

VfL aktuell

Verein für
Leibesübungen 1886 e.V.
Stuttgart-Kaltental

Nr. 1/2023 • Juni

Fußball
Outdoor
Ringen
Sportkegeln
Tennis
Turnen & Gymnastik

Aus unserem
Sportangebot



Ringen

Seite 24



Sportkegeln

Seite 26



Tennis

Seite 30

VfL Kaltental Fußball
50 Jahre Damenmannschaft
1973-2023

1973-2023 50 Jahre Frauenfußball
1973-2023 50 Jahre Frauenfußball



Fußball

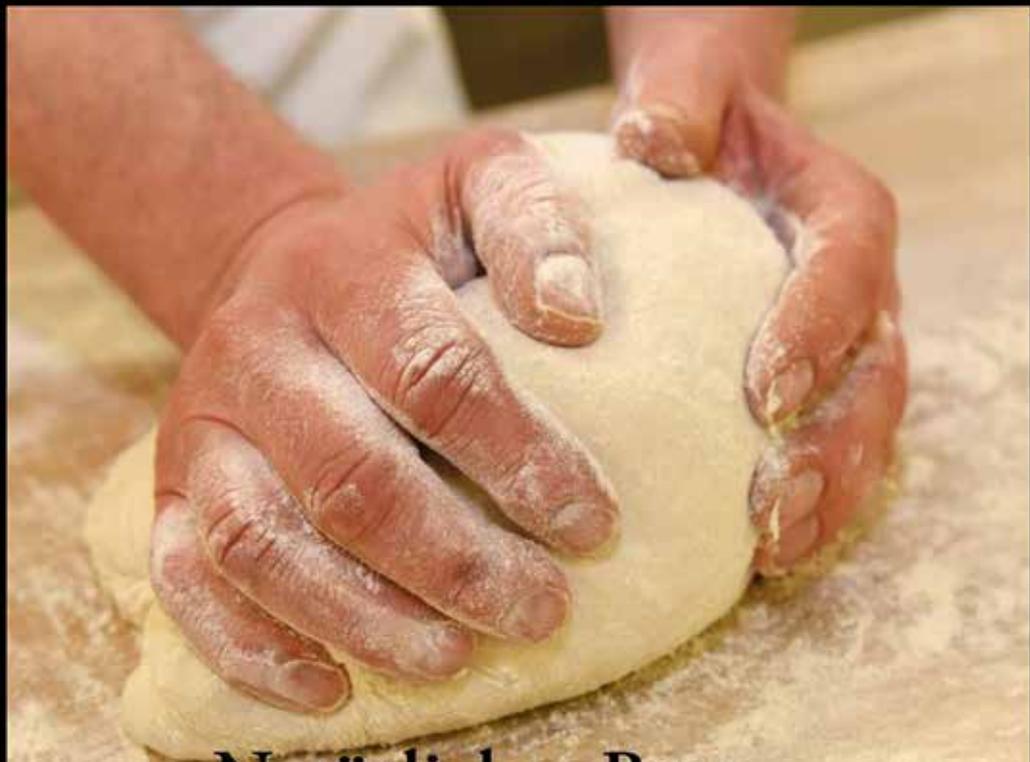
Seite 10

★ 50 Jahre Frauenfußball

im VfL ★ Jubiläumsfest 17.06.2023 ★

SCHRADÉ

GEGRÜNDET 1902



Natürliches Brot...

mit selbstgemachten Bio-Sauerteigen
und extra langer Teigführung,
ganz ohne Chemie und Zusatzstoffe

www.baeckerei-schrade.de



Freddy Hilse
1. Vorsitzender des
VfL Kaltental

Liebe Mitglieder, Förderer und Freunde des VfL, liebe Leser!

Nachdem sich der Vorstand in der Mitgliederversammlung neu formiert und seine Arbeit aufgenommen hat, möchte ich mich im Namen des Vereins bei Uwe Deffner bedanken. Er hat es in den letzten 15 Jahren geschafft, den VfL Kaltental auf gesunde Beine zu stellen und er hat trotzdem noch Möglichkeiten gefunden, einige wichtige Sanierungen anzugehen und abzuschließen. Uwe hat in Zusammenarbeit mit den anderen Vorstandsmitgliedern und Abteilungsleitern den Verein aus der Krise geführt, so dass wir jetzt weitere wichtige Projekte angehen können.

Die erste Aufgabe des neuen Vorstandes war die Suche nach einem neuen Pächter. Nach unzähligen Vorstellungsgesprächen und Terminen haben wir einen neuen Pächter gefunden, der Anfang Mai die Gaststätte wieder eröffnet hat. In der umfangreichen Speisekarte ist sicher für Jeden etwas dabei.

Herr Phuoc Duy Truong, genannt „DUY“, freut sich auf Sie und wir sind überzeugt, mit ihm den richtigen Pächter gefunden zu haben. Genießen Sie unsere herrliche Sonnenterrasse und die Auswahl der Speisen und Getränke.

Als Vorstandsteam hatten wir uns vorgenommen, den Kontakt zu den einzelnen Abteilungen wieder zu intensivieren. In den ersten Monaten haben wir Gespräche mit allen Abteilungsleitern und Ausschüssen geführt. Wir möchten uns ausdrücklich bei ihnen für ihren Einsatz und ihre hervorragende Arbeit bedanken. Ohne dieses ehrenamtliche Engagement wäre es nicht möglich, dieses breite Angebot an Sport zu bieten.

Um dies auch weiterhin gewährleisten zu können ist es wichtig, in diesen Gremien mitzuarbeiten. Ein Verein wie der VfL Kaltental ist ohne seine ehrenamtlichen Helfer nicht überlebensfähig. Ich bitte Sie: Bringen Sie sich ein in unserer Gemeinschaft – als Helfer bei einer unserer Veranstaltungen oder als Mitglied in einem Abteilungsausschuss. Anregungen, Ideen und vor allem helfende Hände werden überall benötigt.

Da wir in den nächsten Jahren einige Baumaßnahmen planen, suchen wir Mitglieder, die sich im Bereich Pho-

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	3
Sportstätten	5
Vereinsinfos	6
Meldungen	8
Fußball.....	10
Ringern	24
Sportkegeln	26
Tennis	30
Turnen & Gymnastik	32
Impressum	42

HERZLICHEN DANK!

allen Inserenten dieser Vereinsnachrichten, allen Sponsoren, Anhängern und Freunden des Vereins für ihr vielfältiges Engagement zugunsten unserer Arbeit. Alle Leser des Heftes bitten wir, die werbenden Firmen bei ihren Einkäufen und der Erteilung von Aufträgen besonders zu berücksichtigen.

tolvoltaik oder Energietechnik auskennen und sich mit ihrem Know-how bei uns einbringen möchten. Sprechen Sie eines der Vorstandsmitglieder oder unsere Geschäftsstellenleiterin Beatrice Groß an, wenn Sie sich vorstellen können, uns zu unterstützen.

Nutzen Sie gerne unseren Newsletter, um sich über alle aktuellen Ereignisse und Veranstaltungen zu informieren oder schauen Sie regelmäßig auf unsere Homepage.

Blieben Sie gesund und genießen Sie den Sommer! Ob Sie mit dem Auto, dem Fahrrad oder auf „Schusters Rappen“ zum Vereinsgelände im Kohlhaus kommen – wir freuen uns auf Ihren Besuch in unserem Vereinshaus mit seiner herrlichen Sonnenterrasse.

Freddy Hilse

VORWORT

Rettet den Männer-Chor!

Singen ist wie Sport machen.
Man muss gemeinsam trainieren.
Macht Spaß und ist gesund.



Wir suchen sangesfreudige Männer

Stuttgarter Winzerbund 1841 e.V.
www.stuttgarter-winzerbund.de

Kontakt: im Sängerlokal oder
Ulrich Warth - u.warth@gmx.net - 0711 954 7516
Joachim Baisch - jbaisch@t-online.de - 07032 82529



VfL-Vereinsgaststätte
„Im Kohlhaus“
Christian-Belser-Str. 63, Stuttgart
Zufahrt über das Waldeck in Kaltental

Donnerstags 19.30 Uhr



Dietmar Keßler

Sanitär- und Wärmetechnik, Blechbearbeitung

unsere Leistungen

Komplettinstallation von Bädern
Komplette Wohnungssanierungen
Neuinstallationen von Heizungen
Umstellungen von Öl auf Gas
Wartung von Gasgeräten
Blechverkleidungen, Dachrinnen
Rohrsanierungen

Sportstätten des VfL Kaltental

Der Traditionsverein VfL Stuttgart-Kaltental 1886 e.V. befindet sich nahe am Zentrum Stuttgarts. Er bietet seinen Sporttreibenden dennoch, durch die Waldlage im Kohlhaus, ein ruhiges Plätzchen an der frischen Luft, um in ihrer Freizeit etwas für Fitness, Wohlbefinden und Gesundheit zu tun!

Sportgelände Im Kohlhaus (IK)

Christian-Belser-Str. 63, 70597 Stuttgart

Vereinsheim mit Kleinsporthalle, 4 Kegelbahnen, Kunstrasenplatz, 4 Tennisplätze, Gymnastik- und Fitnesskurse, Sportkegeln, Fußball*, Tennis

Die Anfahrt erfolgt mit dem Auto über die Böblinger Straße (alte B14) entweder von Stuttgart-Vaihingen oder der Stadtmitte Stuttgart aus. Mit der Stadtbahnlinie 1, Haltestelle Waldeck aussteigen, dann ca. 800m zu Fuß.



5 Turnhalle der Grundschule Kaltental (GK) Fuchswaldstraße 43, 70569 Stuttgart



diverse Angebote der Abteilung Turnen & Gymnastik für Kinder und Erwachsene, Training der Ringer, Jugend-Fußball*

Sporthalle der Lerchenrainschule (SL) Kelterstraße 52, 70199 Stuttgart



Training der Fußball-Jugend*

Schickhardt-Sporthalle (SH) Schickhardtstraße 26, 70199 Stuttgart



Training des Fußballteams der Frauen*

Sporthalle der Torwiesenschule (ST) Vogelrainstraße 27, 70199 Stuttgart



Training der Fußball-Jugend*

Sportplatz des Hegel-Gymnasiums Vaihingen Krehlstraße 65, 70563 Stuttgart



Training und Abnahme des Sportabzeichens

*Das Training wird manchmal kurzfristig witterungsbedingt in die Halle verlegt. Wenden Sie sich bitte für genaue Angaben an die jeweilige Kontaktperson, die Sie oben auf der ersten Seite der Rubrik "Fußball" im Heft entnehmen können. In den Ferien findet kein Jugendtraining statt.

SPORTSTÄTTEN



Vereinsheim im Kohlhaus
Christian-Belser-Str. 63
70597 Stuttgart

Internet: www.vfl-kaltental.de

Mitglieder: 911

Geschäftsstelle

Leitung: **Beatrice Groß**

Telefon: 0711. 687 69 00

Fax: 0711. 673 23 66

E-Mail: mail@vfl-kaltental.de

Geöffnet: Dienstag 9 - 12 Uhr

Donnerstag 16 - 19 Uhr

Bank: BW-Bank Stuttgart

IBAN: DE21 6005 0101 0002 1900 35

BIC: SOLADEST600

Steuernr.: 99018/07831

Mitgliedsbeitrag Gesamtverein

Einzelmitglied (über 18) 163 €

Senior (ab 65) 91 €

Ehepaar 269 €

Seniorenehepaar 147 €

Ehepaar mit einem Senior 219 €

Kind/Jugendlicher (bis 18)

mit Eltern-Mitgliedschaft 0 €

Kind/Jugendlicher (bis 18) 85 €

Student, Lehrling, Bundes-

freiwilligendienst (bis 27) 85 €

Beitrag für Neumitglieder im Ein-

trittsjahr anteilig nach Zeitpunkt

Zusatzbeitrag Tennis

Beitrittskalenderjahr Tennis 0 €

Einzelmitglied (über 18) 110 €

Kinder/Jugendliche (bis 18)

ohne Eltern-Mitgliedschaft 45 €

Kinder/Jugendliche (bis 18)

mit Eltern-Mitgliedschaft 0 €

Student, Lehrling, Bundes-

freiwilligendienst (bis 27) 45 €

1. Vorsitzender

Freddy Hilse

E-Mail: hilse@vfl-kaltental.de



2. Vorsitzender

Dietmar Gustke

E-Mail: gustke@vfl-kaltental.de



Schatzmeister

Thomas Schacherer

E-Mail: schacherer@vfl-kaltental.de



Pressereferent

Dietmar Gustke

E-Mail: presse@vfl-kaltental.de



Informationen zum Mitgliedsbeitrag

- Senior ist, wer im Beitragsjahr 65 Jahr alt wird oder älter ist.
- Als Student (etc.) gilt, wer im jeweiligen Beitragsjahr bis spätestens 15.02. mit schriftlicher Bestätigung (Ausweis o.ä) belegt, dass er im Beitragsjahr mindestens 4 Monate Student (etc.) ist oder über mindestens 4 Monate das Soziale Jahr oder den Bundesfreiwilligendienst leistet.
- Für Mitglieder, die im Kalenderjahr für mehr als sechs Monate Arbeitslosengeld II beziehen, wird auf Antrag und gegen Nachweis der Mitgliedsbeitrag auf den Beitrag für Senioren reduziert.
- Der Mitgliedsbeitrag ist jeweils zum ersten Kalendertag des Monats fällig, der auf die Mitgliederversammlung folgt, in der Mitgliedsbeiträge beschlossen worden sind.
- Von Mitgliedern, die den Verein nicht ermächtigt haben, den Mitgliedsbeitrag per SEPA-Lastschrifteinzug einzuziehen, wird ein Zuschlag auf den Mitgliedsbeitrag in Höhe von 10,00 € erhoben.

VEREINSINFOS



MALER- UND TAPEZIERARBEITEN

TROCKENBAU UND GIPSARBEITEN

BODENBELÄGE

SCHIMMELSANIERUNG

INDIVIDUELLE SERVICES



TELEFON 0711 - 6 87 35 31

WWW.ACHIMALBER.DE

JÜRGEN KLEEMANN Zeit für Stein



Vereinbaren Sie einen
persönlichen Besuchs-/
Beratungstermin!

GESUNDES WOHNEN – MIT NEUEN FLIESEN

BESUCHEN SIE UNSERE AUSSTELLUNG IN STUTTGART-KALTENTAL

Tel. 686 84 19, j.kleemann@zeit-fuer-stein.de
Böblinger Straße 376 - direkt am Waldeck
www.zeit-fuer-stein.de



Neuer Erster Vorsitzender Freddy Hilse, Jürgen Kisielewski, Hans-Dieter Meissner, Paolo Ionico, Gerhard Mohs, Hans-Jürgen Heimbach, Schatzmeister Thomas Schacherer und ehemaliger Erster Vorsitzender Uwe Deffner (von links)

■ Jubilare geehrt

In der Mitgliederversammlung am 17. Februar wurden mehrere Mitglieder für ihre langjährige Vereinsmitgliedschaft gewürdigt. Für 60 Jahre Mitgliedschaft wurden geehrt Paolo Ionico sowie Günter und Hannelore Venske. 50 Jahre Mitglied sind Horst Wachendorfer und Edith Röhling. Seit bereits 40 Jahren dabei sind Jürgen Kisielewski, Hans-Dieter Meissner und Hans-Peter Hobbach. Eine Ehrung für 25 Jahre Vereinsmitgliedschaft erhielten Hans-Jürgen Heimbach und Gerhard Mohs.

Außerdem haben die Vereinsmitglieder einen neuen Vorstand gewählt. Dies wurde nötig nach dem Rücktritt von Uwe Deffner von seinem Amt als Erster Vorsitzender. Neuer Erster Vorsitzender ist Freddy Hilse, neuer Zweiter Vorsitzender ist Dietmar Gustke, wiedergewählt als Schatzmeister wurde Thomas Schacherer.

■ Newsletter – jetzt noch einfacher!

Alle drei Monate einen Überblick über das Vereinsleben und wichtige Nachrichten sofort: Das bietet der VfL-Newsletter. Anmelden kann man sich über die Website des VfL Kaltental oder – noch einfacher – einfach den QR-Code scannen – schon ist man auf der richtigen Seite.

Vor allem die Vereinsmitglieder bitten wir, sich anzumelden, da wir so den Informationsfluss innerhalb des Vereins deutlich verbessern können.



Ganz einfach: Handy raus und abfotografieren

■ Theater auf Mallorca

Das neue Stück des Kaltentaler Burgtheaters versetzt die Besucher in diesem Jahr auf die sonnige Insel Mallorca. An dieser Stelle soll aber noch nicht zu viel verraten werden.

Folgende Termine können sich die Fans aber vornehmen:

- 23./24. Juni
Kartenvorverkauf auf dem Anna-Scheufele-Fest
- 27. bis 29. Oktober
Auftritte in der Thomaskirche in Kaltental

8



„Und wenn Du den Eindruck hast, dass das Leben Theater ist, dann such Dir eine Rolle aus, die Dir so richtig Spaß macht.“ (William Shakespeare)

Das Team ist motiviert, das Publikum auch in diesem Jahr wieder drei Abende lang zu unterhalten und zu bewirten, und freut sich auf neue Besucher.

Gesucht werden noch Mitstreiter hinter den Kulissen. Wer Teil des Orgateams werden oder mit Zuverlässigkeit und Genauigkeit zum Beispiel als Souffleur / Souffleuse den Auftritt möglich machen möchte: Die Proben sind immer dienstags ab 19 Uhr im Vereinsheim im Kohlhaus (ab Mitte Juli).

Für weitere Infos oder bei Fragen steht Laura Hilse unter Telefon 0152 56162 190 bereit.



Das Kaltentaler Burgtheater



Duy

■ Gaststätte wieder geöffnet

Seit Anfang Mai ist die Gaststätte im Kohlhaus wieder geöffnet. Phuoc Duy Truong – kurz: DUY – und sein Team begrüßen die Gäste mit Internationaler und Mediterraner Küche, Pizza und Pasta und natürlich auch Südvinamesischer Küche.

9

Samstags, sonntags und an Feiertagen gibt es Frühstück. Wir sehen uns!

Weitere Informationen und die Speisekarte finden sich auf der Website www.kaltental.de.

Weitere Informationen bietet Ihnen unsere Webseite www.vfl-kaltental.de



Grillen auf der Terrasse

Auto-Service



Vaihingen

Ihr Meisterbetrieb der Kfz-Innung für
 Inspektionen • Klimawartung • Unfallreparaturen
 Glasdienst • Bremsen • Elektronik

Fachbetrieb für Hybrid- und Elektrofahrzeuge
 Kundendienst/AU für Fahrzeuge aller Fabrikate
 HU-Dekra-Abnahme jeden Freitag

Rafael Prudlik

Kfz-Meister

Rottweiler Straße 17, 70563 Stuttgart
 Tel. 0711. 7 35 58 72 • asv-prudlik@t-online.de
www.autoservice-prudlik.de



Abteilungsleiter

Thomas Niemeyer

E-Mail: fussball@vfl-kaltental.de



Training (nicht in Ferien)	Tag	Uhrzeit	Ort (Seite 5)	Kontakt	Telefon
1. Herren	Di./Do.	19.30-21.30	IK	Mark Weidmann	0176. 38 64 89 63
2. Herren	Di./Do.	19.30-21.30	IK	Ralf Schwägler	0177. 713 02 22
Damen	Di.	19.00-20.30	IK	Peter Meinert	0152. 21 63 75 29
	Fr.	19.30-21.00	IK / SH		
Alte Herren	Mi.	19.30-21.00	IK	Ulrich Schlegel	0173. 957 25 00
Freizeitgruppe	Fr.	19.30-21.30	IK	Jürgen Raff	0157. 38 23 70 48
Training (nicht in Ferien)	Tag	Uhrzeit	Ort (Seite 5)	Kontakt	Telefon
B-Jugend • Jhg. 2006/07	Mo./Mi.	18.00-19.30	IK	Jürgen Kreis	01575. 463 39 61
C1+2-Jugend • Jhg. 2008/09	Di./Do.	18.00-19.30	IK	Manuel Habermann	0162. 632 74 11
D1+2-Jugend • Jhg. 2010	Mi./Fr.	17.30-19.00	IK	Arni Vetter	0174. 658 99 04
D3-Jugend • Jhg. 2011	Mo.	17.30-19.00	IK	Markus Fietzek	0171. 671 66 47
	Do.	18.00-19.30	IK		
E1-Jugend • Jhg. 2011	Mo.	17.00-18.15	IK	Stefan Hirschmeier	0170. 302 01 20
	Do.	17.00-18.00	IK		
E2+3-Jugend • Jhg. 2012	Di./Fr.	16.30-18.00	IK	Markus Gebhardt	0173. 350 65 78
F1+2-Jugend • Jhg. 2014	Do.	17.00-18.00	IK / ST	Tom Preyer	0179. 131 17 31
F3-Jugend • Jhg. 2015	Do.	17.00-18.00	IK / ST	Olaf Weddige	0179. 243 00 50
Bambinis • Jhg. 2016/17	Mi.	16.30-17.30	IK / ST	Tobias Wilhelm	0163. 844 98 32

Abteilungsleitung: Mehr ehrenamtliches Engagement nötig!

Liebe Leserinnen und Leser: Wenn Sie dieses Vereinsmagazin in Händen halten, haben wir es geschafft, genug freiwillige Helfer zu finden, um unser „VfL aktuell“ zu verteilen – und schon sind wir mittendrin im Thema!

Als Leiter der Abteilung Fußball von Aktiven und Jugend sehen wir leider schon seit einigen Jahren, dass es immer schwieriger wird, ehrenamtliche Helfer und Trainer sowie Betreuer etc. zu gewinnen. Man hat manchmal das Gefühl, dass der VfL bloß noch als kostengünstige Kinderbetreuung (aus)genutzt wird. Wenn wir diesem Trend nicht entgegenwirken, wird der Fußball beim VfL über kurz oder lang nicht überleben können.

Preisest Peter Meinert!

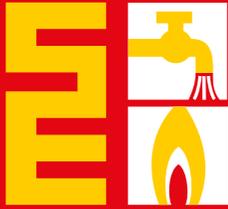
Daher möchten wir heute beispielhaft eine Person aus dem Verein herausheben, welche seit gefühlt „immer“ für den VfL da ist.

Er ist seit über 29 Jahren Damentrainer und außerdem seit ca. 37 Jahren Spieler für unseren VfL Kaltental. Eine so lange aktive Vereinstreue sucht man heutzutage lange.

Lieben Dank an Peter Meinert, wir sind sehr stolz, Dich bei uns zu haben!

Auch möchten wir uns bei allen unseren Jugendtrainern bedanken, welche sich für den VfL engagieren: Ihr macht einen super Job. Es ist wirklich toll anzusehen, wie sich die einzelnen Mannschaften weiterentwickeln und wie Ihr gemeinsam den Laden am Laufen haltet. Vielen Dank dafür!

Eisenhard GmbH



Sanitärtechnik

Flaschnerei

Energietechnik

Dicht ist Pflicht

**Ihr Meisterbetrieb für
Sanitärinstallation,
Heizungsbau
und Flaschnerei**

Planung • Montage • Kundendienst

Siegfried Eisenhard GmbH

Böblinger Straße 425

70569 Stuttgart

Tel. (0711) 68 48 45

Fax (0711) 678 79 04

siegfried@eisenhard.de

www.eisenhard.de

Mit Nina Guerin, Imke Schuhmacher, Stefan Ehrenfechter, Markus Rosenstengel und Manuel Habermann hat sich ein Gremium gefunden, welches sich um die Belange der Damen und Herren kümmern wird und in die Fußstapfen von Thomas und Jochen alias „Rudi“ treten. Als erste große Herausforderung für dieses Gremium steht die Planung des Jubiläumsturniers zum 50-jährigen Bestehen der Damenmannschaft des VfL an.

Fußballjugend: Taskforce nötig

So eine Art „Taskforce“ bräuchten wir auch dringend in der Jugendabteilung. Daher möchten wir erneut dazu aufrufen, sich als Fußballabteilungsmitglied oder Freund der Abteilung mehr im Verein zu engagieren. Wir brauchen vor allem mehr Trainer und Betreuer im Jugendbereich.

Bedanken möchten wir uns bei allen Eltern/Großeltern etc., welche bereits mithelfen. Sei es beim Verkauf an den Bambini- oder F-Jugendspieltagen, als Platzwart (Spielfeld-Aufbau), Zeugwart (Trikotwäsche) und Spender (Trikots etc.) oder auch nur als Fan. Vielen Dank hierfür!

In der aktuellen Rückrunde stellt der VfL übrigens 13 Jugend Teams, welche wirklich tollen Fußball zeigen: Eine B-Jugend (2006/07), zwei C-Jugenden (2008/09), drei D-Jugenden (2010/11), drei E-Jugenden (2012/13), drei F-Jugenden (2014/15) und eine Bambini-„Mannschaft“ (2016/17).

In einigen Jahrgängen wird dringendst Trainerunterstützung benötigt, so bei der C- und D 3-Jugend. Falls Ihr Euch angesprochen fühlt, so nehmt bitte Kontakt mit den jeweiligen Trainern oder den Abteilungsleitern auf. Die jeweiligen Kontakte findet Ihr auf Seite 10 in diesem Heft.

Erfolgreiche Jugend

Sportlich war unsere Jugend in der Vorrunde super erfolgreich. Die B-Jugend verpasste knapp den direkten Aufstieg, die C1 wurde ohne Punktverlust Meister, unsere D1 hielt locker die Leistungsstaffel und auch alle anderen Teams überzeugten mit tollen Platzierungen. Wir stehen im Vergleich zu anderen Vereinen gut da. Aber wie geschrieben, brauchen wir deutlich mehr Unterstützung.

Auch im Aktiven-Bereich stellt der VfL Mannschaften. Neben unseren aktiven Damen stellen wir diese Saison zwei Herrenteams.

Leider haben wir in allen drei Mannschaften eine solche starke Fluktuation, dass es zu jedem Spieltag schwierig ist, schlagkräftige Mannschaften zu stellen. Auch hier zeigt sich der Wandel in der Freizeitgestaltung. Fußball



Stehen momentan leider wie die C- und D3-Jugend ohne Trainer da: Bambinis.

12

steht nicht mehr an erster Stelle. Bei einem Auswärtsspiel von den Herrenteams waren von ca. 54 spielberechtigten Spielern gerade mal 24 da...

Sportlich läuft es für alle aktiven Teams dementsprechend eher mau. Alle Teams befinden sich im Mittelfeld der Tabelle. Mit eingespielten Teams wäre sicherlich eine bessere Platzierung als Platz 6 möglich gewesen. Wir als Abteilungsleitung stehen dem ohnmächtig gegenüber und können nur hoffen, dass sich die Prioritäten wieder ein wenig zu Gunsten des Fußballs verschieben werden.

Schmerzhaftes Abgänge

Unsere aktuellen Trainer der Ersten und Zweiten werden dies leider nicht mehr erleben. Mark Weidmann, Ralf Schwägerl und Jerry Frick haben mitgeteilt, zur neuen Saison nicht mehr zu Verfügung zu stehen. Dies haben wir mit Bedauern akzeptiert, sind aber trotzdem traurig, dass eine so geballte VfL-Manpower von Bord geht.



ZUKUNFTSWEISENDE

ENERGIEVERSORGUNG

NACHHALTIG • REGIONAL • SICHER

IHR ENERGIEPARTNER IN DER REGION

ÖKOSTROM • SOLAR • PHOTOVOLTAIK • PELLETS • WÄRMEPUMPE • BIOGAS



Sprechen Sie uns an!

Wir beraten Sie gerne und individuell.

0800 - 7724277 oder **www.scharr.de**

SCHARR 
bringt Energie ins Leben



Herren

Gerade Mark hat großen Anteil daran, dass der VfL die Coronazeit nicht nur überstanden hat, sondern dass es auch wieder zwei Herrenmannschaften gibt. Dein „Insta“-Kanal hat sicher dazu beigetragen, vielmehr aber Deine positive Art auf und neben dem Platz. Schade, dass Du nicht mehr dabei sein wirst.

Auch Ralf und Jerry werden uns fehlen. Wir wünschen Euch viel Erfolg beim ASV Botnang.

Der VfL bedankt sich bei allen für ihre erbrachten Leistungen im Verein. Wäre schön, wenn sich unsere Wege irgendwann mal wieder kreuzen.

Spenden nötig

Ein größeres Thema war und ist beim VfL schon immer die finanzielle Situation. Auch die Fußballabteilung ist obligatorisch klamm und freut sich über jede Spende. Erst vor kurzem wurde ein kompletter neuer Trikotsatz durch Nager zerstört und die Mannschaft spielt jetzt in ausrangierten alten Herrentrikots.

Wenn Sie, liebe Leser, also unseren Kindern etwas Gutes tun möchten, so freuen wir uns über Ihre Spende, Stichwort „Fußball Jugend“, auf folgendes Konto. VfL Kaltental, BW Bank, IBAN DE 21 6005 0101 0002 1900 35

Thomas Niemeyer und Jochen Schmid („Rudi“)

Wir sagen danke schön

Treffender als die Überschrift lässt sich das Folgende gar nicht mehr beschreiben: Wir möchten dieses Mal

den Beitrag nutzen, um einfach mal Danke zu sagen. Danke an alle, die es mit unseren Mannschaften und unserem VfL halten. Insbesondere kommen uns natürlich unsere Spieler und Trainer in den Sinn. Aber auch das Umfeld all jener, die sich in unseren Teams engagieren, verdient ein großes Dankeschön, egal ob Frau, Freundin, Familie oder Fans, Danke!

Das Dankesagen kommt nicht von ungefähr: Zu Beginn der Rückrunde mussten wir unsere beiden Mannschaften darüber informieren, dass sich bei uns personell einiges ändern wird. Unabhängig voneinander trafen unsere Trainer der 1. und 2. Mannschaft die Entscheidung, sich ab dem Sommer neuen Herausforderungen zu stellen. Mit Mark Weidmann verlässt uns somit eine der prägenden Personen der letzten Jahre. Sein Ansatz des „Ein Team – zwei Mannschaften“ war die ideale Lösung in turbulenten Corona-Jahren, gekrönt durch einen punktgleichen dritten Platz in der Saison 21/22. Durch diesen Ansatz konnte sich unser Leitgedanke des freundschaftlichen Miteinanders, egal in welcher Mannschaft man sonntags aufläuft, super entwickeln, und die Stimmung in der Mannschaft zeigt dies bis heute. Für uns gilt es nun, die Weichen, die gemeinsam mit Mark gelegt wurden, weiterzuentwickeln und den Herrenfußball für die nächste Zeit aufzustellen. Wir werden Mark sportlich, aber vor allem menschlich sehr vermissen. Danke für alles, Mark!

Gleiches gilt auch für Ralf Schwäglger und Jerry Frick, die in einer schwierigen Saison alles für den Verein ge-

Durch- blick!

Bei allen Versicherungs- und
Finanzfragen

15



Generalagentur

Nicole Bauriedl

Robert-Leicht-Str. 29

70563 Stuttgart

Tel 0711 12157868

nicole.bauriedl@ergo.de

www.nicole-bauriedl.ergo.de



ERGO

Großes Jubiläum beim Frauenfußball

Für die Damen der Fußballabteilung ist 2023 ein ganz besonderes Jahr: Wir feiern das 50-jährige Jubiläum der Damen-Fußballmannschaft beim VfL Kaltental!

Die Damen des VfL traten im Jahr 1973 erstmals im Kreis Stuttgart an. Die Kaltentalerinnen waren hierbei echte Pionierinnen, denn sehr viel früher hätte die Damenmannschaft gar nicht gegründet werden können: Am 30. Juli 1955 verabschiedete der DFB einen Beschluss, der die Gründung und Führung von Damenteams verbot, mit folgender Begründung: „Im Kampf um den Ball verschwindet die weibliche Anmut, Körper und Seele erleiden unweigerlich Schaden und das Zurschaustellen des Körpers verletzt Schicklichkeit und Anstand.“ Das Verbot bestand bis 1970 fort. Am 31. Oktober 1970 hob der DFB das Verbot angesichts der wachsenden Popularität des Fußballs bei Damen und aus Sorge vor Konkurrenzstrukturen wieder auf. Allerdings nicht, ohne die Damen mit bizarren Sonderregelungen zu traktieren. Die Damen durften damals zum Beispiel keine Stollenschuhe tragen, und nur mit einem kleineren Jugendball sowie verkürzten Spielzeiten spielen.



Der VfL feiert 50 Jahre Fußball-Damenmannschaft

geben haben. Die Staffelansetzung des Verbands hat leider dazu geführt, dass, obwohl die Leistungen stets gut waren und die Spiele auf Augenhöhe geführt wurden, oftmals die gegnerischen Mannschaften am Ende die Nase vorn hatten. Beide sind langjährige Kaltentaler und gehören eigentlich zum Inventar. Trotzdem gilt auch hier: Wir wünschen Euch beiden bei Euren kommenden Aufgaben alles Gute und viel Erfolg. Danke Jerry, danke Ralf!

Markus Rosenstengel



Die Damen des VfL Kaltental zu Gast beim TSV Steinhaldenfeld (Rückrunde 2022-2023)

50

SAVE THE DATE!

50 JAHRE FRAUENFUSSBALL

beim VfL Kaltental

**Jubiläumsfest
am 17.06.2023**

**Kommt alle auf den Kohlhaus
und feiert mit uns!**





19

FENSTER MARKISEN
EINBRUCHSCHUTZ REPARATUREN
ELEKTR. ROLLLÄDEN UND JALOUSIEN
GARAGENTORE SONNENSCHUTZ HAUSTÜREN
VORDÄCHER KLAPPLÄDEN INSEKTENSCHUTZ PLISSEES

Meisterbetrieb
in 3. Generation



Schühle & Rothweiler

Inhaber Achim Rothweiler · Handwerksmeister
Schwarzwaldstraße 31 · 70569 Stuttgart-Kaltental
Telefon 0711 / 219 523 32 · info@schuehle-rothweiler.de
www.schuehle-rothweiler.de

Dank an die Pionierinnen

Fast sofort nach Ende des DFB-Verbots taten sich erste engagierte Frauen zusammen, um beim VfL ein Damenteam zu gründen, das dann 1973 zum ersten Mal offiziell antreten konnte. Liebe Fußball-Pionierinnen des VfL Kaltental, wir möchten Euch hierfür danken: Ohne Euch gäbe es uns heute nicht!

Das Jubiläum wird am Samstag, 17. Juni, mit einem Damen-Fußballturnier, Speis & Trank und anschließender Party auf dem Kohlhau gefeiert: kommt vorbei und feiert mit uns!

Bis dahin versucht die Damenmannschaft den Verdiensten der Pionierinnen sportlich die Ehre zu erweisen: Nach einem fulminanten Saisondebüt, mit einem Sieg im Elfmeterschießen gegen den TSV Uhlbach in der ersten Bezirkspokalrunde, ging es mit einigen Höhen (höchster Sieg 11:2 gegen die SG Stuttgart-West) und Tiefen (höchste Niederlage 9:1 gegen den TSV Nellmersbach) bis zur Winterpause weiter.

Der Beginn der Rückrunde 2022-2023 verlief holprig und die Kaltentalerinnen mussten das erste Spiel unglücklich (aber auch ein bisschen zu unentschieden) verloren geben. Gerade finden sie aber zu alter Form zurück und konnten am dritten Spieltag den ersten (und sicher nicht letzten) Sieg heimbringen.

Nina Guerin

B-Jugend: Aufstieg im Blick

Die B-Jugend schloss die Saison 2022 mit einem hervorragenden 4. Platz ab. Mit nur zwei Niederlagen, einem Unentschieden und acht Siegen schrammte sie nur knapp am Aufstieg vorbei. Es war eine sensationelle Runde und eine geschlossene Mannschaftsleistung, in der alle 26 Spieler zum Einsatz kamen.

Das Trainerteam Jürgen Kreis und Markus Müller blickt mit Stolz und voller Zuversicht auf die neue Saison und den erhofften Aufstieg. Das erste Spiel wurde 3:0 am grünen Tisch gewonnen und das zweite Spiel gegen Germania Stuttgart II wurde mit 5:0 gewonnen.



B-Jugend



Die Erfolgstrainer der D-Jugend

Die Mannschaft trainiert hart und voller Ehrgeiz, um in dieser Saison den Aufstieg zu schaffen. Wir freuen uns auch weiterhin auf zahlreiche Unterstützung innerhalb und außerhalb des Spielfeldes.

Jürgen Kreis

D-Jugend: Gute Voraussetzungen

Die Saison beginnt, der Winter zieht sich hin und trotzdem trainieren wir oft bei 8° Celsius und Regen mit nahezu voller Besetzung mit engagierten Spielern mindestens zweimal die Woche. Das erkennen wir an – und es zeigt sich auch in unseren Ergebnissen, denn unsere beiden D1- und D2-Teams haben einen makellosen Start hingelegt.

Jetzt gilt es, das Niveau und den Anspruch auf einen guten Tabellenplatz durch zielgerichtete, konzentrierte Übungen im Training durch die Saison zu tragen. Auf diese Herausforderung freuen wir (Trainer) uns, weil es einfach schön ist, den Erfolg oder den Einsatz unserer Spieler zu erleben!

Trainer Wolf, Steffen, Süli, Arni

E1-Jugend: Solide Leistung

Nach Tabellenplatz 3 und einer unglücklichen Niederlage im letzten Spiel des letzten Jahres sind wir mit einem 4:2-Sieg gegen Waldebene Ost 1 und einem 16:1 gegen den SV-IS Stuttgart erfolgreich in die Rückrunde gestartet. Unser zum Anfang der Saison nur aus neun Spielern bestehendes Team besteht in der Zwischenzeit aus 19 Spielern, entwickelt sich weiter und wächst zusammen.

Danke auch an dieser Stelle an Pana und Stephan, die die Mannschaft, René und mich immer wieder unterstützen!

Stefan Hirschmeier



ZIMMEREI FRIEDEL ZIERER

Nachfolger Bernd Schuster

Fuchswaldstraße 86

70569 Stuttgart-Kaltental

Telefon: 0711/687 49 84

Fax: 0711/678 85 54

E-Mail: zimmeriezierer@aol.com

**Wir erledigen sämtliche Arbeiten
rund ums Dach.**

Mit höchster Energiespareffizienz

Bewährt in unserem Programm:

- Zimmerei
- Dachdeckungen Steildach
- Treppenbau
- Altbausanierung
- Fassadenverkleidungen
- Dachfenster Velux / Roto
- Blechbearbeitung
- Flachdachabdichtungen



F-Jugend-Spieltag

F-Jugend: Dank an tolle Eltern

Die F-Jugend des VfL Kaltental hat mit den Jahrgängen 2014 und 2015 durchgehend – auch im Winter – auf dem Kunstrasenplatz im Kohlhau trainiert und die lange Spieltagspause genutzt, um sich im taktischen, technischen und konditionellen Bereich zu verbessern. An Hallenturnieren haben wir bewusst nicht teilgenommen, freuen uns aber auf die anstehenden Spieltage jetzt im April und Mai und auf einige Einladungsturniere danach, bei denen wir bereits angemeldet sind.

Das Trainerteam besteht weiter aus den fünf Vätern Fariied, Jörg, Tobi, Tom und Olaf und wird gelegentlich durch weitere Eltern bei den Trainingseinheiten unterstützt. Besonders gefreut haben wir uns über die Geschenke der Eltern zu Weihnachten! Dazu gehörte auch ein Gutschein für ein schickes Restaurant, den wir im März gemeinsam eingelöst haben. Noch einmal ganz herzlichen Dank an unsere tollen Eltern :) Wir freuen uns auf die Rückrunde, auf besseres Wetter, einen neuen Wirt im Kohlhau und viele spaßige Trainings, Spieltage und Turniere!

Das Trainerteam

Bambinis: Mit Vollgas in die Rückrunde

Langsam werden die Temperaturen wieder wärmer, der Frühling steht vor der Tür und damit die Spieltage der Rückrunde. Damit die 2016er und 2017er hier eine gute Figur abgeben, wird fleißig trainiert. Das Kräf-

temessen mit anderen Teams findet an insgesamt fünf Spieltagen statt. Ab Mai wird vor heimischer Kulisse das Können dargeboten.

Der Kader ist inzwischen auf über 20 Kinder angewachsen und die Nachfrage ist weiterhin groß. Um ein gutes Training gewährleisten zu können, und damit kein Kind bei der fußballerischen Entwicklung zu kurz kommt, haben wir uns dazu entschlossen, vorerst keine weiteren Kinder mehr aufzunehmen.

Im Trainerteam sind wir momentan zu fünft (bestehend aus Julian, Patrik, Patrick, Philipp und Tobi), allerdings müssen wir zu Mitte des Jahres leider einen Trainer ziehen lassen...

Olaf Weddige



Bambini-Trainerinnen oder -Trainer für die Saison 2023/2024 gesucht!

Damit es ab kommender Saison wieder ein Bambini-Team (für Mädchen und Jungs bis 7 Jahre) geben kann, suchen wir aktuell entsprechende Trainer. Die gesamte Fußball-Abteilung und alle Fußballteams des VfL Kaltental werden ausschließlich von ehrenamtlich Tätigen getragen: Damit weiterhin Kinder aller Altersklassen beim VfL Fußball spielen können, brauchen wir Euch!

Die mögliche Trainingszeit ist Mittwochnachmittag (ca. eine Stunde). Es soll ein Team aus mindestens drei Trainerinnen und Trainern gebildet werden. Voraussetzung



Bambinis



für diese Tätigkeit ist Spaß daran, Kindern erste fußballerische Kenntnisse zu vermitteln und so die Leidenschaft für den Fußball zu wecken. Es sind keine weiteren Vorerfahrungen erforderlich, bei Interesse besteht die Möglichkeit, entsprechende Trainingslehrgänge zu besuchen. Und die Fußballabteilung steht den neuen Trainern natürlich jederzeit mit Rat und Tat zur Seite.

Bei Interesse und bei Fragen bitte direkt unter fussball@vfl-kaltental.de melden.

Nina Guerin

Weitere Informationen bietet Ihnen unsere Webseite www.vfl-kaltental.de

Physiotherapie in Kaltental



Christine Wagner

Feldbergstrasse 27

0711/123 81 888

cwagner@physio-kaltental.de

Mo bis Do 09.00 bis 12.00 Uhr

Di und Do 16.00 bis 18.00 Uhr

und nach Vereinbarung



Ingo Flumm
Meisterbetrieb
Zentralheizung-
und Lüftungsbauer

Leonberger Straße 32
70199 Stuttgart (Heslach)
Telefon 0711. 64 90 400
Telefax 0711. 64 90 401

Heizung & Bad
Lüftung
Solar
Öl- und Gasfeuerung
Kundendienst

Flumm

Heizungsbau



Dann bleibt's auch gemütlich!

www.flumm-heizungsbau.de



Abteilungsleiter
 Uwe Deffner
 E-Mail: ringen@vfl-kaltental.de



Training	Tag	Uhrzeit	Ort (Seite 5)	Kontakt	Telefon
Kinder/Jugend (6-16 J.)	Di.	18.15-19.45	GK	Uwe Deffner	0178. 651 00 06
Veteranen	Di.	19.45-21.15	GK	Wolfgang Deffner	0711. 59 15 40

VfL-Jugendringer stellen zwei Bezirksmeister!

Überwiegend ansprechende und ermutigende Leistungen zeigten die jungen Kaltentaler Ringer bei der Bezirksmeisterschaft, die nach zwei Jahren coronabedingter Pause wieder stattfanden. Am Start waren Ringer aus fast allen Vereinen des Bezirks.

Die Meisterschaften wurden in allen Jugend-Altersgruppen im freien Stil ausgetragen. Für den VfL Kaltental gingen vier – überwiegend noch junge und teilweise auch wettkampfunerfahrene – Ringer an den Start. Insgesamt waren bei den Meisterschaften 116 Sportler auf der Matte. Manche Gewicht- und Altersklassen waren quantitativ, aber auch qualitativ, gut besetzt.

Spannend verliefen die Mattduelle in der D-Jugend von Maximilian Möller (34kg) der sich größtenteils souverän und schnell durchsetzte. Das entscheidende Duell um Gold gewann er überzeugend und so konnte er sich am Ende über den Bezirksmeistertitel freuen.

Dem wollte sein jüngerer Bruder Christian Möller (32kg) in nichts nachstehen: Er holte sich souverän den Meistertitel in der E-Jugend.



Christian Möller



Maximilian Möller

Für die größte Überraschung sorgte Hendrik Rathert (32kg), der sich in der D-Jugend mit viel Einsatz einen tollen 3. Platz erkämpfte und sich so die Bronzemedaille sicherte.

Ole Baierbach (34kg) zeigte in der sehr stark besetzten Gewichtsklasse eine ansprechende Leistung und viel Einsatzwillen, konnte sich aber letztendlich nicht entscheidend durchsetzen und musste sich am Ende mit einem unglücklichen 4. Platz zufriedengeben.

Man darf nicht übersehen, dass wir vor den Wettkämpfen nach der Weihnachtspause nur eine Trainingswoche hatten und die jungen Ringer durch die fehlende Teilnahme an der Schüler-Mannschaftsrunde im vergangenen Jahr wenig Wettkampferfahrung haben –

und das nach zwei Jahren Coronapause. Dafür kann man mit dem Abschneiden insgesamt zufrieden sein.

Mitkämpfer gesucht

Noch haben wir Platz auf unserer Ringermatte und wenn auch Ihr Kind die Sportart Ringen einmal unter fachkundiger Anleitung kostenlos probieren möchte, dann schicken Sie es einfach einmal an einem Dienstag um 18:15 Uhr zu uns ins Training in der Kaltentaler Turnhalle. Ihr Kind braucht nur das Sportzeug wie zum Schulsport mitzubringen und schon geht's los. Wir freuen uns über jeden Neuzugang, den wir in der Turnhalle in Kaltental begrüßen können.

Folgende Kinder und Jugendliche nehmen mehr oder weniger regelmäßig am Ringertraining teil: Christian Möller, Maximilian Möller, Omar und Nalu, Esat Kalkan, Ole Beierbach, Hendrik Rathert, Henri Roßberger, Nils Roßberger, Lorenz Steinmill Jonathan v. Mirbach, Janne v. Mirbach und alle, die der Schreiber vergessen hat.

Die VfL-Ringer wünschen allen Freunden und Gönnern einen schönen und erholsamen Urlaub. Und bleiben Sie gesund!

Uwe Deffner



Weitere Informationen bietet Ihnen unsere Webseite www.vfl-kaltental.de

25



Jens Holzwarth Malermeister

Ruppmannstr. 3 - 70565 Stuttgart-Vaihingen
Telefon 07 11 / 7 22 27 26, Fax 07 11 / 7 22 01 11

- Sämtliche Malerarbeiten
- Bodenbelagsarbeiten
- Tapezierarbeiten
- Fassadenbearbeitung
- Wärmedämmung



Abteilungsleiter
 Norbert Walter
 E-Mail: kegeln@vfl-kaltental.de



Training	Tag	Uhrzeit	Ort (Seite 5)	Kontakt	Telefon
Damen	Do.	19.00-21.00	IK	Norbert Walter	0176. 17 90 05 26
Herren	Mi.	17.00-23.00	IK	Norbert Walter	0176. 17 90 05 26
Jugend	Mo.	17.00-19.00	IK	Maximilian Riedel	0176. 20 17 47 15

Saisonrückblick 2022/2023

In die vergangene Saison startete die Kegelabteilung des VfL Kaltental mit fünf Teams und hochgesteckten Zielen, sollte doch mit der Ersten und Zweiten der direkte Wiederaufstieg gelingen und mit der neuen Senioren-A-Mannschaft sowie der Dritten gleich vier Teams um die Meisterschaft spielen. Nach Saisonende wird man wohl kaum einen glücklichen Kegler bezüglich der letztlichen Bilanz finden, landete man doch gleich dreimal auf dem zweiten Platz.

Das Erfolgserlebnis lieferten die Senioren mit der Meisterschaft in der Regionalliga Nordwürttemberg. Sie treten in der kommenden Saison in der Oberliga an. Unsere Routiniers ließen sich dabei von einem zwischenzeitlichen Ausrutscher in Aalen nicht beirren und erspielten sich Platz eins mit gutem Vorsprung.

Bei unseren weiteren Aufstiegsaspiranten bleibt die Erkenntnis, dass keine unberechtigten Ambitionen gehegt wurden und in der kommenden Saison der nächste Anlauf gestartet werden kann.



Trainer Andreas Ziebe mit der „Beute“

26

In der Oberliga lieferte sich unsere „Ärste“ das erwartete Duell mit der TSG Heilbronn, nachdem sich die TSG vor der Saison mit höherklassigen Spielern verstärkt hatte. Die Meisterschaft machte man mit einigem Abstand zu den Verfolgern unter sich aus, was am drittletzten Spieltag in einem entscheidenden Duell auf dem Kohlhaus gipfelte. Leider konnten an diesem Tag nur wenige Spieler an ihre großartigen Saisonleistungen anknüpfen, so dass wir nun der TSG Heilbronn den Vortritt in die Verbandsliga lassen müssen.



Mannschaftsführer Zeljko Rapo bei der Wimpel-Übergabe



„Ärste“ nach Sieg bei der Bundesligareserve des KC Schwabsberg



Zweite nach Derbysieg gegen „Feuernord“ und Helmsieg gegen Seckach

Die 2. Mannschaft hat eine eher durchwachsene Saison in der weitestgehend ausgeglichenen Regionalliga hingelegt, in welcher sich Denkendorf II am Ende souverän durchsetzte. Aufgrund von Verletzungen, überragenden gegnerischen Leistungen und auch eigener Schwächephasen, verpatzte die Zweite leider etwas die Hinrunde, zeigte dann aber in der Rückrunde ein ganz anderes Gesicht und eroberte letztlich noch den 2. Platz.

27



Dritte nach Sieg beim SV Mettingen

Darüber hinaus zeigte die Dritte und Gemischte im Vergleich zur Vorsaison eine erfreuliche Leistungssteigerung, was sowohl individuelle Leistungen als auch die Punkteausbeute angeht. Die Gemischte belegte am Ende den 8. Platz, während die Dritte am vorletzten Spieltag in einem knappen Spiel noch die Tabellenführung an die SG Feuerbach/Nord II abgab und letztlich auf dem zweiten Platz landete.



Gemischte Mannschaft in Aspach

Für die neue Saison sind mit Sicherheit starke Absteiger aus den oberen Ligen zu erwarten. Dennoch werden wir nicht an unseren Zielen rütteln, da wir natürlich wenig Lust auf weitere Vizemeisterschaften haben. Im Sommer starten wir den neuen Anlauf, bei dem es besonders gilt, die Heimbahn konstanter in den Griff zu bekommen, neue VfLer zu integrieren und den nächsten Schritt Richtung Damenmannschaft zu gehen.

Matthias Schmid

Neuer Bezirksmeister im VfL-Trikot!

Mitte April fanden die Bezirks-Einzelmeisterschaften statt. Für den VfL waren zahlreiche Spieler in den verschiedenen Altersklassen auf Medaillenjagd. Es wurden über zwei Tage Qualifikations- und Finalwettkämpfe ausgespielt. Mit der Summe aus beiden Spieltagen wurden die Bezirksmeister in den jeweiligen Klassen, sowie die Qualifikanten für die Württembergischen Meisterschaften ermittelt.



Dritter bei den Herren: Sasa Andrijanac

Bei den Senioren-B konnte sich Zeljko Rapo den Titel sichern – Glückwunsch! Schon am ersten Tag ging er mit 551 Holz in Führung und verteidigte diese im Finale mit 563 Holz. Einen weiteren Podestplatz errang Sasa Andrijanic. Bei den Herren erspielte er auf der anspruchsvollen Anlage in Sindelfingen den 3. Platz. Es war bis zum Ende ein spannender Kampf. Sasa ist damit ebenfalls für die Württembergischen Meisterschaften qualifiziert, genauso wie Andreas Ziebe, der bei den Senioren A auf Platz 7 gelandet ist. Milorad Babic wird dann, als amtierender Senioren-B-Verbandsmeister, auch das Starterfeld in unserem Rot verstärken.

Ebenfalls qualifiziert hat sich Bianca Arndt, die in der Altersklasse U18 sogar gleich – bei ihrem allerersten Wettkampf überhaupt – auf den 2. Platz gekommen ist. Alle Jugend-Wettkämpfe in den Klassen U10, U14 und U18 wurden auf unserer heimischen Anlage auf dem Kohlhau ausgetragen und durch unsere VfLer hervorragend betreut. An dieser Stelle noch einmal vielen Dank an alle Helfer!

Ralf Pretze

Weitere Informationen bietet Ihnen unsere Webseite www.vfl-kaltental.de



Sieger und Platzierte der diesjährigen Bezirksmeisterschaften der Jugend (ganz links Bianca Arndt vom VfL)

28

FÜESS & STORR

STEUERBERATUNGSGESELLSCHAFT MBH & CO. KG

- *Steuerklärungen für Privatpersonen, Freiberufler und gewerbetreibende Unternehmen*
- *Erstellung von Jahresabschlüssen und Einnahmen-Überschussrechnungen*
- *laufende Lohn- und Finanzbuchhaltung*
- *Schenkungssteuer/Erbschaftsteuer*
- *Existenzgründungsberatung*

Frechstraße 1
70569 Stuttgart-Kaltental
Telefon 07 11/678 05-0
Telefax 07 11/678 05-44
fuess@stb-fuess.de
www.stb-fuess.de

Susanne Füess-Staats

Leonhard Storr

Sandra Füess-Rothweiler



Ihr Spezialist in Sachen Sport



**Sport
Katzmaier**
STUTTGART-DEGERLOCH
www.sport-katzmaier.de



Besuchen Sie unseren Online-Shop
www.meinesportartikel.de

**ONLINE,
OFFLINE,
GANZ
EGAL.**



**KAUF
LOKAL**



Ihr Spezialist für:

- Tennis
- Ski
- Teamsport
- Nordic-Walking
- Running
- Freizeitsport
- Verleih (Tennis-Alpin-Langlauf)
- Ski & Tennisservice (im Haus)
- Sportbekleidung

Öffnungszeiten

Montag - Freitag:

09:30 - 13:00 Uhr

+ 14:00 - 18:30 Uhr

Samstags (Nov - Feb):

09:30 - 16:00 Uhr

Samstags (März - Okt):

09:30 - 14:00 Uhr

Stuttgart-Degerloch

Epplerstraße, 23

TEL. 0711-765989



Abteilungsleiter

Stefan Knecht

E-Mail: tennis@vfl-kaltental.de



Training (ab April)	Tag	Uhrzeit	Ort (Seite 5)	Kontakt	Telefon
Herren 50	Di.	ab 17.00	IK/Platz 1, 2	Jürgen Heimbach	0174. 960 12 06
Jugend	Fr.	15.00-18.00	IK/Platz 2	Paul Heiberger	0162. 749 71 49
Trainerstunde	nach Vereinbarung		IK/Platz 2	Moritz Zimmer	0177. 677 01 38

Tennisturnier für Jedermann

Dank einiger freiwilliger Helfer konnten die Tennisplätze im November ordnungsgemäß „eingemottet“ und das vorhandene Zubehör wie Schleppnetze, Sitzbänke, Wasserschläuche, etc. ordentlich aufgeräumt werden. Mit den ersten Sonnenstrahlen kehrt nun auch die Vorfreude auf die kommende Tennissaison zurück. Die notwendigen Vorarbeiten für die Frühjahrsinstandsetzung unserer Tennisplätze wurden auch hier wieder von Freiwilligen durchgeführt. Herzlichen Dank an alle Beteiligten!

Wie können wir wieder mehr Clubleben und sportliche Aktivitäten in die Tennisabteilung bringen? Einige Mitglieder haben sich im März zusammengesetzt und Ideen gesammelt.

Geplant ist auf jeden Fall ein Tennisturnier für Jedermann und -frau, an dem auch Nichtmitglieder teilnehmen können. Dank unserer „Flutlichtanlage“ auf Platz 1 können wir dann auch bis in die späten Abendstunden spielen.



Wie und wann das Turnier stattfinden wird und welche Aktivitäten noch geplant sind, kann man der Homepage oder unserem Schaukasten entnehmen.

Da wir seit einigen Jahren auch keine Jugend-, Aktiven- und Seniorenmannschaft bei den WTB-Verbandsspielen am Start haben, ist es für 2024 ein großes Ziel, das zu ändern.

Sommercamp

Für Kinder und Jugendliche bieten wir vom 31. Juli bis 4. August wieder ein Tennis-Sommercamp an. Für weitere Infos rund um einzelne Trainerstunden, Gruppen-Training sowie die Camps wenden sich Interessenten bitte an E-Mail tennis-vfl@gmx.de, Homepage www.vfl-kaltental.de/tennis/ oder unseren Schaukasten.

Senioren

Ein kleiner Kreis von Senioren trifft sich immer dienstags ab 18.00 Uhr bis in die Nacht, um gemeinsam zu



trainieren oder einfach nur Tennis zu spielen. In diesem Zeitraum sind auch die Plätze 1+2 für diesen Personenkreis fest reserviert. Weitere Senioren ab 50 sind herzlich eingeladen, daran teilzunehmen.

Kooperation

Geplant ist eine Kooperation mit dem Schickardt-Gymnasium. Von Dienstag bis Donnerstag möchte die Schule für die Klassen 5-8 eine Tennis AG bei uns auf der Anlage anbieten. Weiter Informationen folgen.

Sonstiges

Im vergangenen Jahr wurden die Schließzylinder an den Türen der Tennisanlage und der Tennis-Umkleidekabine ausgewechselt. In unserer Geschäftsstelle erhalten die Inhaber alter Schlüssel die bezahlte Kautionsgegen Rückgabe des alten Schlüssels zurück. Die Ausgabe der neuen Schlüssel erfolgt ab Saisonöffnung über die Geschäftsstelle oder über die Vereinsgaststätte zu deren Öffnungszeiten.

Flutlicht

Das installierte Flutlicht auf Platz 1 kann natürlich ebenfalls von allen Mitgliedern genutzt werden. Die

Vorgehensweise, Kosten und Regelungen entnehmen alle Interessierten bitte in diesem Fall dem Schaukasten.

Spritzanlage

Die in die Jahre gekommene Steuerung der Spritzanlage wird durch eine neue ersetzt. So sollte es dann für jedes Mitglied und jeden Gast möglich sein, selbstständig den Platz vor, während oder nach dem Spiel ausreichend zu wässern.

Gästespielbetrieb

Auch Mitglieder aus anderen Abteilungen sowie Nicht-Vereinsmitglieder haben die Möglichkeit, gegen eine Gebühr auf unserer heimischen Anlage Im Kohlhaus Tennis zu spielen. Gäste können dabei maximal fünfmal pro Saison als Gast auf unseren Plätzen Tennis spielen.

Eine schöne und erfolgreiche Tennissaison wünschen Stefan Knecht, Moritz Zimmer und Team!

Stefan Knecht, Moritz Zimmer

Weitere Informationen bietet Ihnen unsere Webseite www.vfl-kaltental.de

31



TENNIS
BEIM VFL KALTENTAL

KOSTENLOSES SCHNUPPERJAHR

Lust auf Tennis im Verein, Sie möchten aber nicht gleich volles Mitglied werden? Der Vfl Kaltental bietet für Sie die Möglichkeit eines Tennis-Schnupperjahres. Sie bezahlen nur den Beitrag vom Gesamtverein, der Tennis-Zusatzbeitrag entfällt!

Was müssen Sie tun?

Für Vereinsmitglieder, die noch nicht Mitglied in der Tennisabteilung sind:
In der Geschäftsstelle den Antrag auf ein Tennis-Schnupperjahr stellen

Für Nicht-Vereinsmitglieder, die noch nicht Mitglied im Verein sind:
Mitglied im Gesamtverein werden und Antrag auf das Tennis-Schnupperjahr stellen.

Foto: Adidas



Abteilungsleiter

N. N.

E-Mail:

turnen@vfl-kaltental.de



Gymnastik- und Fitness-Kursangebote, Sporthalle im Kohlhau/Vereinsheim

Christian-Belser-Straße 63, 70597 Stuttgart (siehe Seite 5)

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
09.00-10.00 Uhr Senioren-Fitness Christina Feizi				
10.00-11.00 Uhr Functional Fitness Christina Feizi				
16.30-17.20 Uhr Bewegter Start in die Woche* (pausiert)				
	17.00-18.00 Uhr Kinderyoga (5-12J.) Tina Altbauer			
	18.00-19.00 Uhr Yoga Tina Altbauer	18.00-19.30 Uhr Tai Chi & Qi Gong Gerd Stangenberg		17.30-18.30 Uhr Vovinam für Kids* Oliver Bernecker
	19.00-20.00 Uhr Indoor Cycling (I) Alexander Hoen		19.00-19.50 Uhr Yogilates Trainer gesucht! (pausiert)	18.30-20.00 Uhr Vovinam für Kids* Oliver Bernecker
	20.15-21.15 Uhr Indoor Cycling (II) Alexander Hoen (September-April)		20.00-21.00 Uhr Fit und Fun * Trainer gesucht! (pausiert)	

Gymnastik- und Fitness-Kursangebote, Turnhalle der Grundschule Kaltental

Fuchswaldstraße 43, 70569 Stuttgart (siehe Seite 5)

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
	16.15-17.15 Uhr Vater-Mutter-Kind-Turnen I* (Ki. 2-3J.) Hana Kittelberger	17.00-18.00 Uhr Kinderturnen I * (Kinder 5-7 Jahre) Hana Kittelberger		
	17.15-18.15 Uhr Vater-Mutter-Kind-Turnen II* (Ki. 4-5J.) Hana Kittelberger	18.00-19.00 Uhr Kinderturnen II * (Kinder 8-10 Jahre) Hana Kittelberger		

Gymnastik- und Fitness-Kursangebote, Turnhalle der Grundschule Kaltental

Fuchswaldstraße 43, 70569 Stuttgart (siehe Seite 5)

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
		19.00-20.00 Uhr Power Fitness* Ulrike Glöckler	19.00-20.00 Uhr Zumba / Bodyforming* Nicky Reimer	
		20.00-21.00 Uhr Rücken-Aktiv Ulrike Glöckler	20.00-21.30 Uhr Volleyball / Gymnastik* Gerd Alsheimer	19.30-20.45 Uhr Seniorenfitness* Magdalena Gruber

Kursgebühren und Anmeldungen für Gymnastik- und Fitness-Kurse

Mitglieder: kostenfrei für Mitglieder sind mit * markierte Kurse

€ 49,- für Tai Chi und Qi Gong, € 36,- für Yoga und Kinder-Yoga, € 26,- für alle anderen, außer *

Wird mehr als ein Kurs gebucht, für jeden weiteren Kurs € 18,- (ausgenommen Yoga, Kinderyoga und Tai Chi und Qi Gong)

Nichtmitglieder: € 92,- für Yoga, Kinderyoga; € 125,- für Tai Chi und Qi Gong; € 81,- alle weiteren

Für Vereinsmitglieder erfolgt die Anmeldung durch Eintrag in die je Kurs ausgelegte Teilnehmerliste. Die Kursgebühr wird dann - ohne zusätzliche Bestätigung - am 5. Kurstag des Trimesters eingezogen. Für weitere Informationen siehe auch „Informationen zum Mitgliedsbeitrag“ auf S.6, bzw. auf der VfL-Webseite (www.vfl-kaltental.de unter der Rubrik „Mitgliedschaft“).

Nichtmitglieder füllen bitte die vor der Sporthalle ausliegenden Anmeldeformulare aus und geben sie bei den Übungsleitern oder in der Geschäftsstelle ab (Adresse und Öffnungszeiten der Geschäftsstelle siehe S. 6). Aufnahmeanträge für eine Vereinsmitgliedschaft im VfL Kaltental erhalten Sie ebenfalls in der Geschäftsstelle oder über die Internetseite www.vfl-kaltental.de unter „Downloads“.

EE

Ausflug der Pezzibälle – Teil 2

In der letzten Ausgabe des Vereinsmagazin hatten wir vom Umzug unserer Sportgeräte aus der Grundschule in den Kohlhaus berichtet.

Da der Lagerraum in der Grundschule nach Abschluss der Bauarbeiten jetzt wieder zu unserer Verfügung stand, galt es also nun, die Pezzibälle und Hockeyschläger und Turnmatten und Teambänder und Volley- und Fuß- und Basketbälle (diesmal nur intakte und aufgepumpte) sowie jede Menge sonstige Sport-Utensilien zurückzubringen. Also alles die Treppen im Kohlhaus hinunter, in die Fahrzeuge der Helferinnen und Helfer verstaute und nach der kurzen Fahrt zur Grundschule dort wieder zurück in den Lagerraum. Diejenigen, die schon beim ersten Mal dabei waren, hatten sich alle darauf gefreut: wenn zwanzig Pezzibälle nacheinander die Treppe im Vereinsheim Kohlhaus hinunterhüpfen. Die spontane Idee, die Pezzis nochmal nach oben zu tragen, um diesen Spaß zu wiederholen, hat sich dann aber doch nicht durchgesetzt.

In der Grundschule ist jetzt wieder alles ordnungsgemäß verstaute und wartet darauf, in den dort angebotenen Kursen verwendet zu werden.

Viele Hände helfen viel: Wir bedanken uns bei allen ehrenamtlichen und freiwilligen Helfern, ganz beson-

ders auch bei Markus Fischer, der das Pezziball-Regal repariert und wieder an der Wand angebracht hat.



Hannes transportiert Pezzibälle



Helena Abraham

Danke Freddy und hallo Helena!

Wie Ihr sicher schon gehört habt, hat unser Abteilungsleiter Freddy Hilse den Posten des 1. Vorsitzenden im Vereinsvorstand übernommen. Freddy, an dieser Stelle im Namen aller Abteilungsmitglieder und des Ausschuss' nochmals ein herzliches Dankeschön und Vergelt's Gott für Dein Engagement und Deine Leistungen für die Turn- und Gymnastik-Abteilung! Mit Dir gemeinsam die Abteilung durch bewegte und teilweise schwierige Zeit zu führen, war uns Ausschussmitgliedern ein Vergnügen. Deine herzliche, humorvolle und dabei immer zielstrebige Art hat die Ausschussarbeit nie zur Last werden lassen. Für die Abteilung ein herber Verlust, aber für den Verein ein Gewinn – wir wünschen Dir alles Gute in Deiner neuen Position.

Was bedeutet dieser Wechsel für uns als Abteilung?

Nun, für den Ausschuss heißt das zuerst, sich neu zu organisieren und die anstehenden Aufgaben neu zu verteilen. Wir sehen dies aber auch als Chance, unsere Gruppe zu erweitern, neu zu formieren und neue Ideen aufzugreifen und zu verwirklichen. Den ersten Schritt haben wir bereits getan: Mit Helena Abraham haben wir ein neues Ausschussmitglied gewinnen können. Wir begrüßen sie nochmals herzlich und haben bereits erfahren dürfen, dass sie mit neuen Ideen eine Bereicherung für den Abteilungsausschuss ist.

Zahlenmäßig hat der Ausschuss Freddys Wechsel in den Vorstand ausgleichen können. Dennoch wünscht sich der Abteilungsausschuss noch ein oder zwei weitere Mitglieder für die Gestaltung und Organisation der vielfältigen Aktivitäten in der Abteilung.

Abteilungsausschuss: Im Team geht's besser!

Wir sind eine offene und freundliche Gemeinschaft, die sich für sportliche Aktivitäten und ein Miteinander im Team begeistert. Wenn Du also Lust hast, an der Organisation der Abteilung und Gestaltung des Sportangebotes mitzuwirken, bist Du ganz herzlich eingeladen, Dich unserer Gruppe anzuschließen. Schreibe einfach eine E-Mail an turnen@vfl-kaltental.de oder sprich eines der Ausschussmitglieder an oder melde Dich bei der Geschäftsstelle. Wenn Du unsicher bist, ob es das Richtige für Dich ist, melde Dich trotzdem – in einem unverbindlichen persönlichen Gespräch erzählen wir Dir gerne, was Dich so erwarten könnte. Wir freuen uns auf Eure Unterstützung und Ideen und sind gespannt auf die kommenden Herausforderungen und Chancen.

Fitness & Gymnastik sucht DICH – als Trainer beim VfL Kaltental

Für den Umbau und die Neuorientierung des Kursangebotes für Freizeitsport von Kinder und Erwachsenen sucht die Abteilung Fitness und Gymnastik noch weitere motivierte Trainerinnen und Kursleiter. Neben der Fortführung von bestehenden Kursen steht auch eine inhaltliche Verbreiterung durch neue und moderne Sportangebote für die mittlere Altersklasse im Fokus. Mitbringen solltest Du Enthusiasmus, Spaß an Sport und Bewegung sowie die Fähigkeit, Gruppen zwischen 10 und 20 Teilnehmern anzuleiten und zu motivieren. Eine Trainer-Lizenz des WLSB oder eine gleichwertige Ausbildung ist wünschenswert, aber keine Voraussetzung für Dein Engagement beim VfL Kaltental. Deine Tätigkeit beim VfL Kaltental kann idealerweise bereits zum jeweils nächsten Start eines Trimesters beginnen oder in Abstimmung mit dem Abteilungsausschuss zu einem anderen geeigneten Zeitpunkt.

Du bist interessiert? Oder Du hast Freunde oder Bekannte, die interessiert sind? Dann gib doch bitte unsere Kontaktadresse weiter. Die Abteilungsleitung oder auch die Geschäftsstelle beantworten gerne alle weiteren Fragen. E-Mail an: turnen@vfl-kaltental.de.

Für den Kindersport suchen wir auch verantwortungsvolle und aktive Jugendliche, welche unter Anleitung der Kursleiterin diese während der Kurse unterstützen.

Neue Übungsleiterin

Wir freuen uns, unsere neue Trainerin Ulrike Glöckler vorstellen zu dürfen, die unser Trainer-Team seit Ostern verstärkt. Sie ist qualifizierte Kraft- und Gesundheitstrainerin und neben anderem spezialisiert auf die Durchführung von Kursen und Trainingseinheiten, die sich gezielt auf die Kräftigung und Stabilisierung des Rückens konzentrieren.

...kompetent und immer für Sie da.



Kennen Sie schon unsere
Kundenkarte?

...kompetent und immer für Sie da.



- 5 % Rabatt auf nicht apothekenpflichtige Artikel
- Wechselwirkungscheck und Medikamentenhistorie
- Jahresaufstellung für das Finanzamt
- Persönlicher Medikamentenservice und viele weitere Vorteile

Apothekerin Katja Treiber • Vaihinger Markt 16 • 70563 Stuttgart • Tel.: 0711 - 73 22 00

www.apotheke-am-markt-stuttgart.de

Im Kohlhaus

Vereinsgaststätte

Christian-Belser-Straße 63

70597 Stuttgart-Kaltental

"Die Hauptzutat für leckeres Essen ist Liebe" deswegen kochen wir mit Leidenschaft, Herz und Seele.

Internationale und Mediterrane Küche

Pizza und Pasta

Süd-Vietnamesische Küche

Musikabende, Kochkurs, Weinprobe,

Rum- und Gin-Tasting

Räumlichkeiten für Geburtstage, Hochzeiten, Konferenzen und andere Events für bis zu 150 Personen

Parkplätze vorhanden, Spielplatz für Kinder am Haus

Tel: 0711 / 6873419 E-Mail: gaststaette@vfl-kaltental.de

Aktuelles und Öffnungszeiten auf www.vfl-kaltental.de

Sie übernimmt daher die Übungsleitung für unser lange vakantes Angebot Rücken-Aktiv, das nun seit 26. April wieder regelmäßig mittwochs um 20-21 Uhr in der Grundschule Kaltental stattfindet. Außerdem übernimmt sie dann auch den Kurs Power-Fitness (mittwochs, 19-20 Uhr), den übergangsweise Dorothee Eberspächer und Regina Schacherer geleitet hatten.



Ulrike ist nicht nur eine kompetente Trainerin, sondern auch eine begeisterte Ausdauer-Sportlerin und ihr persönlicher Favorit ist der Triathlon, für den sie neben ihren Traineraktivitäten selbst regelmäßig Sport treibt. Mit ihrem Elan begeistert und motiviert sie ihre Gruppen und sie freut sich darauf, Euch kennenzulernen und gemeinsam mit Euch zu trainieren.

Wenn Ihr Interesse habt, an einem ihrer Kurse teilzunehmen, aber noch Fragen zu ihrem Angebot habt, könnt Ihr uns jederzeit kontaktieren (turnen@vfl-kaltental.de). Ansonsten einfach am Mittwoch Abend in die Grundschule kommen und loslegen.

Die richtige Zeit für Sport ist jetzt, oder: guck mal was da zwickt?!

Die Rumpfmuskulatur ist der Kern, der Core unseres Körpers. Bei jeder Bewegung ist sie im Einsatz.

Ob beim Schieben des Einkaufswagens im Supermarkt oder beim Anziehen der Schuhe, Du nutzt Deine Körpermitte, um nahezu jede Alltagsaktivität zu meistern. Außerdem beeinflusst sie Deine Balance und das Gleichgewicht, Deine Körperhaltung und Deine Stabilität.

Entgegen der landläufigen Meinung umfasst Deine Körpermitte aber nicht nur die Bauchmuskeln. Sie umfasst auch die Rückenmuskeln und die Muskeln um Dein Becken herum. Zu Deiner Körpermitte – oder dem Rumpf – gehören:

- Der Rückenstrecker: Er ist ein Rückenmuskel, der sich über deine Wirbelsäule erstreckt. Er hilft dir, nach dem Bücken geradezustehen, dich zur Seite zu beugen und deinen Kopf zu drehen.
- Der gerade Bauchmuskel: Wenn du dich nach vorn beugst, benutzt du einen Bauchmuskel namens Rectus abdominis. Er wird manchmal auch als „Sixpack“-Muskel bezeichnet.
- Die Obliquen: Gleich zwei, der innere und der äußere schräge Bauchmuskel helfen dir, deinen Rumpf zu drehen oder zu beugen.
- Der transversale Bauchmuskel: Er wickelt sich um die Vorderseite und die Seiten deines Rumpfs und stabilisiert dein Becken.
- Mit einem wunderschönen deutschen Namen, der vielgefiederte Muskel: Der Multifidus in deinem Rücken stützt deine Wirbelsäule.
- Weitere Muskeln, die zu deinem Rumpf gehören, sind Beckenboden, Zwerchfell, Gesäßmuskeln, Muskeln, die am Becken ansetzen (z. B. Kniesehnen, Hüftbeuger und Hüftadduktoren).

36

Wer denkt schon daran, welche Muskeln im täglichen Leben wie beansprucht werden? Hand auf's Herz, niemand – solange nichts zwickt. Dabei ist nichts belastender für unsere Muskeln als das Nichtstun: Trotz oder gerade wegen unserer immer stärker technisierten Umwelt sind Erkrankungen des Muskel- und Skelettsystems zu weitverbreiteten Zivilisationskrankheiten geworden. Hierbei kommen in der Regel zwei Faktoren zusammen: Einerseits ein Zuwenig an Bewegung und körperlichem Training, z.B. Sitzen im Büro und am Bildschirm und andererseits ein Zuviel an Belastung, z.B. bei Tätigkeiten mit zu einseitigen oder extremen Bewegungen, Körperhaltungen oder Umgang mit Lasten. Und dann kommt es, wie es kommen muss: es beginnt zu zwicken und zu schmerzen.

Und was ist das Fazit dieses kleinen Ausflugs in die Welt der Rumpf-Muskeln: Die richtige Zeit für Sport ist JETZT! Warte nicht bis es zwickt. Probier das Turn- und Gymnastik-Angebot des VfL Kaltental aus. Der Weg ist nicht weit – wir freuen uns auf Euch.

Johannes Dengler

Die beste Zeit für Sport ist jetzt!

Worauf also noch warten? Einfach Sporttasche packen und Gratis-Schnupperstunde besuchen! Nähere Informationen finden Sie auf unserer Internetseite vfl-kaltental.de unter »Fitness und Gymnastik«.

Der QR-Code unten führt Sie gleich auf die richtige Seite.

NOCH FRAGEN?

Telefon: +49 (0)711 – 687 69 00

E-Mail: mail@vfl-kaltental.de

vfl
1886 e.V.
Stuttgart-Kaltental

VfL 1886 e.V. Stuttgart-Kaltental
Vereinsheim Im Kohlhau
Christian-Belser-Straße 63
70597 Stuttgart



Wir bieten Mitgliedern und Nichtmitgliedern ein zielgruppengerechtes und vielfältiges Gesundheits- und Fitness-Programm. Es umfasst Kurse für Fitness & Kondition und für alle, die Sport als Ausgleich zum Alltag betreiben, zur gesundheitlichen Förderung und Unterstützung, für Silver Ager und Senioren sowie für Game und Power für Anspruchsvolle. Das Niveau orientiert sich an den Möglichkeiten und Bedürfnissen der Teilnehmer. Das Programm ist über das Jahr in Trimester unterteilt und ruht nur während der Schulferien und an Feiertagen. Die Trimester beginnen jeweils nach den Weihnachts-, Oster-, und Sommerferien. Abhängig vom Kursinhalt werden bei schönem Wetter der Außenbereich des Sportgeländes im Kohlhau bzw. das umliegende Waldgebiet in die Übungsstunden einbezogen. Nachfolgend finden Sie einen Auszug aus unserem Kursangebot. Das vollständige Kursprogramm finden Sie immer aktuell auf der Webpage der Fitness & Gymnastik-Abteilung in der Rubrik 'Unser Kursangebot' (www.vfl-kaltental.de/fitness-u-gymnastik/kurse-im-detail/)

Kurse für Erwachsene, Senioren-Gymnastik und Senioren-Fitness



Functional Fitness

Besonderer Wert wird in diesen Trainingseinheiten auf die Kräftigung der Körpermitte gelegt (Core-Training). Ein intensives, modernes Training, bei dem Balance-, Elastizitäts- und Kräftigungsübungen im Vordergrund stehen. Sowohl für Fortgeschrittene als auch für (Wieder-) Einsteiger geeignet.



Rücken-Aktiv

Ursache vieler Rückenleiden sind Muskelschwächen des Bewegungsapparats. Mobilisieren und stabilisieren Sie Ihre Rückenmuskulatur mit gezielten Kräftigungs- und Dehnungsübungen. Unter fachkundiger Anleitung wird die Wirbelsäule austariert und die Rücken- und Bauchmuskulatur gezielt gestärkt, um Rücken, Schultern und Nacken zu lockern.



Yoga

Bewusste Asanas (Körperhaltungen) und Pranayama (Atmung) bringen Entspannung, Beweglichkeit, Kraft und Ruhe. Yoga hilft bis ins hohe Alter, den Alltag besser zu meistern und in Stresssituationen Ruhe zu bewahren. Hatha-Yoga harmonisiert wichtige Körperfunktionen, kräftigt Muskeln, erhöht Elastizität von Gelenken und Bändern und fördert die Durchblutung, Haltungsfehler werden korrigiert. Richtiges Atmen unterstützt und belebt den Organismus.



Seniorgymnastik

Das Seniorentaining für Frauen und Männer ist ein gezieltes und präventives Training. Das Kernstück der Bewegungen sind Kraft- und Balancetraining, Faszienfitness, Stressreduzierung und ganzheitliche Entspannungsübungen mit motivierender Musik. „Es ist leichter, den Schaden zu verhüten als wieder gut zu machen.“ (Johann Peter Hebel)



Power Fit

Ein rhythmisches Ganzkörper-Workout mit einfachen und dennoch athletischen Bewegungsabläufen und energiegeladener Musik in einer motivierten und mitreißenden Gruppe. Ziel ist die Verbesserung der gesamten Leistungsfähigkeit. Innerhalb einer Trainingseinheit werden allen Hauptmuskelgruppen mit Langhanteln, Stepps, Bändern und anderen Gymnastikgeräten trainiert.



Zumba / Bodyforming

Ein energiegeladenes Fitness-Programm zu mitreißender Musik mit einfachen Tanzschritten, das einfach Spaß macht und fit hält. Es verbindet lateinamerikanische Tanzstile wie Merenque, Salsa, Cumbia, Reggaeton und andere internationale Rhythmen mit einem Fitness-Workout. Es ist kein herkömmliches Training, sondern eine Tanzparty und daher für jedes Alter und jede Begehung leicht erlernbar.

Arbeitsrecht

Verkehrsrecht

Mietrecht

Bußgeldrecht

Zivilrecht



Andreas Bucher, aktiver
Spieler beim VfL Kaltental
von 1991 - 2000

§
ANDREAS BUCHER
Fachanwalt für Verkehrsrecht
Fachanwalt für Arbeitsrecht
Rechtsanwalt

In sechs Gruppen bieten wir für Kinder im Alter von 2 bis 14 Jahren eine vielseitige, qualifizierte Grundausbildung. Wir streben mit diesen Kursen keine frühzeitige Spezialisierung in einer Sportart an. Durch ein vielfältiges Bewegungsangebot sollen vielmehr optimale körperliche Voraussetzungen geschaffen werden, um den Kindern den Einstieg in eine andere Freizeit- oder Wettkampfsportart zu erleichtern.

Kinder, die nicht Mitglied sind, können zunächst mal in ein paar Übungsstunden schnuppern. Wenn sie weiterhin zum Kinderturnen kommen möchten, müsste mindestens ein Elternteil oder das Kind Mitglied werden.

Kinderturnen und Mütter-/Väter-Training



Vater-Mutter-Kind-Turnen (2 Altersgruppen)

Kinder im Alter von 2 bis 5 Jahren lernen und üben spielerische Bewegung und ihr Koordinationsvermögen – im Beisein eines Elternteils und unter fachlicher Anleitung. Es werden zwei Altersgruppen angeboten: 2-3 Jahre sowie 4-5 Jahre.



Kinderturnen (2 Altersgruppen)

Jungen und Mädchen können gemeinsam den Schulsport durch Übungsstunden mit Gerätturnen, Spielen und viel Spaß ergänzen. Um dem körperlichen Entwicklungsstadium der Kinder Rechnung zu tragen, ist dieses Programm in 2 Altersgruppen aufgeteilt: von 5-6 Jahre und von 7-10 Jahre.



Kinderyoga 5-12 Jahre

Mit Yoga wachsen Kinder gesund und entspannt heran. Zahllose Studien belegen die positive Wirkung von Yoga auf Kinder. Die körpereigene Sinneswahrnehmung wird sehr verbessert, Angst und Aggressionen werden abgebaut, das Selbstwertgefühl und die Konzentration werden erhöht. Katze, Hund und Kobra, lustige Namen für die Übungen, eingebettet in Geschichten, Spielen und Märchen. So macht es Kindern Spaß!



Vovinam (7-14 Jahre)

Die Übungsstunde beginnt mit der in der asiatischen Kultur üblichen gegenseitigen Begrüßung. Danach übt die Gruppe aus Jungs und Mädchen im Alter von 7 bis 14 Jahren die Kraft von Geist und Körper zu erfahren und zu koordinieren. In der Gemeinschaft und unter der Anleitung des erfahrenen Trainers wird konzentriert und konsequent, dabei aber immer mit Spaß und in individuellem Tempo trainiert. Die Kombination von Konzentration, Kraft und Ausdauer wird so zum wichtigen Ausgleich zu Sitzkultur und Lernstress in der Schule.

Weitere Informationen bietet Ihnen unsere Webseite www.vfl-kaltental.de

MARKUS SCHNELL

HAUSVERWALTUNGEN

Mit einem Höchstmaß an Seriosität und Erfahrung
verwalten wir Ihre Immobilie!

Allgemeine Verwaltung, technische und
kaufmännische Betreuung · Infos anfordern!



Böblinger Straße 540 · 70569 Stuttgart-Kaltental
Telefon: 07 11 / 6 87 48 30 · www.schnell-hausverwaltung.de

Nuffer

*Sanitär + Blechbearbeitung
Heizung + Umwelttechnik*

Ein- und Umbauten von Küchen und Bädern,
Gas-Einzelöfen und Gas-Zentralheizung,
Erneuerung von Dachrinnen,
Blechabdeckungen,
Verkleidung von Dachausbauten, Solaranlagen

Wolfgang Nuffer

Kuckucksruf 53 ▪ 70569 Stuttgart
Tel. 0711 – 76 26 12 ▪ Fax 0711 – 76 45 18

Werkstatt

Schwarzwaldstr. 4 ▪ 70569 Stuttgart-Kaltental

Impressum

„VfL aktuell“ erscheint zweimal jährlich kostenlos.

printed by:

WirmachenDruck.de

Sie sparen, wir drucken!

Auflage: 9.000 Exemplare

Herausgeber: Verein für Leibesübungen 1886 e.V.

Stuttgart-Kaltental, 70597 Stuttgart

Internet: www.vfl-kaltental.de

1. Vorsitzender: Freddy Hilse,

E-Mail: hilse@vfl-kaltental.de

Redaktion: Dietmar Gustke,

E-Mail: presse@vfl-kaltental.de

Anzeigen: Bernd Wenningmann,

E-Mail: karlberndwg@gmail.com

Satz und Layout: Jörn Grund,

E-Mail: gutergrund@gmail.com,

Internet: www.gutergrund.com



WIR SIND JEDERZEIT FÜR SIE DA!

KROMER
IMMOBILIEN
KromerImmobilien.COM

. BEWERTUNGEN . PROJEKTENTWICKLUNG
. VERKAUF . VERMIETUNGEN

KromerImmobilien.COM
TEL. NR. 0711 . 8495330
MOBIL 0172 . 7865524

rollershop sammet

sonderanfertigungen

meisterbetrieb

- Neue Motorroller mit Benzinmotor oder Elektromotor •
- wir reparieren fast alles • außergewöhnliche An- oder Umbauten •
- jeden Donnerstag HU • www.rollershop-sammet.de •

70569 Stuttgart Böblinger Str. 431 T: 6872023 M: 0172 2548257

kontakt@rollershop-sammet.de



Banking in Echtzeit. Beratung in aller Ruhe.

Ihre Bankgeschäfte erledigen Sie bei der BW-Bank selbstverständlich digital, online und in Sekunden. Wenn es aber um die persönliche Beratung geht, nehmen wir uns die Zeit, in aller Ruhe zuzuhören. Denn nur wer seine Kunden gut kennt, kann sie auch gut beraten. Davon sind nicht nur wir über-

zeugt: Unsere Beratungsqualität wurde mehrfach ausgezeichnet. Filialdirektor Kindermann und sein erfahrenes Beratersteam sind für Sie da – in der BW-Bank Filiale Vaihingen, Vaihinger Markt 3, 70563 Stuttgart. Und natürlich im Videochat auf www.bw-bank.de

Ein Unternehmen der LBBW-Gruppe

BW  BANK

Garten schauen

Sonntag 2. Juli 11 - 18 Uhr

A woman in a red t-shirt and a wide-brimmed hat is leading a group of people through a lush garden. She is holding a water bottle and gesturing towards the plants. The group consists of people of various ages, some wearing hats and sunglasses, suggesting a sunny day. The garden is filled with green foliage and trees, with a wooden fence visible in the background.

Führungen

durch unseren Schaugarten

11:15, 12:15, 13:15 14:15, 15: 15, 16:15

Böblinger Straße 446, Stuttgart-Kaltental

www.blattwerk-gartengestaltung.de

BLATTWERK

Gartengestaltung Spielgärten Gartenpflege Baumpflege