL Ulm für besondere Leistungen im Jahr 2018 geehrt:

Ruf, Kim

– Süddeutscher Meister 2018 (U21 Männer Einzel)

Tscherkasski, Valery

– Württembergischer Meister 2018 (U12 Männer Einzel)

Ruf, Daniel

– Württembergischer Meister 2018 (Männer Einzel)

Frauenmannschaft – Württembergischer Meister 2018



Die Sportlerehrung der Stadt Ulm fand im Foyer der Sparkasse in der Neuen Mitte statt. Insgesamt wurden an zwei Tagen in 29 verschiedenen Sportarten 371 Ulmer ausgezeichnet.

Die Judokas freuten sich als Randsportart bei diesem Ereignis dabei zu sein.

Ulmer Jugend international und auf Landesebene erfolgreich von Ursula Korner

Süd-Württembergische & Württembergische U15:

insgesamt 6 Medaillen für Ulm

Die Ulmer zeigten am Samstag bei den Südwestdeutschen Einzelmeisterschaften U15 hervorragende Leistungen und brachten vier Medaillen nach Hause. Und das obwohl es für vier der fünf teilnehmenden Athleten das allererste Jahr in der Jugendaltersklasse ist.

Platzierungen:

1. Platz: Valery Tscherkasski
2. Platz: Alexander Kozovic
3. Platz: Leonie Traa
3. Platz: Lejla Rahmanova

Teilgenommen: Michael Schäfer

Alle vier qualifizierten sich für die Württembergischen Einzelmeisterschaften in Heilbronn.

Bei den württembergischen Einzelmeisterschaften der Altersklasse U15 gewannen Valery Tscherkasski und Alexander Kozovic dann die Bronzemedaille. Damit haben sich beide für die süddeutschen Einzelmeisterschaften, die in dieser Altersklasse höchsten Wettkampfebene qualifiziert. Ein riesen Erfolg für die zwei Ulmer Talente, da sie erst seit diesem Jahr in der Altersklasse U15 starten. Auf den Süddeutschen konnten beide Athleten leider keinen vorderen Rang erkämpfen. Nach diesen guten Leistungen im ersten Jahr der neuen Altersklasse wird dies nächstes Jahr sicher anders aussehen.

International erfolgreiche Ulmer Judo Jugend

In der Ulmer Judojugend hat sich eine Gruppe motivierter Wettkämpfer entwickelt. Die Kinder sind motiviert 3-4x wöchentlich im Training und wollen so viele Wettkämpfe wie möglich mitkämpfen, um Erfahrungen zu sammeln.



So machten sich die motivierten Kids dieses Jahr auch auf den Weg quer durch Deutschland, Österreich und in die Schweiz, um sich dort mit neuen Gegnern zu messen. Dabei konnten die Ulmer Kids einige Medaillen mit nach Hause bringen. Hier die phänomenalen Ergebnisse der internationalen Turniere.

Int. Ega-Pokal-Turnier in Erfurt:
Valery Tscherkassky 3. Platz



Int. Montfort Turnier in Feldkirch:
Altersklasse U13:

- 1. Platz Maxim Islamov
Maxim Aust
Alexander Kozovic
- 2. Platz Valery Tscherkassky
Leonie Traa

Altersklasse U16:

- 1. Platz Johanna Kutscher
Valery Tscherkassky
- Int. Ursapharm Wandercup im Saarbrücken:

- 1. Platz Johanna Kutscher
Jacob Kutscher



JUDO

Int. Gallus Turnier in St. Gallen:

1. Platz Valery Tscherkassky
Alexander Kozovic
Maxim Islamov
2. Platz Dominik Grot
Michael Schäfer

Wir Trainer freuen uns sehr über die Wettkampfmotivation der Ulmer Athleten und die tollen Ergebnisse und gratulieren von Herzen jedem Einzelnen!



buch KULTUR



KERLER

Die Dinge des Lesens

Rosengasse 13

89073 Ulm

Tel.: 0731 - 63978

Fax: 0731 - 63920

Mail: buchkerler@t-online.de

aktuell, lebendig

traditionsbewusst

Ulms Jüngste erfolgreich auf dem Wettkampfparkett unterwegs von Ursula Korner Altersklasse unter 10 Jahre und unter 12 Jahren

2xVize-Bezirks-Mannschaftsmeister in der U12

Dank gut besuchter Trainings und einer hohen Anzahl an aktiven Kindern, konnte der VfL drei Mannschaften zu den Mannschaftsmeisterschaften melden. Wo andere Vereine Schwierigkeiten haben, überhaupt eine Mannschaft mit genug Kids zusammen zu bekommen, konnten die Ulmer mit einer Mädelsmannschaft und zwei Jungsmannschaften zu den Bezirksmeisterschaften anreisen.

Das Ergebnis bei den Jungs: Platz 2 und 5, die Mädels wurden ebenfalls 2.!

Alle sind für die Süd-Württembergischen am 23.03. in Esslingen qualifiziert. Bei den Süd-Württembergischen Mannschaftsmeisterschaften konnte sich die Ulmer Mädelsmannschaft erneut Platz zwei sichern, die Jungs wurden 5.



NÄHER IST IMMER BESSER!



Mehr Wert.
Mehr Vertrauen.

TÜV SÜD Service-Center Böfingen

(gegenüber Getränkemarkt
Finkbeiner)
Eberhard-Finkh-Straße 25
89075 Ulm-Böfingen



Termine gerne online unter
www.tuev-sued.de/hu

TÜV SÜD Division Mobility

TÜV®

Schulturnier: Jugend trainiert für Olympia – Eduard-Mörike-Schule wird dritter in der Gesamtschulwertung

Beim Schulwettkampf „Jugend trainiert für Olympia“, treten die Athleten für ihre jeweilige Schule an. Hierzu gibt es extra schulfrei, da das Turnier an einem Wochentag stattfindet.

Auch dieses Jahr gingen 18 Schüler des VfL Ulm für ihre Schulen an den Start.

Am Ende gibt es noch eine Gesamtauswertung der erfolgreichsten Schule.

Hier konnte sich in diesem Jahr die Eduard-Mörike-Schule den dritten Platz sichern.

Sie war mit zahlreichen Schülern vertreten, da wir in der Schulhalle der Schule trainieren, sind viele Ulmer Judoka von der Eduard-Mörike Schule vertreten gewesen.

Wir gratulieren den Judoka der Eduard-Mörike Schule herzlich zu diesem Erfolg!

Osterhasen-Cup u10

Die jungen Ulmer Kämpfer konnten ihr Können beim alljährlichen Osterhasen Cup unter Beweis stellen. Alle kleine Osterhasen gaben Vollgas und erkämpften sich folgende Platzierungen:

1. Platz: Johanna Kutscher
Jacob Kutscher
2. Platz: Aaron Traa
Johanna Weiland
Sophie Glöckler
4. Platz: Maria Doser
Joose Toljamo
5. Platz: Amelie Traa



Bezirkseinzelsmeisterschaft u10: 3 Bezirksmeister + 2 Vizemeister kommen aus Ulm

Im Mai fanden in Biberach die Bezirksmeisterschaften der u10 statt. Hier starteten auch Ulms jüngste Nachwuchskämpfer, alle angetretenen konnten sich für die Süd-Württembergischen (die in der u10 höchste Turnierebene) im Juni qualifizieren.

Die Ergebnisse:

Bezirksmeisterschaften u10

Bezirksmeister:

Maria Doser
Lukas Eisenlauer
Jakob Kutscher

Vize-Meister:

Cornelius Kiefer
Maikel Barjas

3. Platz: Daris Murtic
Aaron Traa

4. Platz: David Grot

Süd-Württembergische u10
Südwestwürttembergischer Meister:

Lukas Eisenlauer
Cornelius Kiefer
Jakob Kutscher
Daris Murtic

Vize-Meister:

Joose Toljamo

3. Platz: Maria Doser

4. Platz: David Grot



Gürtelprüfung- 50 Prüflinge erlangen neuen Kyugrad

Am Mittwoch, den 10. April 2019, war für die Trainer und somit an diesem Tag die Prüfer in der Ulmer Judohalle Großkampftag angesagt: die nächste Gürtelprüfung stand an. Insgesamt legten an diesem Nachmittag ca. 50 Kinder und Jugendliche ihre Gürtelprüfung erfolgreich ab. Wir gratulieren allen herzlich zum neuen Kyu-Grad. Hier einige bildlichen Eindrücke:





Häussler
Ihr Sanitätshaus



ALLES GUTE.

Sanitätshaus und Homecare
Medizin- und Rehathechnik
Orthopädietechnik
Orthopädieschuhtechnik
Häussler junior

Wir sind immer gerne für Sie da.

Jägerstraße 6, Sedelhofgasse 5,
Oberer Eselsberg 45 in Ulm,
Tel. 0731 140 02-0, www.haeussler-ulm.de

**WIR SUCHEN
DICH!**

**Berufe im Gesundheits-
wesen haben Zukunft:**

Orthopädietechnik-Mechaniker/in
Orthopädieschuhtechniker/in
Kauffrau/mann für Büromanagement
Kauffrau/mann im Einzelhandel
Fachinformatiker/in für Systemintegration

Lisa Leonhardt wird Deutsche Meisterin ü30 von Ursula Korner

Lisa Leonhardt startete dieses Jahr zum ersten Mal bei den Deutschen Meisterschaften der Altersklasse ü30.

Bei einem starken Teilnehmerfeld in der Gewichtsklasse -78 kg musste sie gleich gegen die amtierende Welt- und Europameisterin Madlen Oesterreich antreten, in einem harten Kampf schaffte Lisa Leonhardt es, in Führung zu gehen und diese bis zum Ende hin zu verteidigen. Lisa besiegte im zweiten Kampf Sarah Flemming aus Stuttgart mit einem Konter und anschließendem Haltegriff.

In den beiden weiteren Kämpfen gegen Elke Wilde aus Salzbergen und Christina Zahl aus Sachsenwald gewann Lisa ebenfalls vorzeitig mit Ippon.

Somit sicherte sich Lisa Leonhardt die Goldmedaille und den Titel als Deutsche Meisterin im Judo in der Altersklasse ü30.



Frühjahrsprüfungen - 29.03. und 05.04.2019

von Jaqueline

Wenn der Frühling sich langsam, aber sicher durchsetzt, die Tage wieder länger werden und der träge, lange Winter sich verabschiedet, ist es bei uns im Dojo wieder mal Zeit, es richtig „Rauchen“ zu lassen. Die Frühjahrsmüdigkeit hat keine Chance, da für Kinder und Jugendliche kurz vor Ostern die neuen Gürtelprüfungen auf dem Programm stehen. Unsere Vorbereitung beginnt direkt nach den Weihnachtsferien und es gilt, nach den langen Feiertagen alle wieder richtig in Schwung zu bringen.

Durch mehrtägiges Training in der Woche und einer guten Vorbereitung seitens unserer Trainer, ist es auch diesmal gelungen, sowohl bei den Kindern, wie auch bei unseren Jugendlichen eine Prüfung mit hohem Niveau zu absolvieren.

Aufgrund der großen Anzahl an Prüflingen wurde die Prüfung auf zwei Tage verteilt.

Die Kleinen durften am 29.03.19 vor die Augen unseres Prüfers Reinhard Foschum treten.

Die Älteren waren dann eine Woche später, am 05.04.19, mit ihrer Darbietung dran. Da die Jüngeren schon eine tolle und beeindruckende Prüfung hingelegt hatten, war der Druck bei unseren Großen doch spürbar vorhanden. Doch mit hohem Ehrgeiz und Fleiß zeigten auch sie eine hervorragende Prüfung, mit tollen Techniken und beeindruckenden Partnerübungen.



Von Trainerseite ist zu sagen, dass wir wieder einmal stolz auf alle Teilnehmer sind und uns freuen, die stetige Entwicklung bei jedem einzelnen beobachten zu können.
Macht weiter so!



Herzlichen Glückwunsch zur bestandenen Prüfung:

8. Kyu

Eljon
Filip
Darius
Fabio
Renato
Milan
Revan
Giridhar

7. Kyu

Vanessa
Katarina
Lotta
Oskar
Aykut
Abboudi
Harsiddhi
Diyar
Nils

6. Kyu

Arijan
Paula
Jana
Nico
Bernhard
Nikita
Manoj

4. Kyu

Alara
Fisnik
Niklas

2. Kyu

Pavel
Celina
Lenja
Elina
Merlin

1. Kyu

Tamara

Zentrum für Fitness und Physiotherapie

seit 1986



Fitness - Wellness

Fitness- u. Cardiotraining
Seniorentraining
Galileo-Training
EMS-Training
Sauna-Dampfbad
Wellness

Physiotherapie

Krankengymnastik
Manuelle Therapie
Lymphdrainage
Bobath Therapie
Massage
Rehasport

Seit 33 Jahren erwartet Sie auf über 1.200 m² eines der größten u. vielseitigsten Sport- und Gesundheitsangebote Ulms. Erfahrene Trainer u. Therapeuten erwarten Sie. Nutzen Sie unsere 33-jährige Erfahrung. Freuen Sie sich auf unsere Kompetenz.

Rufen Sie noch heute an und vereinbaren unter
263788 einen Termin. Vertrauen Sie dem
Partner des VfL Ulm.
89075 Ulm Eberhard-Finckh-Straße **26**
info@zentrum-ulm.de www.zentrum-ulm.de



VfL Putzete - 30.03.2019

von Lenja

Eigentlich wollte ich am Samstag ausschlafen. Nix da - am Samstag den 30. März um 10 Uhr traf sich der Verein für eine Müllsammelaktion rund ums VfL-Gelände.

Bei super Wetter wirkten wir mit vereinten Kräften gegen die Umweltverschmutzer und schafften es, den Müll erfolgreich zu beseitigen. Ausgerüstet mit Handschuhen, Müllzange und Müllsack ging es dem Abfall an den Kragen. Die kuriosesten Dinge, die wir fanden, waren riesige Rohre und sogar ein alter Grill.

Durch zahlreiche Teilnehmer konnten wir die gefühlt 100 Müllsäcke schon gegen Mittag abgeben. Unsere Mühe wurde mit vielen Pizzen belohnt. Nach dieser großen Anstrengung hatten wir uns diese auch wirklich verdient.



Dan-Prüfung in Neureichenau - 20.04.2019

von Uwe Schilling

Wenn ich acht Stunden Zeit hätte um einen Baum zu fällen, würde ich sechs Stunden die Axt schleifen.

(Abraham Lincoln, der 16. US-amerikanische Präsident, * 1809, † 1865)

Nach langer Vorbereitungszeit fuhr Hermann, Daniel, Johannes, Boris, Joachim und Uwe nach Neureichenau um sich einer Dan-Prüfung zu stellen.

Das Schönste an einer Dan-Prüfung ist die Vorbereitungszeit. Sich intensiv mit dem Thema Karate zu befassen und mit einem guten Team zu trainieren, das hat schon was. In den letzten Wochen trafen wir uns öfters im „Turm“, um für die Prüfung zu trainieren.

Boris, Joachim und Uwe fuhren schon am Donnerstag los, Hermann, Daniel und Johannes kamen am Freitag nach. Die ersten drei konnten dann am Freitag Vormittag in zwei Trainingseinheiten nochmals alles wiederholen, um dann letztlich für die am Samstag stattfindende Prüfung fit zu sein.

Am Nachmittag machten sich Boris, Joachim und Uwe auf zur Sausbachklamm, einer Klamm in der Nähe von Waldkirchen.

Das Motto vom Karatedojo Gäns-wies heißt ja „Karate-Freizeit“. So erlebten wir eine schöne Wanderung mitten im Wald, entlang der Sausbachklamm, Elisabeth gab uns diesen Tipp, dafür ein riesengroßes Dankeschön.



Nachdem wir von der Wanderung zurückkehrten, trafen Daniel, Johannes und Hermann ein.

Die Nachzügler trainierten dann am Freitagabend noch einmal. Nach einem guten Abendessen ging es dann früh zu Bett.

Zu einem guten Ende gehört auch ein guter Beginn. (Konfuzius (551 – 479 v. Chr.)

Dann, endlich war es soweit, nach dem gemeinsamen Frühstück ging es um 9.00 Uhr los. Insgesamt waren wir 8 Prüflinge außer uns 6 Ulmern stellten sich noch Marion vom SGV Murr und Norman vom SV Feldstetten dieser Herausforderung. Die Prüfer Werner Beck und Rainer Mittenzwey nahmen sich für alle drei Prüfungsteile viel Zeit. Nach Grundschule und Kata waren dann Bunkai, Kumite, Selbstverteidigung und bei Norman und Uwe die Ausarbeitungen dran. Nach gut drei Stunden, in denen die Prüflinge alles gaben, war es dann soweit. Kurz vor 13:00 Uhr wurden wir gemeinsam ins Dojo gebeten.

Der Preis des Erfolges ist Hingabe, harte Arbeit und unablässiger Einsatz für das, was man erreichen will. (Frank Lloyd Wright)

Alle Prüflinge durften ihre Prüfungs-urkunden entgegennehmen, alle haben bestanden,

zum 1 Dan: Marion vom SGV Murr

zum 2. Dan: Daniel, Joachim und Johannes

zum 3. Dan: Boris und Hermann

zum 4. Dan: Norman vom SV Feldstetten

zum 5. Dan: Uwe

Anschließend wurden jede Menge Fotos gemacht, zuerst im Dojo dann ging es nach draußen, dort noch eine große Fotosession rund um den kleinen Badeweiher.

Danach duschen und umziehen, wir Ulmer und Marion machten uns dann auf zum Dreisessel um von dort eine Wanderung zum Dreiländereck zu machen.



Wandern ist eine Tätigkeit der Beine und ein Zustand der Seele

(Josef Hofmiller)

Bei schönstem Wetter wanderten wir, zum Teil im knietiefen Schnee, zum Dreiländereck. Da gegen 19.00 Uhr eine kleine Dan-Feier mit gemeinsamem Abendessen geplant war, machten wir uns vom Dreiländereck auf demselben Weg wieder zurück zum Dreisessel. Daniel, Johannes und Uwe kletterten noch die in den Fels gehauenen Stufen bis zum Gipfel des Dreisessel hoch und genossen die Aussicht über den bayerischen Wald.

Gegen 18.00 Uhr waren wir wieder zurück im Karatedojo Gänswies, wir konnten uns noch kurz frisch machen, dann fuhren wir in eine Pizzeria um dort gemeinsam zu essen, die Prüflinge luden Werner und Elisabeth sowie Rainer mit seiner Tochter ein.

Ein Leben ohne Feste ist wie eine lange Wanderung ohne Einkehr.
(Demokrit (460 - 370 v. Chr.), griechischer Naturphilosoph)

Nachdem wir alle gut und reichlich gegessen hatten, ging es zurück ins Karatedojo Gänswies und im Aufenthaltsraum bei Werner wurde bei gutem bayerischen Bier nochmals auf die Dan-Prüfung angestoßen.

Gastsein ist gut. Heimkommen ist besser. (aus Gabun)

Am Sonntag ging es dann wieder Nachhause. Marion und Norman fuhren gleich nach dem Frühstück, wir Ulmer ließen es etwas ruhiger angehen und fuhren erst nach dem Mittagessen nach Hause, gegen 17.00 Uhr kamen wir in Ulm an.

Dieses Prüfungswochenende wird uns allen in guter Erinnerung bleiben.

Vielen Dank an Elisabeth und Werner für ihre Gastfreundschaft.

13. Ulmer Budotag 25.Mai 2019

Angriff, Abwehr, Konter: dieses einfache Prinzip wurde über Jahrhunderte hinweg durch verschiedenste Kampfsportarten realisiert, wobei jeder dies anders interpretierte und sich so einzigartig entwickelte. Beim Ulmer Budo Tag kommen einige dieser Kampfsportarten zusammen, um ihre Interpretationsweisen den anderen Teilnehmern vorzustellen.

Angefangen wurde traditionellerweise mit Karate. Diesmal lag der Schwerpunkt auf dem Freikampf, weshalb direkt beim Aufwärmen eine Übung praktiziert wurde, auf der die späteren Bewegungsabläufe basierten.

Nach einem kurzen Theorieteil, bei dem allen Teilnehmern von Foschy und Ina Taktiken erklärt wurden, wie man seinen Gegner dazu bringt, so anzugreifen, dass er die darauf folgende Konter nicht sieht, wurden die Strategien sodann in Partnerübung trainiert. Hier legten die Trainer darauf Wert, dass immer ein Karateka mit einem Nicht-karate trainierenden zusammen übte, um den Lerneffekt zu steigern.

Durch häufige Partnerwechsel wurde zusätzlich auch noch das Anpassen an verschiedene Bewegungsarten geübt, da jeder eine individuelle Art hat, sich zu bewegen und so immer eine neue Herausforderung für seinen Partner darstellt.

Nach dem Üben einiger Strategien war auch schon die Zeit der Karatekas um und es gab eine erholsame, fünfzehnminütige Pause, in der sich die Teilnehmer aufs Neue stärkten. Weiter ging es mit Aikido, einer Sportart, in der das Abrollen eine elementare Rolle spielt. Also wurde in der kurzen Aufwärmphase das Abrollen in verschiedenen Schwierigkeitsstufen geübt: aus kniender Position bis hin zur stehenden.

Anschließend wurde durch einfache Bewegungsabläufe den Teilnehmern erklärt, wie sie deren Gegner, unabhängig von dessen Größe und Kraft, zu Boden bringen können. Nach einigen Demonstrationen von Josie und seinem Partner ging es auch schon ans Üben. Nach einigen Übungsrounds, die sich durch die Art des Angriffs und somit der Verteidigung unterschieden,

endete diese Einheit in einer wohlverdienten Mittagspause, in der man sich eine Stärkung durch kaltes Buffet und frische gegrillte Hotdogs holen konnte.

Weiter ging es mit Jiu Jitsu, einer Kampfsportart, in der viel mit Hebeln gearbeitet wird. Gerhard und Marcus, zwei Schwarzgurte in Jiu Jitsu, zeigten den Teilnehmern einfache Hebel und Bewegungsmuster, die selbst stärkere Gegner durch gezielte Ablenkung in einen Hebel zwang. Uns wurde gezeigt, wo man am Körper des Angreifers abwehren oder schlagen soll, damit das gewünschte Ziel erreicht wird. In der nächsten Einheit, Kyusho Jitsu, wurde im Theorieteil klar, warum die eingeübten Stellen besondere Wirkung zeigten: Es waren Nervenpunkte, die man durch Reiben und oder Schlagen aktivieren konnte. Im praktischen Teil wurden dann einfache Angriffs- und Abwehrbewegungen geübt, mit der Besonderheit, genau die Nervenpunkte zu treffen, um mit selber Kraft höhere Wirkung zu erzielen. Nach einer weiteren Stärkungspause gab es verschiedene Angebote, zwischen denen die Teilnehmer

wählen konnten und diese nähergebracht bekamen.

Zur Auswahl gab es den Bo, ein Stock, der in Okinawa als Schlagwaffe eingesetzt wurde, Tonfas und Schwerter, die natürlich aus Sicherheitsgründen aus Holz bestanden. Nach einer Stunde Unterricht klang der diesjährige Budo Tag nach dem Abbauen in einem gemütlichen Grillabend aus, bei dem es Käse und lecker Würstchen gab.

Wir danken den motivierten Teilnehmern, die beim Budo Tag vollen Einsatz und Begeisterung mitbrachten, wie allen Trainern für ihr ehrenamtliches Engagement. Hand in Hand gelang uns ein interessanter und humorvoller 13. Ulmer Budo Tag.





Entdecke die PistenBully Fanwelt.

Besuchen Sie uns unter shop.pistenbully.com!
 Hier finden Sie viele weitere PistenBully Artikel und Angebote.
 Wir freuen uns auf Sie.

Armbanduhr
 je **69,19 €**



Duschtuch **29,69 €**



Cord-Basecap **24,69 €**



T-Shirt **24,69 €**



Sonnenbrille **29,69 €**

Artikel nur solange Vorrat reicht

Das geheime Wissen der alten Karatemeister

von Alara Sönmez

von Fritz Oblinger verpetzt

Die Abteilung Karate des TSV Grünwald hat am 15. Juni 2019 mit einem Jubiläumslehrgang ihren 35. Jahrestag gefeiert, auf den Fritz Oblinger als Referent eingeladen wurde. Foschy, Ina, Tamara und Alara besuchten diesen Lehrgang in der Gemeinde Grünwald; München. Aufgeteilt wurde in Unter- und Oberstufe, die in jeweils zwei Einheiten abwechselnd trainierten.

In dem ersten Oberstufentraining wurden Partnerübungen der Kata Jion behandelt, indem die Karatekas, Braun- und Schwarzgurte, vorher gezeigte Anwendungen trainierten. Was mir hier besonders gefallen hat ist, dass Fritz viele verschiedene Verteidigungsvariationen einer Sequenz demonstrierte und deren Hintergrund erklärte, sodass man den Sinn dahinter verstehen konnte. Er gab so jedem einzelnen die Möglichkeit für sich selbst herauszufinden, welche Version einem am meisten gefällt.

Nach einer entspannten Mittagspause an der Sonne und frischer Luft ging es für Tamara und Alara

im Unterstufentraining weiter. Hier wendete Fritz dasselbe Konzept wie in der Oberstufe an, nur dass die Partnerübungen diesmal auf der Kata Heian Sandan basierte. Anschließend waren wieder die Braun- und Schwarzgurte an der Reihe, die diesmal basierend auf der Kata Jitte trainierten. In diesem Abschnitt legte Fritz besonders darauf Wert, dass die Karatekas Vitalpunkte bei der Abwehr beziehungsweise den Gegenangriffen nutzten, die auch halfen, den Partner leichter zu Boden zu bringen. Sehr gut fand ich bei diesem Lehrgang, dass Fritz Oblinger realitätsgetreue Angriffs- und Abwehrmuster trainieren ließ, wobei mir immer öfter seine unglaubliche Körperkontrolle und der damit verbundenen Präzision und Schnelligkeit auffiel.

Abschließend noch ein schönes Zitat von Fritz, womit er verdeutlicht hat, dass es ihm wichtig ist, offen für Neues und neue Interpretationsweisen von Anderen zu sein:

„Wir lesen alle das gleiche Buch [=trainieren alle Karate] und trotzdem interpretiert jeder etwas anderes hinein.“

KARATE



Bild von links nach rechts:
Ina Foschum, Fritz Oblinger, Reinhard Foschum, Alara Sönmez, Tamara Bold.



**Dabeisein
ist einfach.**



spkulm.de

Wenn man den Sportförderer für die Region an seiner Seite hat. Wir unterstützen seit Jahren zahlreiche Sportveranstaltungen und Vereine.



Trainermeeting mal zwei

von Reinhard Foschum

Einmal im Jahr findet für die Karatetrainer in Baden Württemberg ein Trainermeeting statt. Für den VfL nahmen meine Tochter Ina und ich in Lahr teil. Es war nicht einfach, sich bei dem riesigen Angebot mit hochkarätigen Meistern, die in vier Hallen parallel ihr Wissen weitergaben, zu entscheiden. Neben dem Prüferlehrgang und einer super dynamischen Wettkampfeinheit bei Landestrainer Köksal Cakir waren wir besonders auf Jamal Measara gespannt. Großmeister Measara war für uns schon lange ein Begriff, allerdings hatten wir noch nie die Gelegenheit, bei ihm zu lernen.

So waren wir auch sehr gespannt auf sein Training. Unsere sehr hohen Erwartungen wurden weit übertroffen. Sensei Measara beeindruckte uns durch sein riesiges Wissen über das ursprüngliche Okinawa Karate. So gab es auf der Heimfahrt nur ein Thema. Wir waren uns einig, dass das nicht der letzte Lehrgang bei Sensei Measara war.

So war es dann auch für uns ein Glücksfall, dass unsere Nachbarn in Bayern zu ihrem Trainermeeting in Ingolstadt ebenfalls Sensei Measara

gewinnen konnten. Die Gelegenheit konnten wir uns nicht entgehen lassen und fuhren hin. Das Bayerische Trainermeeting begann für mich mit einer Langstock Einheit bei Sensei Measara. Ina hatte sich währenddessen für das spannende Thema Oyo Kumite bei Fritz Oblinger entschieden.

Unsere gemeinsame zweite hochinteressante Einheit im Okinawa Karate handelte von Hebeltechniken im Karate und den Unterschieden zu Aikido oder Jiu Jitsu. In meiner letzten Einheit bei Sensei Measara wurden die ursprünglichen Grundtechniken des Okinawa Karate trainiert und der Unterschied zum Shotokan Karate besprochen. Hochinteressant waren dann auch vor allem die Erzählungen über das Training im alten Okinawa. Parallel trainierte Ina bei Mohamed Abu Wahib die Kata Gojushiho Sho.

Unter dem Strich hat sich für uns die lange Anfahrt zu den beiden Trainermeetings voll gelohnt. Wir sind schon voll Elan, das Gelernte in unserem Karateweg umzusetzen.

KARATE



Bild von links nach rechts
Großmeister Jamal Measara
Landestrainer Mohammed Abu Wahib
VfL Trainer Reinhard Foschum
VfL Trainerin Ina Foschum
Großmeister Fritz Oblinger



Wir pflegen mit Gefühl!

Seniorenmedizin

Haus Michael

Dauer- und Kurzzeitpflege

Tagespflege

Offene Angebote

52 | VfL-REPORT | Juli 2019

KOMM INS TEAM
COMPASSIO

Wir gestalten Leben. Du arbeitest gerne mit Menschen zusammen und möchtest die Pflegequalität und Abläufe aktiv mitgestalten? **Wir suchen Talente wie dich! Bewirb dich jetzt!**

Kegelausflug und Bahnrenovierung von Reinhard Ruegenberg

In die Saison 2018 / 2019 sind wir nach Aufhebung der Spielgemeinschaft wieder allein gestartet. Und immerhin, der erreichte Tabellenplatz 3 von 6 in der Männer Bezirksklasse zeigt, dass wir auch aus eigener Kraft ein ernstzunehmender Gegner in unserer Spielklasse sind.

Unserer gemischten Mannschaft wurden leider die Grenzen gezeigt. Es gab in der Saison einen einzigen Sieg und das bedeutet das Tabellenende.

Da wir uns personell verstärken konnten, werden wir in 2019 / 2020 eine 6er Herrenmannschaft und wiederum auch eine gemischte Mann-

schaft zum Spielbetrieb anmelden. Traditionell nutzen wir den Fronleichnamstag mit dem verlängerten Wochenende für unseren mehrtägigen Ausflug. Dieses Jahr hatten wir uns als Ziel den oberbayerischen Chiemgau auserwählt. Untergekommen sind wir in Rosenheim, die kurze Strecke zum Chiemsee war mit dem Zug rasch überwunden.

Ein Ausflug nach Aschau mit einer Seilbahnfahrt auf den Hausberg Kampenwand war einer der Höhepunkte. Der 1669 m hohe Berg lässt kilometerweit einen Blick in das Steinerne Meer zu, wir hatten mit dem Wetter einigermaßen Glück und konnten die Fernsicht genießen.



Für die zahlreichen Wanderwege fehlte allerdings die Zeit, völlig normal auf einer Kurzreise.

Anderntags war eine Schifffahrt auf dem Chiemsee von Prien zur Herreninsel angesagt. Kaum abgelegt, schon angekommen. Ganze 10 Minuten waren wir auf dem See. Neben dem ehemaligen Augustinerkloster beherbergt die Insel natürlich die Attraktion, Schloss Herrenchiemsee, erbaut ab 1878 unter König Ludwig II. Nach Entmündigung und Tod des Königs 1886 wurde der Bau eingestellt. So blieb die Anlage unvollendet, der Hauptbau steht etwas verloren. Dennoch, ein Besuch lohnt sich allemal.

Mit unserer Unterkunft hatten wir leider nicht das große Los gezogen, dafür entschädigte die Stadt Rosenheim mit ihrer Aufenthaltsqualität und einer beeindruckenden Gaststättenkultur.

Im Sommer macht der Kegelsportbetrieb Pause, gespielt wird im Abschnitt Herbst / Winter / Frühjahr. Jetzt könnten wir uns eigentlich dem süßen Nichtstun hingeben. Das fällt dieses Jahr flach, wir haben uns einiges vorgenommen.

Der Belag unserer Kegelbahnen ist nicht nur in die Jahre gekommen, es sind mittlerweile Jahrzehnte. Die Bahn wird vom Verband DKBC (Deutscher Keglerbund Classic) alle drei Jahre technisch abgenommen. Dabei wird geprüft, ob die Anlage in Technik und Zustand für den Ligaspielbetrieb geeignet ist. Natürlich wissen die technischen Prüfer um die finanziellen Sorgen der Vereine und drücken hin und wieder ein Auge zu. Bei uns war die letzte Prüfung schon im Grenzbereich. Ob die Bahn in dem Zustand noch einmal bestanden hätte, wer weiß.

Wir schreiten zur Tat und werden Ende Juli den Bahnbelag in Eigenregie erneuern. Der alte Belag wird abgefräst, schadhafte Ränder ausgebessert und dann kommen Haftgrund und Kunststoffoberfläche neu drauf.



Was hier mit wenigen Worten einfach beschrieben ist, ist eine namhafte Aufgabe, nämlich eine Operation am offenen Herzen. Allein das Abschleifen ist im Wortsinn eine staubige „Drecksarbeit“. Und beim Auftragen der neuen Oberfläche wird sehr gewissenhaft und penibel gearbeitet, da geht Präzision vor Schnelligkeit. Ist der Kunststoff fest, gibt's keine zweite Chance.

Wenn der Belag eingebaut ist, hat die Bahn Ruh' und wir auch. Das Material ist nicht gleich voll belastbar, es braucht Zeit zum aushärten, weshalb die Anlage geschlossen bleibt. Gegen Ende August wird dann Wachs aufgetragen und dann geht's langsam wieder los. Schliesslich beginnt die neue Saison Mitte September, Training und Vorbereitungsspiele müssen nach der Zwangspause wieder aufgenommen werden.



Achtung

Der Breakdancekurs
mit Jamie Stachl
startet wieder
am 12.09.2019

Achtung

Saisonstart 2019 der Abteilung Tennis

von Michael Rothe

Jahreshauptversammlung

Am 1. März fand die Jahreshauptversammlung 2019 der Abteilung Tennis statt.

Sie wurde eröffnet vom 1. Vorsitzenden des Gesamtvereins Reinhard Bappert sowie Norbert Hensel (Vorstand Finanzen des Gesamtvereines).

In der Versammlung wurde eine neue Abteilungsleitung gesucht, desweiteren mussten weitere Ämter neu besetzt werden.

Wir sind sehr froh, dass alle Ämter wieder besetzt werden konnten und danken allen Beteiligten für die Bereitschaft, das aktive Abteilungsleben weiter zu gestalten.

In der kommenden Ausgabe des VfL Reports stellen wir Ihnen die Vorsitzenden genauer vor und berichten von ihren ersten Erfahrungen in ihrer neuen Funktion.

Die Ämter in der Abteilung Tennis sind nun folgendermaßen besetzt:

1. Vorsitzende und Abt.-leiterin:
Christin Böcker
2. Vorsitzender und 1. Stellverteter:
Felix Taubert
2. Stellvertretender Vorsitzender:
Christian Böcker
- Schatzmeister:
Norbert Hensel
- Sportwart:
Norbert Hensel
- Kassenwart:
Norbert Hensel
- Jugendwartin:
Birgit Muhsal
- Technischer Leiter:
Thomas Hentschke
- Platzwart:
Joachim Böcker
- Vergnügungswart:
Reinhard Bappert
- Pressewart:
Michael Rothe
- Schriftführer:
Michael Rothe

Ehrung:

Norbert Hensel ist nun 40 Jahre Mitglied in der Tennisabteilung (seit 1979), seit 12 Jahren Kassenwart und seit 1994 ein Jahr kommissarisch und ab 1995 als Sportwart tätig. Nun ist er auch noch im Vorstand des Gesamtvereins für die Finanzen zuständig.

Wir bedanken uns herzlich für das Engagement von Norbert!

Verabschiedungen:

Horst Dege, seit 4 Jahren 1. Vorsitzender und 6 Jahre stellvertretender Vorsitzender

Frau Christine Spiegel, seit ca. 28 Jahren Schriftführerin

Sabine Schiele, seit ca. 8 Jahren zusammen mit Birgit Muhsal Jugendwartin

Rainer Schiele seit mehreren Jahren stellvertretender Vorsitzender

Wir bedanken uns bei allen für die langjährige ehrenamtliche Mitarbeit!

**Verbandsrunde Mannschaften
2019:**

Für die laufende Saison haben wir erneut 6 Mannschaften gemeldet:

Knaben und Mädchen gemischt
Juniorinnen und Junioren gemischt
Hobby Damen mit zwei Mannschaften

Aktive Herren
Ü50 Herren

Die Saison begann im Mai und fand nach den Pfingstferien ihre Fortsetzung. Auf dem guten Weg sind erneut unsere Aktiven Herren mit 3 Siegen aus 3 Spielen in der Bezirksstaffel.

Alle Saisonergebnisse dann im Saisonrückblick in der kommenden Ausgabe.

Tenniscamp 2019 in den Sommerferien

Für KIDS (ab 6J.) und JUGENDLICHE (für Anfänger, Hobby und Verbands-
spieler/ Mitglieder und Nichtmitglieder) veranstalten wir auch 2019 ein
Tenniscamp!

Wann: Montag 29.07. bis Freitag 2.08.2019
Von 9:00 – 14:00 Uhr
Am 1. Tag Beginn 8:45 Uhr

Wo: VfL Ulm Tennisanlage

Kosten: Mitglieder 150€ Geschwisterkind 140€
Nichtmitglieder 170€ Geschwisterkind 160€
davon sind 30€ Essensanteil/ 6€ pro Tag
Gebühr bitte am 1.Tag vor Trainingsbeginn bezahlen

Leistungen: 5 Tage 4 Std Tennis pro Tag siehe Ablaufplan
1 Std gemeinsames Essen in der Vereinsgaststätte da Rino
Getränke (Wasser / zum Mittagessen wer will Apfel-Schorle)

Mitbringen: Tennisschuhe + saubere Hallenschuhe, Tennisschläger
(wer keinen Schläger hat bitte angeben) Cap, Sonnenschutz,
Handtuch

Anmeldung: verbindliche Anmeldung bis 14.7.2019 unter tennis@vflulm.de
bei der Anmeldung bitte angeben:
Name, Geb.Datum, Spielstärke, relevante Erkrankungen z.B
Allergien, für die Essensbestellung ob vegetarisch o. normal
Die Teilnehmerzahl ist begrenzt – Anmeldungen werden in der
Reihenfolge des Eingangs und Mitglieder vor Nichtmitglieder
berücksichtigt.
Das Camp findet ab 10 Teilnehmern statt.

Ablauf:



Tenniscamp 2019 VfL Ulm

	1. Tag	2. Tag	3. Tag	4. Tag	5. Tag
9:00	Begrüßung	START	START	START	Auslösung der Doppel
V O R M I T T A G	Gemeinsames Aufwärmen (Life Kinetik)	Gemeinsames Aufwärmen Multikourt	Gemeinsames Aufwärmen + Dynamisches Dehnen	Gemeinsames Aufwärmen Multikourt	Selbständiges Einspielen
	Technik Training nach Stationen : -Volley & Smash P1 -Aufschlag P2 -Grundschiße P3	Gruppen spezifisches Einspielen Technik Beiarbeit je Platz mit unterschiedlichen Schwerpunkten	Athletik Training mit zahlreichen Stationen (Kraft Ausdauer, Schnelligkeit...)	Differenzielles Einspielen Visual Kognitiv Koordinativ	Doppel Turnier & Tennisabzeichen
	Technik Anwendung in diversen Spielformen	Technik Anwendung in diversen Spielformen	11er Challenge (nach Gruppen)	Doppel Spielformen	
11:30 - 12:30	Mittagspause	Mittagspause	Mittagspause	Mittagspause	Mittagspause
	Im Wechsel (Gruppen): -Auflockerung Multikourt -11er Challenge P1 P2 P3	Matchtraining mit diversen Bausteinen & Taktik (Einzel)	Differenzielles Training Im Wechsel (Gruppen): -Allgemein Multikourt -Tennis-spezifisch P1 P2 P3	Matchtraining mit diversen Bausteinen & Taktik (Doppel)	Fortsetzung Doppel Turnier
	Spielspiell „Bobfahren“, King Kong“				Siegerrangung / Urkunden Vergabe
14:00 Uhr	Aufräumen und Schluss	Aufräumen und Schluss	Aufräumen und Schluss	Aufräumen und Schluss	Gruppenfoto und Abschied

Trainingsplan erstellt durch Leander Exner, verantwortlicher Trainer TennisCamp 2019

Weitere Termine 2019 und Info-Adressen

Der Arbeitsdienst fand am 27.4. statt.

Die Saisoneroöffnung war am 4.5.

Von Mai - Juli sind regelmässig Verbandsrundenspiele.

Unser Tenniscamp für Kinder und Jugendliche ist vom 29.7. - 2.8.

Das Sommerfest 2019 mit Mixedturnier ist für den 3.8. geplant.

Sie haben Interesse, auf einer der schönsten Tennisanlagen der Region den Schläger zu schwingen? "Schnuppern" Sie doch bei uns vorbei!

Gerne können Sie auch unter tennis@vflulm.de Kontakt mit der Tennisabteilung aufnehmen. Weitere Infos auch unter <https://vflulm.ebusy.de>.

Inlinehockey

von Antje Müller

Hätte Xiaoyu das gedacht: er wird zum besten Torhüter des Tages gekürt. Im Herbst 2018 bekam der Sechsjährige seine ersten Skates. Nicht nur im Montagstraining, sondern auch zu Hause, übte er kleine vorsichtige Schritte und bestand bald darauf, mit in die zweite Gruppe, die Fortgeschrittenengruppe, aufgenommen zu werden. Bei unserem spontan ins Leben gerufenen kleinen Hockeyturnier am 06.05.2019 stand Xiaoyu im Tor. Dieses verteidigte er bravourös!

Auf der anderen Seite hielt Nina den Gegner in Schach. Motiviert und ehrgeizig steckt sie den einen oder anderen kleinen Sturz weg und kämpft unerschrocken weiter.



Nina als Verteidiger

Die einzelnen Spieler kämpften engagiert und aufmerksam um den Ball. Jedes Tor wurde bejubelt. Die gerade pausierende Mannschaft etablierte sich als Fanclub und feierte die Spieler auf dem Spielfeld an. Mit drei Gruppen und einem Spielmodus jeder gegen jeden hatten wir am Ende des Turniers drei Sieger. Und die Süßies auf den Medaillen wurden als Belohnung sofort verzehrt.

Inlinehockey ist eine etablierte Ballsportart, die wir in unserem Inlineskatetraining im Kleinen gern spielen. Sie erfordert vom einzelnen Skater Gewandtheit auf Skates und Sprintfähigkeit.

Spielerisch erlernen die Kinder auf diese Weise Fahrsicherheit und vertrauen zunehmend ihrem Körpergefühl.



Xiaoyu im Tor



Die Abteilung Inlineskating/ Speedskating sagt DANKE

an Herrn Tolksdorf von Rewe in Böfingen

Herr Tolksdorf unterstützt uns bereits seit Jahren bei unseren Veranstaltungen der Rennserien im Rahmen des Baden-Württemberg-Inline-Cup und des Bayern-Inline-Cups.



Auch für den nächsten Cup am 06.07.2019 sponsert Herr Tolksdorf wieder die Sachpreise sehr zur Freude der teilnehmenden Kinder!

Das ganz andere Tuning.

ZEISS DriveSafe Brillengläser
mit i.Scription®



// INNOVATION
MADE BY ZEISS

Sehen
Sie sicher?
Jetzt bei uns
prüfen!

Mit den neuen ZEISS DriveSafe Brillengläsern wird das Autofahren sicherer und entspannter:

- Verbesserte Sicht bei widrigen Lichtverhältnissen
- Geringeres Blendungsempfinden bei Gegenverkehr
- Schnelle und entspannte Blickwechsel
- Und auch für den Alltag geeignet

Entscheiden Sie sich zusätzlich für das i.Scription® Brillenglas-Tuning – 25-fach genauer als herkömmliche Brillengläser.



i.SCRPTION®
BRILLEGLAS-TUNING

Donau-Optik Oßwald

Herdbruckerstr. 13

89073 Ulm

Tel.: 0731-6023454



Sonntagstraining

von Antje Müller

**Der Sommer ist da!
Du suchst Ausgleich zum Alltag?
Du willst schnell und rasant sein?
Du willst dich bei schönem Wetter
im Freien bewegen?
Dann komm zu uns!**

Wir suchen ambitionierte Freizeitskater sowie Speedskater zwischen ca. 10 - 101 Jahren. Komm alleine, mit Partner oder als Familie, und hab Spaß am Inlineskating.

Wir bereiten wir uns unter anderem auch auf den Einstein Inliner-Halbmarathon vor.

Sei mit dabei:
Sonntags 17:00-18:30 bei schlechtem Wetter in der Halle, bei gutem Wetter draußen.

Es freuen sich auf Dich:
Helge und Antje



Um vorherige Rücksprache mit Antje Müller wird gebeten:
0176-63180015



Beach- und Wanderwochenende in Thiersee-Tirol von Siggı Ungewitter

Bereits zum 16. Mal ohne Unterbrechung haben Spielerinnen und Spieler der Montagsgruppe an einem Beach- und Wanderwochenende in Thiersee-Tirol teilgenommen. In einer herrlichen Berglandschaft mit einem malerisch gelegenen See haben wir von Donnerstag bis Sonntag in einer gemütlichen und sehr gepflegten Biopension unsere Zimmer bezogen. Bereits am ersten Tag ging es in die Region des Spitzingsees in der Nähe von Bayerischzell. Es ging zu Fuß hinauf zur Unteren Firstalm, wo wir einen herrlichen Ausblick auf den schön gelegenen Spitzingsee hatten. Danach ging es weitere 300 Höhenmeter hinauf zur Oberen Firstalm, wo wir uns zu einer anstrengenden Rundwanderung über die Freudenreichalm aufmachten. Trotz dieser relativ langen Wandertour standen wir nach dem Abendessen alle auf dem herrlich am See gelegenen Beachplatz. Der Muskelkater durch die anstrengende Bergtour war schnell vergessen als der Beachball über das Netz flog.

Am nächsten Tag ging es dann auf den nahe gelegenen Spillberg. Auf dem Spillberghaus machten wir

eine zünftige Rast und begaben uns dann auf den romantischen Weg hinab ins schöne Ursprungstal. Auch am Freitagabend waren wieder alle bei herrlichem Wetter auf dem Beachplatz und wir freuten uns riesig auf eine Runde Beachvolleyball bei herrlichem Wetter und traumhafter Bergkulisse. Am Abend wartete dann eine besondere Überraschung auf uns. Der Chef unserer herrlichen BIO-Pension überraschte uns mit einer besonderen Ehrung der Urlaubsregion Kufsteinerland. Wir alle erhielten ein schönes Präsent mit Ehrennadel und Urkunde für 15 und 20-jährigen Besuch des Urlaubsortes Thiersee. Am Samstag ging es dann hinauf nach Hinterthiersee zu einer sehr anstrengenden aber romantischen Rundtour um den Schattberg hinauf nach Modal. Diesen Tag rundeten wir natürlich wieder mit einer Runde Beachvolleyball ab. Am Abend besuchten wir dann das zum erstenmal ausgerichtete Sonnwendfest mit Feuer und Fackeln am und auf dem Thiersee.

Es war wieder einmal ein unvergessenes Wander- und Beacherlebnis. Die Zimmer und die Beachanlage sind für 2020 schon gebucht.



Beachplatz in Thiersee



Volleyballgruppe und Freizeitkicker machen herrlichen Rad-Ausflug zum Treffensbacher Gartenfeste von Siggie Ungewitter

Die Volleyballerinnen und Volleyballer haben zusammen mit den Freitagskickern am Sonntag den 30.6.2019 den schon traditionellen herrlichen Rad-Ausflug nach Treffensbuch zum dort stattfindenden Sommergartenfest unternommen. Die von Hans-Jörg Küberer vorzüglich organisierte und geführte Tour war ein Erlebnis der besonderen Art.

Bei herrlichem Wetter ging es hinauf nach Jungingen und weiter über Dornstadt nach Bermaringen auf die herrliche Schwäbische Alb. Nachdem der schweißtreibende Aufstieg nach Bermaringen geschafft war, ging es hinab ins Lautertal, um dann wieder den etwas giftigen Anstieg nach Treffensbuch zu nehmen.

Dort wartete in einer schattigen Obstbaumwiese eine zünftige Mahlzeit (vom Musikverein Treffensbuch bestens organisiert und vorbereitet) sowie ein köstlicher Kuchen mit Kaffee. Auf diese Weise gestärkt ging es dann hinab durch das wunder-

schöne kleine Lautertal über Lautern und Herrlingen und zurück nach Ulm-Böfingen.

Unser Dank gilt Hans-Jörg für seine Mühe und tolle Organisation. Es war wieder einmal ein unvergessener Tag.



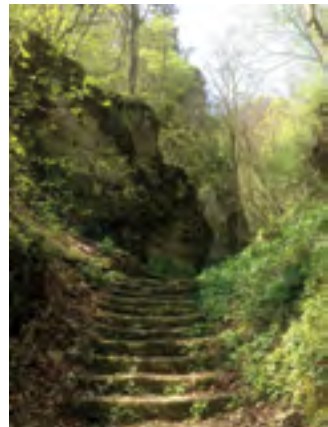
Maiwanderung der Freitagskicker und ihrer Freunde von Thomas Ribback

Wir waren 11 Wanderinnen und Wanderer mit Ehepartnerinnen und Freundinnen der Volleyball- und Freitags-Sportler- Abteilung des VfL Ulm/Neu-Ulm und unternahmen wieder einen sehr herrlichen Wanderausflug am 01. Mai 2019, am Tag der Arbeit.

Wir fuhren zunächst mit der Schwäbischen Albbahn vom Ulmer Hbf ab 9.21 Uhr bis nach Schmiechen bei Schelklingen. Dort kamen wir an um 9.53 Uhr. Von dort wanderten wir hoch in die Wälder und Felder nördlich des Schmiechtals. Nach ca. 8 km erreichten wir Justingen und rasteten dort kurz. Westlich davon begann der Einstieg ins Bärenental, das uns hinab ins Schmiechtal nach Hütten führte. Wir waren auch an den Resten der Burg bzw. dem früheren Hofgut „Muschenwang“ gewesen. Die Bärenentschlucht ist so eng, dass man Stufen in den Fels gehauen hat. Links und rechts ragen steile bemooste Felsen in den Weg. Sehr gutes Schuhwerk und auch Wanderstöcke waren von Vorteil.

Nach längerer Wanderung bei strahlendem Sonnenschein und warmen Temperaturen kehrten wir draussen auf der Terrasse der Gaststätte „Bären“ mit schwäbischer Küche in Hütten ein und stärkten uns.

Danach wanderten wir noch bis zu einem kleinen Bahnhof in Sondernach und fuhren von dort mit dem Zügli zwar müde, aber sehr gut gelaunt nach Ulm zurück.





**Treppenanlagen,
Terrassen,
Pflasterarbeiten,
Gartenmauern,
Gartenhighlights**

und vieles mehr ...



Ferber

Steinmetz • Bildhauer • Meisterbetrieb

Steinmetz Ferber
Gewerbestraße 28
89275 Elchingen
Fon 07308 928 660

www.steinmetz-ferber.de

Volltreffer!



Ulms flüssiges Gold