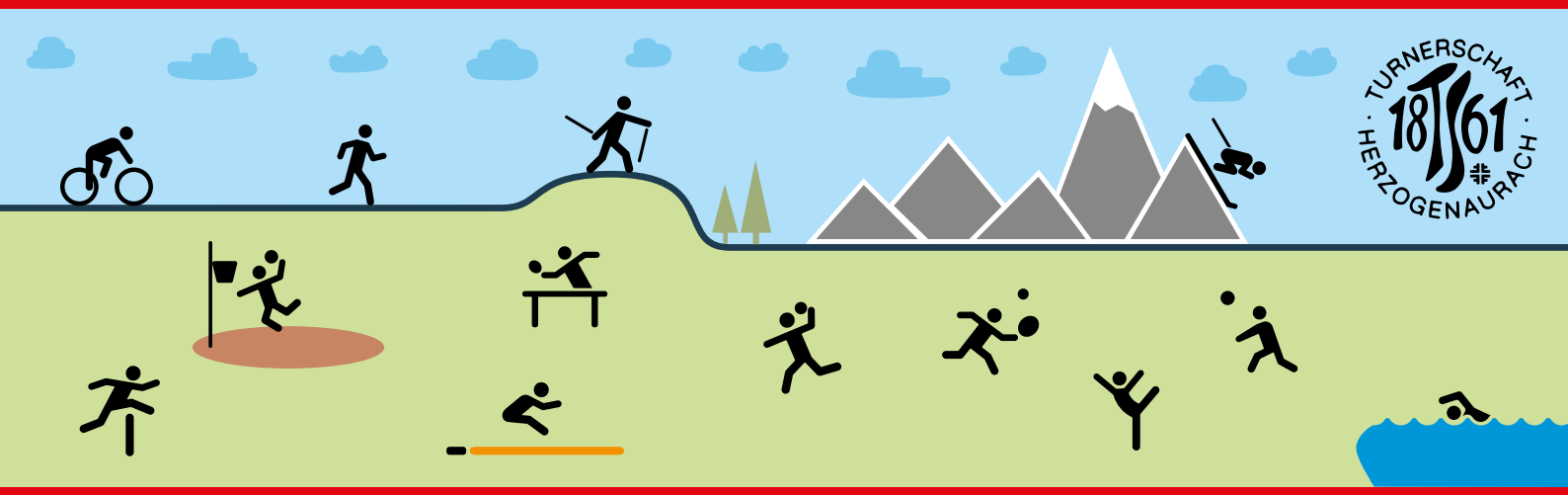
# TS INFORMATION

März/April/Mai 2021 Nummer 01/2021 42. Jahrgang




## Die neuen TSH-Mitgliedsausweise sind da!

**Die Ausgabe der Ausweise beginnt am:**

**01.03.2021**

**Unser Ehrenvorsitzender Adam Hilde hat seinen Ausweis schon bekommen.**

**Geschäftsstelle:**
Adalbert-Stifter-Str. 50
91074 Herzogenaurach
Tel. 09 1 32/10 54
Fax 09 1 32/73 26 64
E-Mail: info@tsherzogenaurach.de

www.tsherzogenaurach.de

**Bürozeiten:**
Montag – Donnerstag
09.00 – 12.00 Uhr
und 16.00 – 18.00 Uhr

**REDAKTIONSSCHLUSS**
für die Ausgabe Juni/Juli/August 2021
**1. MAI**

**IMPRESSUM**
Herausgeber: Turnerschaft Herzogenaurach 1861 e. V.
Satz und Druck: Print line - Ihre Druckagentur Sabine Marx e.K.
Gustav-Hertz-Str. 10 • 91074 Herzogenaurach
Tel.: 0 91 32/75 03 97 - 0 • Fax: 0 91 32/75 03 97 - 99
E-Mail: info@print-line.net • Web: www.print-line.net
Datenschutzbeauftragter der TSH: Hans-Peter Schneider,
E-Mail: datenschutz@tsherzogenaurach.de

**DER VEREINSRAT**

**VORSTAND**
**Repräsentation, Öffentlichkeitsarbeit und Verwaltung**
Vorstand Gerd Ankermann
E-Mail: G.Ankermann@tsherzogenaurach.de

**Verwaltung Büro TS Geschäftsstelle:** Leitung Karin Katzschmann (stv. Barbara Peetz)
TS-Info: Urike Schlichte
Protokolle: Urike Schlichte
Archiv: Christa Spitzer
Statistik/Controlling: Jürgen Goblirsch
Sicherheit: Hans Schäfer
Internetauftritt: Gerd Ankermann
TSH Fotos: Helmut Vollweiter

**Finanzen, Liegenschaften**
Vorstand: Lothar Babler
E-Mail: L.Babler@tsherzogenaurach.de

Finanzen: Klaus Süß
Bauangelegenheiten: Lothar Babler
Kompetenzteam: Michael Simon

**Sport**
Vorstand: Jürgen Bauer
E-Mail: J.Bauer@tsherzogenaurach.de

Sportabzeichen: Josef Weisser, sportabzeichen@tsherzogenaurach.de

**Jugend, Kultur, Soziales**
Vorstand: Jörg Allerdissen
E-Mail: J.Allerdissen@tsherzogenaurach.de
Jugendvertretung: Sophie Schmitz, Paula Wüstner

**Schriftführung**
Vorstand: Ulrike Schlichte
E-Mail: U.Schlichte@tsherzogenaurach.de

**VERTRETER DER BETRIEBSSPORTGEMEINSCHAFTEN**
BSG adidas: Manfred Echtner
BSG INA/Schaeffler: Jürgen Goblirsch
BSG Puma: Heike Burkhardt

**ABTEILUNGSLEITER**
Basketball: Peter Simon, basketball@tsherzogenaurach.de
Gesund und Fit: Dr. Elisabeth Kochmann, info@tsherzogenaurach.de
Handball: Lena Mergner und Michael Schuler
Laufsport: Hans-Peter Schneider, Gremsdorf, Tel. 0157/58340199
Leichtathletik: Kai Bauer, leichtathletik@tsherzogenaurach.de
Skisport: Werner Postler, Tel. 2454
Tennis: Hubert Dobry, Kiliansplatz 3, Tel. 2270
Tischtennis: Christian Hoschek, Gerh.-Hauptmann-Str. 18, Tel. 5369
Triathlon: Petra Sticker, Tel. 40884
Turnen: Alwine Winkler, turnen@tsherzogenaurach.de
Volleyball: Jennifer Reck

**EHRENAUSSCHUSS**
Vorsitzender: Dr. Robert Kochmann
Hubert Dobry, Andreas Heydt, Otto Koch
Ersatz: Manfred Schumacher

**RECHNUNGSPRÜFER**
Michael Simon, Werner Sorgalla, Reinhard Schlichte

**Bankkonten:**
Sparkasse Herzogenaurach, 6-005 205, BLZ 763 500 00
IBAN: DE52 7635 0000 0006 0052 05, BIC: BYLADEM1ERH

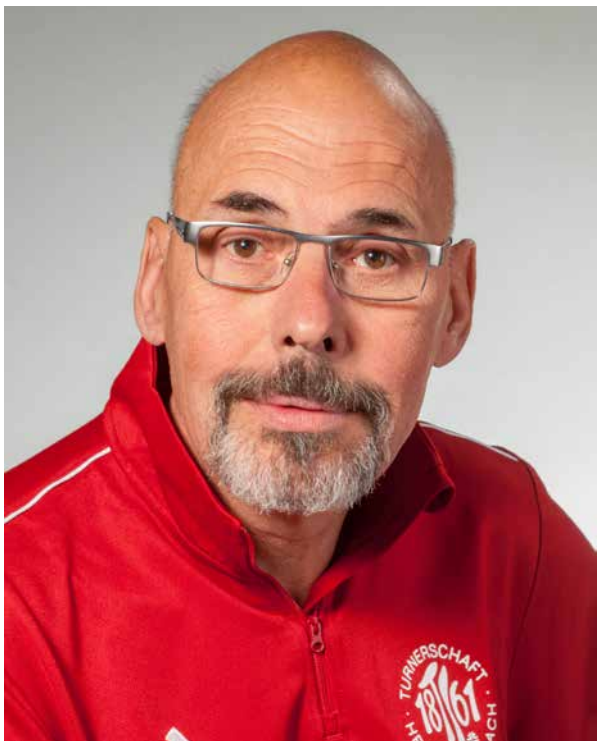
VR-Bank Herzogenaurach 640 76 76, BLZ 763 600 33
IBAN DE66 7636 0033 0006 4076 76, BIC GENODEF1ER1

Gläubiger-ID: DE75TSH00000140433

| **Vereinsbeiträge: Hauptverein Stand Juli 2020** | monatl. | halbjährl. |
|---|---|---|
| Kinder bis zur Vollendung des 10. Lebensjahres | 7,70 € | 46,20 € |
| Jugendliche bis zur Vollendung des 18. Lebensjahres | 8,80 € | 52,80 € |
| Erwachsene passiv | 8,00 € | 48,00 € |
| Erwachsene Herzsport | 8,00 € | 48,00 € |
| Erwachsene aktiv | 11,00 € | 66,00 € |
| Erwachsene bis zur Vollendung des 24. Lebensjahres | 8,80 € | 52,80 € |
| Ehepaare/Familien mit Kindern bis 10 J. | 17,00 € | 102,00 € |
| Familien mit Jugendl. u. Erwachsenen bis 24 J. | 19,00 € | 114,00 € |

| **Abteilungsbeiträge** werden zusätzlich erhoben | | monatl. | halbjährl. | jährlich |
|---|---|---|---|---|
| Aerobic | | | 12,00 € | |
| Basic-Gymnastik | | | 6,00 € | |
| Basketball aktiv, mit Pass | Kinder (bis einschl. 10 Jahre) | | | 36,00 € |
| | Jugendliche (bis einschl. 17 Jahre), | | | 60,00 € |
| | Schüler, Auszubildende und Studenten | | | 96,00 € |
| | Erwachsene | | | |
| Basketball aktiv, ohne Pass | zahlen 50 % des o. g. Beitrags | | | |
| Bauchtanz | | | 6,00 € | |
| Faszien Fitness | | | 90,00 € | |
| Fitnesstraining für Damen | | | 45,00 € | |
| Funktionelle Gymnastik | | | 15,00 € | |
| Frauengymnastik | | | 6,00 € | |
| Gymnastik fürs Herz | | 2,50 € | 15,00 € | |
| Handball | passiv | 1,00 € | 6,00 € | |
| | aktiv | 4,50 € | 27,00 € | |
| | Jugendl. ab 7. Lebensjahr | 3,50 € | 21,00 € | |
| | bei 2 Jugendl./ Familie | 2,70 € | 16,20 € | |
| Hatha Yoga | | | 60,00 € | |
| Herzsport ohne KK-Förderung | | 7,50 € | 45,00 € | |
| Leichtathletik | Tr.gruppe 1, U8 | | 12,50 € | |
| | Tr.gruppe 2, U10/U12 | | 25,00 € | |
| | Tr.gruppe 3, U14 | | 30,00 € | |
| | Tr.gruppe 4, U16 | | 35,00 € | |
| | Tr.gruppe 5, Leist.gr. PM | | 50,00 € | |
| | Helferbeitrag | | | 50,00 € |
| Leistungsturnen (40,- € bei weiterem Kind) | | | 75,00 € | |
| Muskelaufbautraining | | | 45,00 € | |
| Pilates | | | 60,00 € | |
| Präventions-Gymnastik ohne KK-Förderung | | 5,25 € | 31,50 € | |
| Seniorensport | | | 18,00 € | |
| Skisport | | | | 6,00 € |
| Softaerobic | | | 6,00 € | |
| Stretching und Faszien | | | 45,00 € | |
| Tai Chi | | | 20,00 € | |
| Tennis | aktiv | | | 35,00 € |
| | Kinder/Jugendliche | | | 10,00 € |
| | Familie mit Kind | | | 80,00 € |
| | Familie mit Jugendlichen | | | 105,00 € |
| | Erwachsene in Ausbildung | | | 35,00 € |
| Tischtennis | aktiv | | | 36,00 € |
| | passiv | | | 24,00 € |
| Triathlon | | | 30,00 € | |
| Turnerjugend | Kinder bis 10 Jahre | | 6,00 € | |
| Wirbelsäulengymnastik | | | 45,00 € | |

Die Beiträge werden über Bankeinzug im März/September anteilig erhoben. Bei Rechnungsstellung entstehen 4 Euro Gebühren. Der Austritt ist nur schriftlich zum Jahresende möglich! Bitte die Kündigungsfrist von zwei Monaten beachten!




Liebe Mitglieder,

unsere TSH wird heuer 160 Jahre jung. Ein guter Grund einen Blick zurück zu wagen, um die aktuelle Situation, geprägt von Stillstand und teilweiser Unsicherheit, etwas besser einordnen zu können. Unser Verein hat in der Vergangenheit viele Höhen und Tiefen in gesellschaftlicher und wirtschaftlicher Entwicklung überstehen müssen, das macht uns Mut für die Zukunft. Klaus-Peter Gäbelein hat uns einen interessanten Gastartikel in dieser Ausgabe zur Verfügung gestellt, vielen Dank dafür.

Unsere aktuelle wirtschaftliche Entwicklung ist trotz Corona-Krise stabil. Hier ein herzliches Dankeschön an Euch, die ihr uns die Treue haltet, unsere Sponsoren, allen Spenderinnen und Spendern und auch der Stadt, dem Landkreis und dem BLSV Verband.
Die erhöhte Sportförderung hilft uns sehr. Auch für 2021 heute schon ein positiver Ausblick: der Stadtrat hat auch im zweiten Jahr der Pandemie ein Herz für die Vereine gezeigt:
Keine MWST für die Hallennutzung und auch heuer wieder die Verdoppelung der Jugendförderung. Klasse!

Wir wollen nicht die Augen verschließen vor den Belastungen, die immer mehr Haushalte in Herzo erleiden. Nicht nur finanziell, auch mental für Viele schwierig. Daher können wir nur den Appell senden: Sport ist gesund, Verein ist Familie, ist Zusammenhalt. Eine baldige Öffnung der Sportanlagen wäre sehr wichtig. Wir sind uns der Verantwortung bewusst und optimieren daher freiwillig unser Hygienekonzept, damit wir schnellstens durchstarten können. In dieser Ausgabe der TS Info findet ihr die Infos zu den neu eingeführten Mitgliedsausweisen, die uns verwaltungstechnisch sehr helfen und auch ein klares Statement darstellen: wir sind die TSH!

Für Mitglieder, die wirtschaftlich knapp kalkulieren müssen, ist im Rahmen der steuerrechtlichen Möglichkeiten eine Lösung gefunden: Der Vereinsrat hat ein Budget genehmigt, dass wir im Bedarfsfall nutzen können. Herzo-Gutscheine im Wert von 20 EUR pro Mitglied können bis zum 30.6.2021 in der TSH-Geschäftsstelle abgeholt werden. Damit profitieren dann auch unsere lokalen Sponsoren und die Haushaltskasse unserer Mitglieder wird bei Bedarf etwas entlastet.

Alle aktuellen Infos zu unseren Vorhaben findet ihr auf der Internetseite:
www.tsherzogenaurach.de

Bleibt weiterhin gesund.

Euer Gerd Ankermann
Vorstand Öffentlichkeitsarbeit und Verwaltung

Hauptsponsor:

Sparkasse

Premiumsponsor:

adidas

# Wir begrüßen als neue Mitglieder

| | |
|---|---|
| Neumüller | Horst |
| Angerstein | Laura |
| Malpani | Dhruv |
| Müller | Paul |
| Satleikina | Uliana |
| Gu | Frank |
| Aissen | Graeme |
| Milhaly | Lena |
| Zalaznik | Gray |
| Zalaznik | Beckett |
| Porteck | Luca |
| Beiber | Nico |
| Denner | Freia |
| Feders | Tom-Moritz |
| Gossens | Elisabetta |
| Hübner | Benedikt |
| Müller | Johannes |
| Schoß | Eva |
| Schremmer | Gabriel |
| Tasalov | Alexander |

# Wir trauern um unsere Mitglieder

**Hans Dieter Betrams**

**Volkmar Botzki**

**Ruth Minski**

**Hans Zautner**

# Wir gratulieren zum Geburtstag

| | | |
|---|---|---|
| 22. Mrz. | Theiss, Hiltrud | 60 |
| 25. Mrz. | David, Horst | 65 |
| 29. Mrz. | Meier, Friedrich | 80 |
| 2. Apr. | Görner-Kling, Manuela | 60 |
| 12. Apr. | Dück, Werner | 85 |
| 15. Apr. | Noppenberger, Fritz | 80 |
| 21. Apr. | Doergeloh-Both, Monika | 60 |
| 22. Apr. | Wegmann, Dagmar | 65 |
| 23. Apr. | Schewe, Hildegard | 75 |
| 25. Apr. | Netter, Werner | 75 |
| 30. Apr. | Walter, Gerd | 80 |
| 2. Mai. | Schäfer, Gunda | 70 |
| 3. Mai. | Schönleben, Wilhelm | 70 |
| 6. Mai. | Kräck, Sigismund | 60 |
| 12. Mai. | Michalski, Gudrun | 80 |
| 14. Mai. | Werner, Gabriele | 65 |
| 18. Mai. | Schewe, Herbert | 75 |
| 18. Mai. | Wenninger, Bernhard | 75 |
| 22. Mai. | Rittiger, Jürgen | 60 |
| 25. Mai. | Coors, Edelgard | 70 |
| 10. Jun. | Weisbach, Volker | 60 |
| 16. Jun. | Zautner, Jutta | 80 |
| 17. Jun. | Helmle, Helga | 65 |
| 19. Jun. | Beck, Hildegard | 65 |
| 19. Jun. | Donath, Walther | 85 |
| 28. Jun. | Kern, Marion | 60 |
| 29. Jun. | Hartl, Angelika | 60 |
| 30. Jun. | Lill, Christa | 85 |

! Mitglieder, die **keine** Veröffentlichung ihres Geburstages wünschen, möchten wir bitten, die Geschäftsstelle zu informieren.

Anzeige

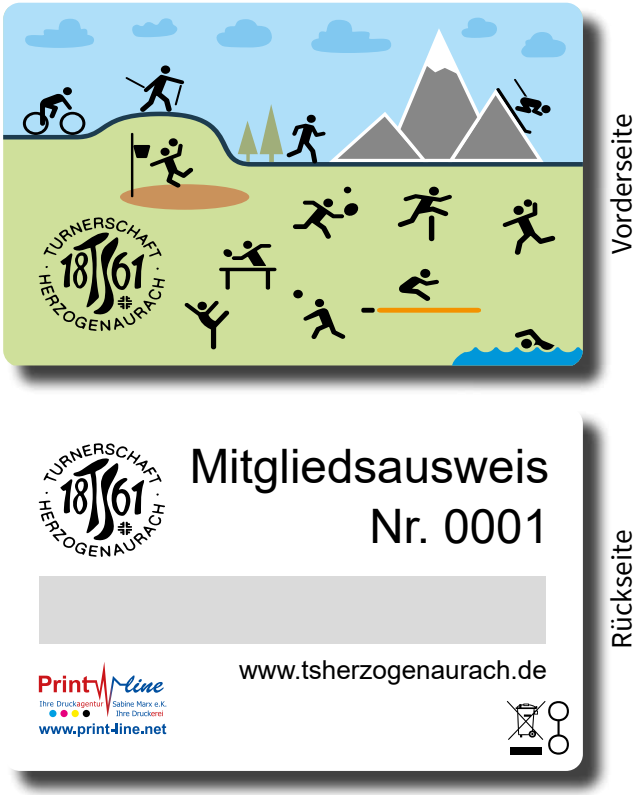
## Gaststätte Turnerheim

Pächter: Garaliacos Panagiotis
Adalbert-Stifter-Str. 50
91074 Herzogenaurach
Telefon 0 91 32/62 787

Öffnungszeiten:
Mo-Sa: 17.00 - 22.30 Uhr
So: 11:30 - 14.00 Uhr und 17.00 Uhr - 21.00 Uhr
Mittwoch Ruhetag
**durchgehend warme griechische und deutsche Küche**

# Einführung von Mitgliedsausweisen für alle TSH Mitglieder

Liebe Mitglieder, wenn (hoffentlich bald) der Sportbetrieb auf unserer Anlage wieder aufgenommen werden kann, gilt ja weiterhin das Hygienekonzept inclusive der erforderlichen Kontaktpersonenliste.
Diese Listen wurden bislang per Hand geführt bzw E-Mail-Formular gesammelt.
Um der Verordnung Rechnung zu tragen, haben wir in den letzten Monaten nach einer praktikablen Lösung gesucht, die auch dem Datenschutz genügt.
Daher gibt es ab sofort für alle TSH Mitglieder einen einheitlichen Mitgliedsausweis.
Der Ausweis wird kostenlos ausgegeben. Bei Verlust des Ausweises kann gegen eine Schutzgebühr von 10 EUR ein neuer Ausweis ausgestellt werden.
Auf der Rückseite ist der Name und Vorname des Mitglieds handschriftlich zu vermerken.
Der Ausweis hat einen RFID-Chip. Damit ist die Registrierung auf dem TSH Platz unmittelbar
bei Betreten der Anlage vorzunehmen. Das Registrierungsterminal befindet sich auf der TSH Terrasse an der Holztür (aussen) des ehemaliger Geschäftsstelle (nun: Wettkampfbüro)
Wie bekannt, ist die TSH Anlage ausschliesslich für TSH Mitglieder zugänglich zu machen. Bislang gab es aber kaum eine Möglichkeit dies zu gewährleisten.
Entsprechende Hinweisschilder werden nun darauf aufmerksam machen (Auch auf dem Hartplatz)
Datenschutz:
Der Ausweis enthält neben des Namens des Mitglieds keine weiteren Daten.
Die Ausweisnummer wird in der Registrierungssoftware für die gesetzlich vorgeschriebene Dauer
gespeichert, mit Datum und Uhrzeit des Besuchs auf dem Gelände. Danach werden die Daten automatisch gelöscht.
In der Mitgliederdatenbank (Software in der TS Geschäftsstelle) wird beim Mitgliedsdatensatz auch die Ausweisnummer des Mitgliedsausweises hinterlegt.
Der Mitgliedsausweis kann ab sofort in der TSH Geschäftsstelle persönlich abgeholt werden. Bei der Gelegenheit werden auch die aktuellen Kontaktdaten (E-Mail-Adresse und Handynummer) abgefragt für die Mitgliederdatenbank. Alternativ kann auf der Internetseite der TSH:
www.tsherzogenaurach.de ein Online-Formular ausgefüllt werden, inclusive optionalem Postversand.




Wir sind sicher, dass der neue Mitgliedsausweis nicht nur praktisch ist, sondern auch ein Stück Gemeinschaftsgefühl und Zusammenhalt im Verein fördert.

*TSH*
*Der Vorstand*

Die ersten 500 Mitglieder, die ihren TSH Ausweis abholen, bekommen gratis eine FFP 2 Maske dazu.
Gestiftet von der Apotheke am Markt.
Vielen Dank für die Unterstützung!

Anzeige

# 160 Jahre Turnerschaft 1861

Liebe Mitglieder, in diesen Tagen wird die Turnerschaft 160 Jahre alt.
Am Kunigundentag (3.März) des Jahres 1861 fanden sich in Herzogenaurach 8 junge Männer im Habermeyer`schen Gasthaus, dem heutigen Bayerischen Hof, zusammen. Sie gründeten eine Genossenschaft zwecks pflege der edlen Turnerei. Die1862 angefertigte Gründungstafel nennt allerdings 9 Gründungsmitglieder,
den Musiker Philip Bausch, den Tuchmacher Adam Dickas, den Metzger und Gastwirt Johann Habermeyer sen., den Brandmetzger Hanni Habermeyer, den Maurermeister Johann Kurr, Adam Lohmaier, den Magistratskanzlisten Georg Schleger, den Kaufmann Friedrich Stubenrauch und den Gerichtsdienergehilfen Johann Koch. Am 6. März teilte die Vorstandschaft dem Hochlöblichen Stadtmagistrat die Vereinsgründung mit. Sie wurde von diesem am 14.März 1861 genehmigt.
Heute ist unser Verein, der älteste Sportverein der Stadt Herzogenaurach, mit ca. 2000 Mitgliedern gut aufgestellt. Wir vermitteln Spaß am Sport und unterstützen dabei den Breiten- und Leistungssport.
Durch die vielen Wettkampferfolge ist der Verein zu einem weit über den Landkreis hinaus bekannten Träger geworden. Heute und auch zukünftig zeichnen wir uns durch gute Jugendarbeit, verbunden mit hervorragenden Trainern und Sportstätten aus. Wir machen einen tollen Job und wünschen uns für die Zukunft weiterhin viele und sportbegeisterte Mitglieder, Freizeitsportler und wettkampforientierte Sportfreunde.
Die Jubiläumsfeierlichkeiten mussten aufgrund der aktuellen Einschränkungen leider ausfallen. Zu einem späteren Zeitpunkt werden die Ehrenmitglieder und verdiente Vereinsmitglieder und Funktionäre von Christa Spitzer und Jörg Allerdissen in das Turnerheim eingeladen, um die vergangenen 160 Jahre Turnerschaft Revue passieren zu lassen.
Die von unserer Jugendvertretung, Sophie Schmitz und Paula Wüstner, geplanten kurzen Videointerviews mit Urgesteinen der Turnerschaft zum 160jährigen werden zeitnah nachgeholt und auf unserer Homepage veröffentlicht.
Quellenangabe: Chronik, 50 Jahre Turnerschaft Herzogenaurach,

Wenige Restexemplare der Chronik können von interessierten Mitgliedern der Turnerschaft kostenfrei in der Geschäftsstelle abgeholt werden.

Anzeige

Wir gestalten die
Mobilität für morgen

Die Schaeffler Gruppe ist ein global tätiger Automobil- und Industriezulieferer und gestaltet die Mobilität für morgen. Kunden aus der Automobilindustrie und 60 weiteren Industriebranchen vertrauen auf Innovationen, Technologie und Qualität aus dem Hause Schaeffler. Der Stammsitz unseres Unternehmens ist in Herzogenaurach.

www.schaeffler.de

SCHAEFFLER

# Movember (Mehr Infos auf Seite 22)

Anzeige

Fitness ist...

... sich im Verein
wie zuhause zu fühlen

Im Herzen der Stadt
SONNEN-APOTHEKE
Armin Welker • Hauptstraße 26
91074 Herzogenaurach • Tel. (09132) 5019

# 160 Jahre TSH – HERZOGENAURACH

Werte Vorstandschaft,
liebe Mitglieder,
sehen Sie mir bitte nach, wenn ich auf die weibliche Form der Anrede verzichte; selbige hat man vor 160 Jahren noch nicht verwendet.
In der Folge darf ich einen kurzen Einblick und Überblick darüber geben, was die Mitglieder des „TSH“ in dieser Zeit bewegt hat und was sich im „Schdeedtla“ an Bemerkenswertem getan hat.
Vor allem geht es auch darum, welche Höhen, vor allem aber auch welche harten Zeiten die Bevölkerung und schließlich der Verein, genauer: die Mitglieder des „Turn- und Sportvereins in den 160 Jahren des Bestehens durchmachen und ertragen mussten.

**Das 19. Jahrhundert**

„Gymnastik für die Jugend“ hatte der Berliner Gymnasiallehrer J. Ch. Gutsmuths Ende des 18. Jahrhunderts gefordert und die Bewegungsarmut und den Mangel an körperlicher Anstrengung seiner Zeitgenossen und vor allem der Jugend gegeißelt.
Vorrangig um Wehrertüchtigung ging es schließlich dem „Turnvater“ Friedrich Ludwig Jahn, der auf dem Turnplatz neben der körperlichen Ertüchtigung an Reck und Barren den jugendlichen Turnern einen gewissen aggressiven Patriotismus und Nationalismus einimpfen wollte.
Die Folgen waren bedenklich: Jahn wanderte ins Gefängnis und erst nach 1848 wurde das Turnverbot aufgehoben. Ab 1860 fand die Turnbewegung schließlich das Wohlwollen der Obrigkeit in Deutschland. Nach englischem Vorbild entstanden Schwimm- und Rudervereine, man spielte Rugby und Rasentennis, führte die ersten Radrennen durch (auch in Herzogenaurach nach 1900) und gründete 1888 den ersten deutschen Fußballverein („Berliner FC Germania“). Weitere Sportarten und Vereinsgründungen folgten.

**Herzogenaurach um 1860**

1860: Der „Turnverein“ wurde gegründet, aber Herzogenaurach war ein verschlafenes Landstädtchen im Herzen Frankens, zwar seit 1810 bayerisch, aber noch immer von der Zugehörigkeit zum Bistum Bamberg konservativ geprägt.
Die Einwohnerzahlen stiegen zwischen 1850 und 1885 von knapp 2000 auf beinahe 2600. Damit verbunden war jedoch für heutige Verhältnisse arge Wohnungsnot. Teilweise mussten drei Generationen in den winzigen Ackerbürgerhäusern untergebracht werden. Wohnzimmer im heutigen Sinn gab es nicht. Man lebte auf engstem Raum und die ein-

Anzeige

zige Wohn-Stube diente oft zusätzlich als Arbeitsraum oder Werkstatt für Weber oder „Schlappenflicker“.

**Früher war alles besser!?**

Christoph Dassler, der Vater der bekannten Dassler Brüder Adolf (adidas) und Rudolf (PUMA), berichtet in einem Beitrag in den hiesigen Heimatblättern, dass es im Erdgeschoss neben einer Küche lediglich einen Wohnraum gab, in dem zwei Webstühle Platz hatten. Im Obergeschoss befanden sich ein winziges Schlafzimmer für die Eltern, eine kleine Schlafstube für 5 Mädchen und außerdem mussten noch 2 Buben und die Großeltern untergebracht werden. Er verhehlt auch nicht, dass die “kleinen Leute“ versuchten, sich mit einer Ziege, mit Hühnern und einem kleinen Kartoffelacker (daher der Begriff Ackerbürger) über Wasser zu halten. Die Überschrift zu seinen mehr als realistischen Zeilen lautete „Früher war alles besser“!

Nicht erwähnt wird in Dasslers Betrachtungen der Niedergang der Tuchmacher, die in Herzogenaurach bis dahin eine Monopolstellung einnahmen und denen in der Folge durch die fortschreitende Technisierung durch die mechanischen Webstühle der Niedergang drohte. Noch produzierte man für die aufstrebende Zunft der „Schlappenschuster“. Doch die Zeit, dass man auch in den Landkreisen bei der vornehmlich ländlichen Bevölkerung die Filz-Pantoffeln absetzen konnte, war vorbei. Lederschuhe, auch Arbeitsstiefel, waren gefragt. 1910 war die Zahl der selbständigen Schumacher von 65 (!) auf 14 gesunken. Dafür fanden statt einst 180 Erwerbstätigen nun 459 Arbeiter eine Anstellung in 5 Betrieben. Der Begriff „Fränkisches Pirmasens“ für Herzogenaurach wurde damals geprägt -Pirmasens in der Pfalz war die „Hochburg“ für die Schuhproduktion in Deutschland. In diesem Zusammenhang muss der Name Georg Denkler genannte werden. Eine Tafel in der Hauptstraße (heute Reformhaus Dorweiler) erinnert an den „Ur-Vater“ der hiesigen Filzschuhproduktion. Die Brüder Heinrich und Konrad Schürr sorgten in ihren beiden Schuhfabriken für Arbeitsplätze, - das Städtchen erlebte eine wirtschaftliche Blüte vor und nach 1900.

**Krankheiten und Epidemien In Herzogenaurach**

Doch wie war es um den Gesundheit(zu)stand in Herzogenaurach bestellt? Wie überall in Deutschland hat es auch hier Seuchen und ansteckende Krankheiten gegeben (den Begriff „Pandemie“ kannte man damals noch nicht!). 1496 drohte dem

Anzeige

adidas
Reebok
JAKO LIVING SPORTS
CMP
Champion
ROXY
QUIKSILVER
Schöffel
maier sports
LOWA
arena

Ganzjähriges Angebot auf über 2000qm, alles auf einer Ebene, an Sport- und Wanderschuhen, Sport- und Lifestyle-Kleidung, Bademoden, Accessoires, Sport- und Outdoor-Equipment.

TOP - MARKEN

als II. Wahl und Sonderposten.

Komplette Vereinsausstattungen, Bedruck- und Bestick-Service, Racket-Service, Ski-Service, Ski-Verleih.

Fan-Artikel

des FC Bayern München

SPORT HOFFMANN
Markenoutlet

Sport Hoffmann GmbH & Co.KG
Zeppelinstraße 1
91074 Herzogenaurach
Telefon 09132 / 78 19-0
Telefax 09132 / 78 19-24
www.sporthoffmann.de

Unsere Öffnungszeiten
Mo. - Mi. 9.00 - 19.00 Uhr
Do. - Fr. 9.00 - 20.00 Uhr
Samstag 9.00 - 18.00 Uhr

Städtchen „völlige Entvölkerung“ infolge einer Pestwelle. Die Betroffenen sind oft elend isoliert ohne Beistand gestorben.
Die „Physikatsberichte“ (amtliche Beschreibungen des Gesundheitszustandes) bescheinigten der Bevölkerung im hiesigen Bezirksamt zwar „im allgemeinen normale Belastbarkeit“, aber die oft einseitige Ernährung wird nicht erwähnt.
In den verschiedenen Pestwellen gab es nur ein Gegenmittel: die Isolation. Die Erkrankten wurden ausgegrenzt (auch in Herzogenaurach) und mussten sich außerhalb ihres Wohnorts aufhalten. Man errichtete in Herzogenaurach außerhalb der Stadtmauern das „Siechenhaus“ in der Erlanger Straße. Es stand gegenüber des 1900 erbauten „Liebfrauenhauses“ und diente gleichzeitig als Kranken- und Leichenhaus – welch makabrer Zustand! Zur gleichen Zeit wurden unsere Vorfahren auch durch eine Cholera-Epidemie geschwächt. Verseuchtes Trinkwasser in der Nähe des Kiliansbrunnens war die Ursache.

**Moderne Zeiten?**

Von „modern“ im heutigen Sinn konnte keine Rede sein, davon war man noch weit entfernt, Noch immer holte man (meist die Hausfrauen) das Wasser von den 5 – 6 öffentlichen Pump-Brunnen (z. B. Hauptstraße, Steggasse).
Erst mit dem Bau einer Wasserleitung ab 1933 besserte sich die Versorgung mit dem kostbaren Lebenselixier. (Der Spatenstich hierfür erfolgte am 01. Mai 1933 am „Vogelherd“ oberhalb der Straße nach Falkendorf.) Das bedeutete aber noch nicht, dass in der Folge alle Häuser in der Stadt an das öffentliche Wassernetz angeschlossen waren. Als die US-Streitkräfte im April 1945 die Stadt besetzten, blieb es den höheren Offizieren vorbehalten, jene Häuser zu bewohnen, in denen sie fließendes Wasser, Spültoilette und ein Wannenbad vorfanden.
Das Zusammenleben von Besatzern und der Zivilbevölkerung, anfangs voller Respekt und teils von Voreingenommenheit geprägt, normalisierte sich in den 50er Jahren – aus Besatzern wurden vielfach Freunde. Die deutsch-amerikanischen Freundschaftswochen ab den 60er Jahren entwickelten sich neben der Sommer- und Martini-Kirchweih zu einem zusätzlich Fest. Man lernte „soft ice“ und die bis dahin wenig bekannten „Burger-Weckla“ kennen und lieben.

**Herzogenaurachs wirtschaftlicher Aufstieg**

Vielfach hat man am Kriegsende den Ausspruch gehört „Genießt den Krieg, der Frieden wird fürchterlich!“ Es wurden tatsächlich schwere Jahre für die Menschen: man lebte oft auf engstem Raum und unter schwierigen wirtschaftlichen Verhältnissen: 5 000 Herzogenauracher und ca.
2 500 Flüchtlinge und Heimatvertriebene mit unterschiedlichen Lebensgewohnheiten und Dialekten mussten ab 1945 zueinander finden. Und – wie man heute sieht: es hat geklappt:
Einheimische und „Neubürger“(„Reigschmeckte“ im Fränkischen) fanden zueinander und somit wurde Herzogenaurach vor allem in den Jahren des Wirtschaftswunders zu einem „Schmelztiegel“ all jener Menschen, die heute hier arbeiten, leben und wohnen und die Stadt und ihre Bürger schätzen und liebgewonnen haben.

**Der wirtschaftliche Aufstieg**

Mit der Schuhindustrie ging es in der Nachkriegszeit nach einer kurzen Aufbauphase rapide zu Ende. Die deutsche Qualitätsware- unverwüstlich, aber konservativ -, und die einheimischen Schuhfabriken, konnten mit den preiswerteren Produkten aus Südeuropa nicht Schritt halten. Billigware eroberte den europäischen Markt!
Herzogenaurach hatte zwar mit der Firma „Glock“ (Schulhefte, Zeichenblöcke) auf dem heutigen Gelände der Fa. Schaeffler und der Maschinenfabrik Weiler in der Würzburger Straße neue Arbeitgeber gefunden, doch dann erreichte ein vielversprechendes Telegramm im April 1946 Bürgermeister Hans Maier.
Die Brüder Dr. Georg und Wilhelm Schaeffler (ursprünglich Teppichproduzenten aus Katscher/ Oberschlesien), die nach dem Zusammenbruch in Schwarzenhammer am Rande des Fichtelgebirges Holzartikel für den täglichen Gebrauch herstellten (Handwagen, welch nützliches Gefährt damals !) baten um ein Gelände, um sich hier ansiedeln zu können. Bis in die 70er Jahre produzierte man mit ca. 1000 Beschäftigten unverwüstliche Qualitäts-Teppiche für Abnehmer in ganz Mitteleuropa.
Doch der große Durchbruch gelang Schaeffler in den 50er Jahren mit der Entwicklung des „Nadellagers“, das in der Fahrzeugindustrie eine Revolution bedeutete, denn überall, „wo sich Räder drehten“, wurden solche Lager verwendet. Vorbei waren die Jahre, als man in der Stadt in Heimarbeit noch Holzknöpfe bemalte! Fortan expandierte Schaeffler; mehr als 10 000 Mitarbeiter beschäftigte man hier täglich in drei Schichten.

**Von Schlappen zu Sportschuhen**

International bekannt geworden ist unser Städtchen jedoch als die Heimat der Sportschuhe, der Fußball- und Rennschuhe (Spikes). Der Jüngste der Söhne vom bereits erwähnten „historischen Christoph Dassler“, der „Adi“ fand in der „Schlechten Zeit“ ab 1914 unweit des elterlichen Wohnhauses bei Bäckermeister Weiß in der Bamberger Straße Arbeit.

Mutter Pauline wusch und bügelte für die „besseren“ Bürger der Stadt. Adolf und sein älterer Bruder Rudolf fuhren die Wäsche aus: sie waren im Ort die „Wäscherbuben“. Sie waren begeisterte Sportler; und weil dem Adi das Schuhmaterial nicht genügte, war er um Besserung bemüht. Er bastelte und tüftelte und gründete schließlich zusammen mit dem Vater und mit Bruder Rudolf die Schuhfabrik „Gebrüder Dassler“ (GEDA) auf der Südseite der Stadt, unweit des früheren Bahnhofs. Adolf, der „Motor“ setzte schließlich seine Idee um: ein Fußballer braucht einen anderen Schuh als ein Sprinter. Schmiedemeister Zehlein lieferte Nägel für die Rennschuhe, für die „Spikes“.

Die Dassler lieferten schließlich bei den Olympischen Spielen in Berlin solche „Renn Tappen“ an den dunkelhäutigen amerikanischen Sprintstar Jesse Owens. Das Weitere ist bekannt: Owens gewann vier Goldmedaillen bei den Spielen in Herzogenauracher GEDA-Schuhen –und der Betrieb florierte fortan.

Während des Krieges mussten die Dassler für die Rüstung arbeiten, („Panzerschreckwaffen“) und trennten sich 1948. Adolfs Schuhe fanden als „adidas-Schuhe“ Absatz und Rudolf verkaufte die Seinen unter dem Namen „RUDA“ und änderte die Firmenbezeichnung später in PUMA, weil seine Sportkameraden meinten, dass er beim Hochsprung so elegant wie ein Puma die Latte überflog. „Der sog. Bruderkrieg“ war dankbares Futter für die Medien und sorgte für ständig neue Schlagzeilen, vor allem nachdem die deutsche Nationalmannschaft 1954 den Weltmeistertitel im Fußball gewonnen hatte und seit den olympischen Spielen 1960 in Rom. Beide Firmen beherrschten schließlich den Weltmarkt und alle Disziplinen: hier die drei Streifen, dort der angriffslustige PUMA. Das Städtchen war gespalten: in „adi“ und „PUM“ und für die Medien war der „Bruderkrieg“ ein gefundenes Fressen

**Die städte- bauliche Entwicklung**

Auf vielen Sektoren veränderte die Stadt nach 1945 ihr Gesicht. Dank des wirtschaftlichen Aufschwungs entstanden neue Stadtviertel: Siedlungen in Richtung Herzo Base, im Westen oberhalb des Dambachs, der gesamte Süden, bis hinauf zur TSH-Anlage, das gesamte Schleifmühlgebiet und auch im Osten in Richtung Niederndorf, das inzwischen eingemeindet war.

Drei Bürgermeister prägten die Entwicklung und das Bild der Stadt in den Nachkriegsjahren: Hans Maier, Hans Ort und Hans Lang. Der Schul- und Wohnungsbau sowie die weitere wirtschaftliche Entwicklung ließen Herzogenaurach zu einem blühenden Mittelzentrum für 25 000 Menschen aus 100 Nationen anwachsen. German Hacker führt in seiner 3. Amtsperiode (seit 1984) die erfolgreiche Politik seiner Vorgänger fort.

*Klaus-Peter Gäbelein*

Anzeige

Stickerei · Siebdruck
Textilien · Digitaldruck
individuelle Geschenke

Der Zwirn
Individuelle Stickerei
... und mehr!
derzwirn.de

Wir sind Ihr Textilveredler
für Vereine, Firmen und Privat
Gustav-Hertz-Str. 10 · 91074 Herzogenaurach

# TSH Interview – 5 Fragen an: Andrea Mehler

**TSH:** Wie geht es Dir persönlich in dieser „Corona-Zeit“?

***Andrea:*** *Grundsätzlich geht es meiner Familie und mir sehr gut. Gesundheitlich wie auch arbeitstechnisch. Allerdings vermissen wir ganz arg unsere Freunde, den Verein mit allen Vereinskolleginnen und Kollegen, einfach das Miteinander.*

*Das zerrt inzwischen schon ein wenig an der Substanz und wir hoffen, dass dies bald alles wieder möglich wird. Einfach sich auch mal wieder drücken und ein Gläschen miteinander trinken und plaudern. Toni vermisst Ihre Freundinnen und Vereinskolleginnen auch sehr. Die Struktur fehlt und der sonst so geregelte Ablauf. Alles was so selbstverständlich war, ist auf einmal ganz Besonders!*

**TSH:** Du bist nicht nur ein treuer Sponsor unseres Vereins, Schwerpunkt Leistungsturnen, sondern selbst auch aktive Triathletin und Deine Tochter Antonia ist eine erfolgreiche Turnerin. Was treibt Dich an?

***Andrea:*** *Ja wir sponsern die Leistungsturnerinnen, wie auch die Abteilung der Triathleten.*

*Nicht zu vergessen wären hier auch die HerzoBaskets, die wir bereits seit einigen Jahre mit unserer Anzeige im Saisonheft unterstützen. :)*

*Für mich war Sport schon immer ein Mittelpunkt und ein Lebenselixier in meinem Leben. Eben auch für unsere Tochter Antonia von Klein auf.*

*Selbst habe ich als Kind bei einem großen Verein in Erlangen geturnt und bei Trampolin Wettkämpfe aktiv Bayrische Meisterschaften uvm. mitgemacht.*

*Es war für mich immer schon die Gemeinschaft, das Miteinander und der Zusammenhalt in einem Verein, der mir so viel Positives zurückgegeben hat.*

*Gerne erinnere ich mich an unsere Trainingslager als Kind. Das war mit eine der schönsten Zeit, mit tollen Erinnerungen, in meinem Leben. Auch jetzt noch in der Triathlon-Abteilung, freue ich mich über den Austausch, neu gewonnene Freunde und die Erfahrungen und natürlich die Herausforderungen.*

*Neben dem oft stressigen Alltag freue ich mich aus meinem „Hamsterrad“ herauszukommen und einfach lustige aber auch interessante Gespräche zu führen und mich wiederum selbst zu fordern.*

**TSH:** Wo siehst Du in den nächsten Wochen und Monaten die Herausforderungen für Dich, deine Tochter Toni und auch die Firma ?

***Andrea:*** *Herausforderung wird sein, gerade bei unserer Tochter Toni, den Trainingsrückstand aufzuholen. Gerade im Turnen ist es besonders wichtig an den Geräten zu bleiben. Peter Müller und das Team um ihn herum machen das echt Super! Von den Trainingsplänen die wöchentlich gemacht werden, über gemeinsame Online-Trainings, versucht Peter hier wirklich den Zusammenhalt zu wahren und auch zumindest die Kraft-Ausdauer und Stabilität der Turnerinnen aufrecht zu erhalten. Aber es gibt eben nichts über das Training an den Geräten.*

*Auch bei mir selbst im Triathlon. Hier wird es das Schwimmen sein, was doch einen Nachholbedarf haben wird. Nachdem die Bäder schon so lange geschlossen sind, und es außen aktuell außer Eisschwimmen *lach* schwierig ist, wird das für mich persönlich die größte Herausforderung sein, den Stand wieder zu erlangen. Zudem, wenn man mich kennt weiss man, dass Schwimmen nicht besonders zu meiner Lieblingsdisziplin gehört und ich auch hier wirklich mir jeden Meter hart erarbeiten muss.*

*In Bezug auf unseren Betrieb, hoffe ich das all unsere*

*Mitarbeiter (m/w/d) gesund bleiben, dass ist besonders wichtig! Dass sie aber auch die besonderen Herausforderungen meistern können in Bezug auf die besonderen Umstände . Zudem hoffen wir, mein Mann und ich, dass wir alle Mitarbeiter ab Saisonbeginn wieder durchgehend bis Jahresende beschäftigen können und wir nicht in die Not der Kurzarbeit kommen. Hier sind wir unseren Kunden sehr dankbar, die uns auch während dieser besonderen Zeit bis heute unterstützt haben . Gleich ob im Malerbetrieb oder in unserem Facheinzelhandel.*

**TSH:** Inwieweit kann Dich da die Turnerschaft unterstützen?

***Andrea:*** *Ich könnte mir gut vorstellen, dass vielleicht in der TSH Zeitschrift auch Angebote mit einfließen könnten. Aktuelle Monatsangebot unseres Fachhandels zB gerne auch mit Highlights des Monats, so als Idee ;). Ansonsten sind wir froh und dankbar auch einen so tollen Verein im Ort zu haben und hoffen, dass auch der Verein gut über diese schwierige Zeit kommt! Ich freue mich zudem über jeden Papa oder Mama der Turnerinnen oder auch Vereinskollegen/innen die an uns denken, wenn es um Farbe, Boden oder ähnliches geht, egal ob jetzt nur das Material oder auch als gesamte Dienstleistung. Das denke ich macht auch wiederum das Vereinsleben aus. Das Miteinander und aneinander denken!*

**TSH:** Wie empfindest Du das „Krisenmanagement" der TSH in der Zeit, wo die Sportanlagen geschlossen bleiben mussten?

***Andrea:*** *Anfangs war das Krisenmanagement noch etwas in den, naja sagen wir, Kinderschuhen. Aber das war ja auch eine außergewöhnliche Situation und zudem so nicht absehbar. Plötzlich stand man vor völlig neuen Herausforderungen, einer digitalen Welt, die bis dahin in Deutschland doch noch etwas schlief. Nach dem besagten anfänglichen Dornröschen-Schlaf wurden aber Aktionen gestartet von Online-Trainings, ob bei den Turnerinnen unter Peter Müller, oder auch bei uns Triathleten unter Petra Sticker mit Trainer/Coach Swen Sundberg. Man wurde kreativ um den „Vereinsgeist" zu wahren, das Miteinander nicht zu verlieren. Und das finde ich mega toll :) mit so tollen Abteilungsleitern/innen und Trainer. Das macht aber eben ein Verein aus - der Zusammenhalt. Ich hoffe aber inständig, dass es uns allen bald wieder möglich ist, unter normalen Umständen zu trainieren und wieder miteinander aktiv real den Lebensgeist des Vereins aufleben zu lassen.*

**TSH:** Liebe Andrea, vielen Dank für das Interview und bitte weiterhin gesund und fit bleiben!

Wir arbeiten mit Leidenschaft ...
MEHLER GmbH
Malermeisterbetrieb & Fachhandel

Anzeige

SCHLÜSSEL AURACHTAL
Sicherheitstechnik
Inhaber Reinhard Beierlein
- Schlüssel und Zylinder
- Schlösser und Beschläge
- Sicherheitstechnik
- Tresore
- Pokale
- Individualgravuren

Rilkestraße 2 (Eingang Welkenbacher Kirchweg)
91074 Herzogenaurach
Tel. 0 91 32 79 73 18
www.schluessel-aurachtal.de
schluessel-aurachtal@gmx.de

Anzeige

# Geschichten über Herzogenauracher Handballerinnen und Handballer

Die Handballabteilung gründete sich 1967 aus der BSG INA. Zunächst gab es nur eine Seniorenmannschaft, doch schon ein Jahr später schloss sich auch die erste Jugendmannschaft zusammen. Im Rahmen des Programms „Jugend trainiert für Olympia“ ist damals auch Franz Noppenberger zum Handball gekommen. 1968 war er Teil der ersten Jugendmannschaft und spielte bis zu seiner Wehrdienstzeit Feldhandball in Herzogenaurach. Seine Positionen waren Rückraummitte und Linksaußen. Nach dem Studium widmete sich der heute 67-Jährige auch anderen Sportarten wie Volleyball, Tischtennis und Fußball, bevor er 2000 wieder zum Handball gelangte und bis vor wenigen Jahren mit den Altherren Turniere spielte. Franz war nicht nur auf dem Spielfeld aktiv, sondern auch neben der Halle war und ist der sportbegeisterte Clubfan ein unermüdlicher Aktivposten der Handballabteilung.

Vor über 20 Jahren konnte der frühere Abteilungsleiter Wolfgang Hentschke Franz für den Posten des Kassiers gewinnen. Seitdem ist Franz der erste, der oben am Eingang zur Tribüne Schiedsrichter, Gäste, Zuschauerinnen und Zuschauer in der Halle begrüßt. Leidenschaftlich gerne tauscht er sich mit Gleichgesinnten über den Handball aus und verpasst kaum ein Spiel der Herzogenauracher Damen- und Herrenmannschaften. Sein Sohn Peter erzählt, dass nicht nur der Sport, sondern gerade auch die Geselligkeit, die dieser mit sich bringt, seinen Vater für den Handball begeistert. So ist Franz ebenso bei der Sommerkirchweih, dem Altstadtfest oder beim Stammtisch in der Blauen Traube anzutreffen. Zudem hat er die früheren Veranstaltungen wie die Sommervertretung der TSH-Gaststätte und das Jugendturnier Herzomania mitbetreut und es gibt wohl nur wenige, die so gut über die Geschehnisse im Herzogenaurcher Sport Bescheid wissen.

Franz, wir, die Herzogenauracher Handballerinnen und Handballer möchten uns ganz herzlich bei dir bedanken für dein zuverlässiges Engagement, deine unerschöpflichen Ideen und den Austausch über den Sport im Allgemeinen und den Handball im Speziellen.

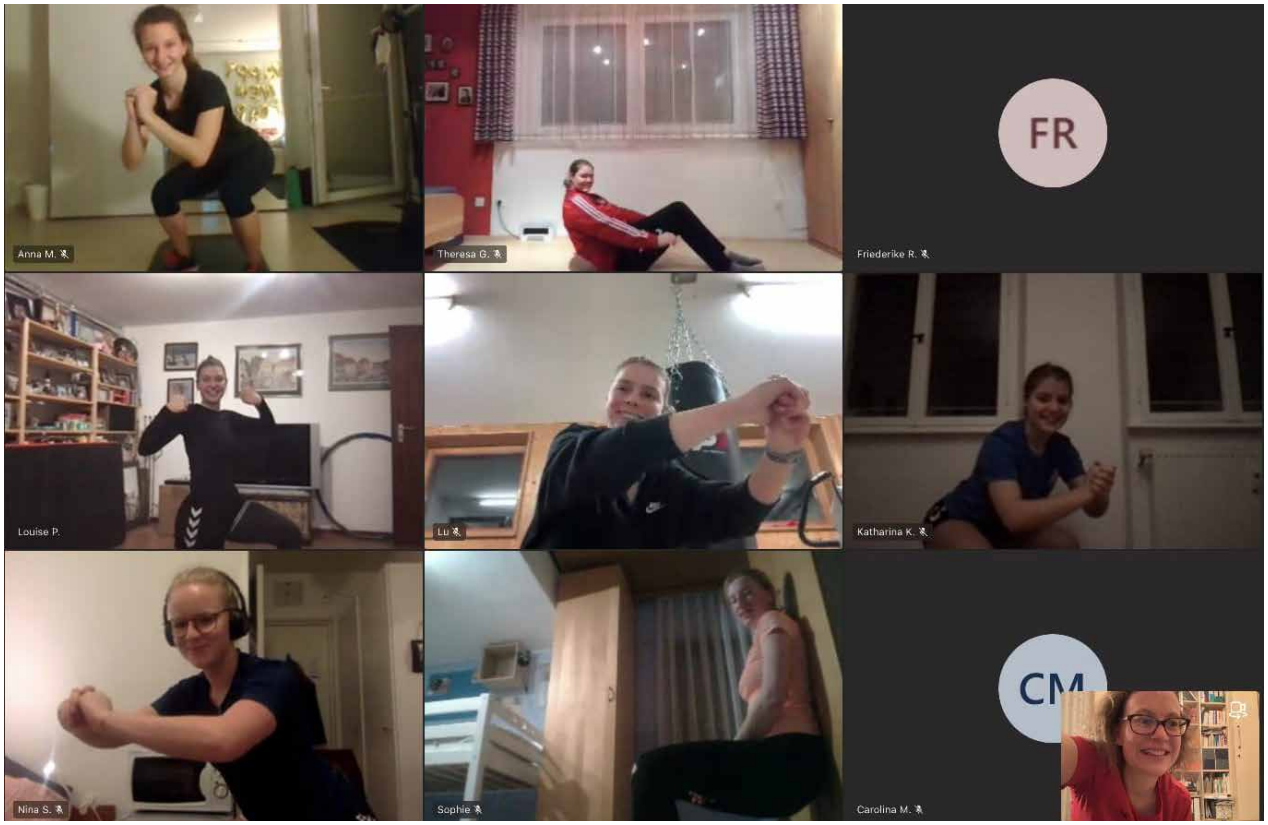
Wir freuen uns, wenn wir dich bald wieder auf deinem Stammplatz in der Halle zum Plaudern und Handball schauen treffen.

*Herzliche Grüße*
*Deine Powerhandballer*innen*

# Impressionen aus der Handballabteilung

Der Trainings- und Spielbetrieb ruht, doch unsere Mannschaften sind weiterhin aktiv. Spielerinnen und Spieler verabreden sich nicht nur für gemeinsame Workouts, sondern pflegen auch die Geselligkeit bei spannenden Spieleabenden und Diskutieren ihr taktisches Wissen in der Spielanalyse der Handball-WM der Männer.
Auch die Jugendtrainerinnen und -trainer bringen ihre Teams mit gemeinsamen Online-Trainingseinheiten und kleinen Wettspiele zusammen. Zudem wurden unsere Jugendmannschaften von der Jugendleitung mit einem kleinen Weihnachtsgeschenk überrascht.
Doch wir alle freuen uns darauf, endlich wieder in der Halle stehen zu können, den Ball in die Hand zu nehmen und Tore zu werfen.

**Schaut auf unserer Homepage vorbei und lasst uns ein Like auf facebook da. powerhandball.de**



# Training und Corona

Ein schwieriges Jahr liegt hinter uns, bei dem es seit März letzten Jahres keine Wettkämpfe mehr gab und wo seit dem Spätherbst kein gemeinsames Training mehr möglich ist, da die gesamte Sportanlage (bis auf Ausnahmen für Kaderathleten) gesperrt ist.

Auch für die nächsten Wochen, vielleicht auch Monate, sind die Aussichten für einen regulären Trainings- und Wettkampfbetrieb nicht gut. Das erhöht nicht unbedingt die Motivation zum Laufen, und so bleibt auch wegen der Kontaktbeschränkungen jeder mehr oder weniger auf sich allein gestellt.

Das hält aber so manchen bei uns nicht von einem ordentlichen Trainingspensum ab. So läuft z.B. Hans-Peter 3-4 mal pro Woche Strecken zwischen 10 und 18 km in einem flotten Tempo. Sandra, die letztes Jahr eigentlich einen 100km-Wettkampf geplant hatte, zieht ihr Training konsequent weiter durch und plant im April einen privaten 100km-Lauf. Andere hingegen lassen es etwas ruhiger angehen und sind in Zweiergruppen unterwegs. So kann man z.B. Jörg und Manfred sowie Heiner und Georg beim Nordic Walking im Dohnwald treffen. Hamid läuft unter der Woche gemütlich mit Gotthard, daneben am Sonntag auch noch mit Gerd. Michael dagegen versucht sich unter der Woche mit Radfahren auf der Rolle (leider öde) oder Langlauf (logischerweise nur bei Schnee) fit zu halten und läuft am Samstag ab und zu mit Dietmar eine Runde. Der hatte allerdings im Herbst gesundheitliche Probleme und muss sein Training erst wieder langsam steigern.

Aber jeder hofft natürlich, dass diese Zeit bald vorbei ist und man sich wieder zum gemeinsamen Training und vor allem auch zum Stammtisch treffen kann.

Anzeige

# Darum ist Laufen (gerade jetzt) der beste Sport der Welt

Wir sind sicher: In Zeiten der weltweiten Corona-Pandemie ist Laufen die beste Sportart überhaupt. Wir erklären, warum es sinnvoll ist, ab und an für einen Lauf das Haus zu verlassen.

Als während des ersten Lockdowns im Frühjahr 2020 die Fitnessstudios schlossen und der Mannschaftssport ausfiel, war eine Sportart noch populärer, als sie es eh schon ist: Laufen. 42 Prozent mehr Läufer und Läuferinnen soll es während des Lockdowns gegeben haben. Laufen boomte! Was sollte man auch sonst tun? Nun, während des zweiten, noch einmal verschärften Lockdowns, zeichnet sich eine ähnliche Situation ab. Trotz weniger Tageslicht am Morgen und Abend sind viele beliebte Laufstrecken in diesen Wochen voller als sonst. Und das ist gerade in der jetzigen Situation auch sinnvoll.

**4 Gründe, warum Laufen in Zeiten von Corona der beste Sport ist**

**1. Sie trainieren alleine**

Fangen wir mit dem allerwichtigsten Grund an: Das Coronavirus ist laut aktuellem Wissensstand besonders durch Aerosole in der Luft übertragbar, weshalb das Robert-Koch-Institut einen Sicherheitsabstand von eineinhalb bis zwei Metern zu anderen Personen empfiehlt. Das lässt sich beim Laufen (in der Regel) leicht umsetzen.

**Wichtig:** Am besten meiden Sie beliebte Lauf- und Flanierstrecken und laufen dort, wo nur wenige oder fast gar keine Menschen unterwegs sind. Im Wald sind Sie sicher vor anderen – und andere sicher vor Ihnen.

**2. Sie stärken Ihr Immunsystem**

Wer läuft, trainiert nicht nur sein Herz-Kreislauf-System und seine Muskulatur, sondern auch sein Immunsystem. Beim Laufen wird nämlich die Ausschüttung von Killerzellen und Lymphozyten angeregt. Das sind Immunzellen, die zu den weißen Blutkörperchen zählen, und uns vor Bakterien und Viren, die Infektionen und Krankheiten auslösen, schützen. Wer sportlich aktiv ist, hat mehr davon. Das ist einer der Gründe, weshalb Läufer je nach Studien zwischen 20 und 50 Prozent seltener von einer Erkältung oder einer Grippe heimgesucht werden als Nichtläufer.

**Wichtig:** Übertreiben Sie es nicht. Wer zu hart trainiert, kehrt den Effekt um und ist in der Zeit nach dem Sport besonders anfällig für eine Infektion (Open-Windows-Effekt). Speziell bei langen Läufen oder intensiven Trainingseinheiten wie Tempodauerläufen oder Intervallen stellt sich nämlich kein abhärtender Effekt ein – im Gegenteil: Anstrengende Trainingseinheiten und lange Phasen mit großen Belastungen belasten das Immunsystem zusätzlich. Grund ist die vermehrte Ausschüttung der Hormone Adrenalin und Cortisol. Die beiden Stresshormone lassen die Produktion der Killerzellen unter das Ausgangsniveau absinken. Den krankmachenden Viren wird kurzfristig ein Eingangstor geöffnet, durch das sie leicht eindringen können. Aber da absehbar keine Wettkämpfe anstehen, können Sie das Training guten Gewissens etwas herunterfahren und eher an Ihrer Grundlagenausdauer arbeiten.

**3. Sie verbessern Ihre Stimmung**

Die gerade genannten Stresshormone werden auch ausgeschüttet, wenn wir, nun ja, gestresst sind. Und die derzeitige schwierige und ungewisse Situation ist für viele nichts anderes als purer Stress. Plötzlich ist das Leben auf den Kopf gestellt, geregelte Abläufe gibt es nicht mehr. Laufen kann genau hier helfen, denn es hilft einerseits den Kopf frei zu bekommen und verringert andererseits – beim entspannten Tempo – die Ausschüttung von Adrenalin und Cortisol, ein erhöhter Spiegel dieser Stoffe wird sogar beschleunigt abgebaut. Außerdem wird die körpereigene Produktion des Anti-Stresshormons DHEA unterstützt.

Und noch eine Wirkung kann man dem Laufen und Joggen zuschreiben: Wer läuft, regt die Bildung der Hormone Noradrenalin, Dopamin und Serotonin an, die ähnlich wie ein Drogenrausch wirken. Das macht Sie weniger anfällig für Stimmungsschwankungen und insgesamt optimistischer und fröhlicher. Also, laufen Sie sich die schlimme Situation einfach ein bisschen schön!

**Wichtig:** Tun Sie es draußen (siehe Grund 1), denn wer nur in den eigenen vier Wänden hockt und das Haus lediglich verlässt, um im Supermarkt noch eine Packung Klopapier zu ergattern, droht mittelfristig depressiv zu werden. Ihnen fällt die Decke auf den Kopf. Und genau wie bei einer Winterdepression fehlt Stubenhockern das Sonnenlicht. Der Körper braucht die Strahlung der Sonne um Vitamin D herzustellen. Dieses Vitamin D, von dem durch die dunkle Jahreszeit zu wenig haben dürften, hat eine enorme Bedeutung für Gesundheit und Wohlbefinden. Es ermöglicht die Calciumaufnahme des Knochenaufbaus, bekämpft Muskelschmerzen, verbessert die Ausdauer, sorgt für eine schnelle Regeneration und – ganz wichtig – stärkt das Immunsystem. Etwa 15 Minuten Tageslicht pro Tag sollten es mindestens sein. Wieso sollten Sie die nicht im Laufschritt verbringen?

**4. Sie können gleich loslegen**

Laufen ist derzeit quasi alternativlos. Fitnessstudios, Schwimmbäder, Yoga-Studios – alles ist derzeit geschlossen. Wie lange noch? Keiner weiß es. Daher sollten Sie dem Laufen jetzt eine Chance geben, selbst wenn Sie es bislang eher als lästige Pflicht oder nötigen Ausgleich empfunden haben. Außer einem Paar Laufschuhe benötigen Sie nichts und können gleich loslegen. Und wenn es auch anfangs schwerfallen mag – Sie werden garantiert schnelle Fortschritte erzielen und merken, dass es von Mal zu Mal leichter fällt. Blutigen Einsteigern raten wir dazu, zunächst mit 20 bis 30 Minuten zügigem Gehen zu beginnen oder, wenn Sie das zu wenig fordert, stets im Wechsel zu laufen und zu gehen – also etwa 1 Minute laufen, 1 Minute gehen.

**Wichtig:** Beachten Sie das Nutzungsverbot von Sportanlagen wie Laufbahnen, Fußballplätzen und Outdoor-Gyms. Nur, wenn wir uns alle an die Regeln halten, können wir die Ausbreitung des Virus verlangsamen und Leben retten. Für Wettkämpfe und Lauftreffs ist wieder Zeit, wenn wir diese Krise gemeinsam gemeistert haben.

Dass Sport im Freien mit nötigem Abstand unbedenklich ist, gilt für Gesunde. Sollten Sie selbst Krankheitssymptome haben – im Falle von Covid-19 sind die Hauptsymptome Fieber und Husten – sollten Sie auf Sport, also auch das Laufen, besser verzichten und ärztlichen Rat einholen.

*(Quelle: Runner´s World, 15.12.2020)*

# Das kleine Lauf-ABC

Endspurt:

Zumeist verzweifelter Versuch, noch jene zu überholen, die schon bei den Zwischenspurts nicht zu fassen waren.

# Good bye 2020... Ready for 2021

2020 waren die TSH Triathleten ausgebremst. Umso mehr sind die TSH Triathleten motiviert für die anstehende Saison 2021. Wir bedanken uns für die Treue unserer Sponsoren Malermeisterbetrieb Mehler, Radsport Dresel, Metallverarbeitung Walter. Auch Herzlichen Dank an die Sparkasse für die Spende Ende des Jahres.

# Digitales Triathlon- Training während des zweiten Corona Lockdowns

Ab Januar 2021 trainieren die Triathleten einmal wöchentlich digital, um sich für die bevorstehende Saison fit zu halten. Das Training von Coach Swen Sundberg beinhaltete ein 45 minutiges Athletik-Training und 20 minutiges Zugseil-Training. Das spezielle Zugseiltraining soll die Schwimm-Muskulatur trainieren. Das wöchentliche Training via Teams wird sehr gut angenommen. Im Durchschnitt wählen sich bis zu 20 Teilnehmer ein. Das Training mit Vereinskollegen sowie Coach Swen motiviert und macht Spaß.

# 35. PUMA Herzoman am 01.08.21 möglich?

Wir hoffen, dass 2021 wieder sportliche Events stattfinden können. Unseren PUMA Herzoman planen wir am 01.08.21. Welche Maßnahmen im Sommer getroffen werden müssen, ist aktuell noch offen. Ende Februar wird sich das Orga Team wieder treffen, um Möglichkeiten/Maßnahmen für die Organisation des PUMA Herzoman Triathlon zu besprechen. Das Orga Team braucht Unterstützung, damit der Herzoman trotz Maßnahmen /Einschränkungen stattfinden kann.

Interessierte bitten wir mit Abteilungsleiterin Petra Sticker – petra.sticker@t-online.de Kontakt aufzunehmen.

Im Stadtbuch „Geschichten aus Herzogenaurach“ wird über Abteilungsleiterin Petra Sticker sowie den PUMA Herzoman berichtet. Das Besondere am PUMA Herzoman ist das Flair des bereits seit 35 Jahren existierenden Wettkampfes. Beim Herzoman steht der Athlet im Mittelpunkt. Ein tief mit Herzogenaurach verwurzelter Wettkampf, der Läuferherzen über die Grenzen der Region hinweg bewegt.

Petra Sticker geht seit 1993 ihrer großen Leidenschaft, dem Triathlon, nach – und blickt auf zahlreiche Teilnahmen bei Herzoman, Ironman und vielen anderen Läufen zurück.

*Petra Sticker has been following her great passion, the triathlon, since 1993 – and looks back at participation in the Herzoman, Ironman and many other races as well.*

Auszug aus „Geschichten aus Herzogenaurach“

Anzeige

Anzeige

# Die Welt steht immer noch Kopf...

Die Turnerinnen der Turnerschaft TS Herzogenaurach versuchen diese schwere und trübe Zeit durch verschiedene Aktionen und Challenges bunter zu gestalten. Fast schon wöchentlich rufen wir unsere Turnerinnen auf, an den verschiedenen Aktionen teilzunehmen und diese per Foto zu dokumentieren. Zu Weihnachten gab es einen digitalen Adventskalender, bei dem wir täglich eine unserer Turnerinnen oder TrainerInnen vorgestellt haben. Neujahr haben wir dann zum Sprung ins neue Jahr aufgerufen: Entsprechend einer Tradition aus Dänemark, bei der es Brauch ist, um Punkt Mitternacht von einem Stuhl oder Tisch ins neue Jahr zu springen sind auch unsere Turnerinnen ins neue Jahr gesprungen. Als nächstes folgte dann wieder eine neue Challenge. Wir haben zum Kopf- bzw. Handstand aufgerufen und viele tolle Bilder erhalten, und konnten sehen, wo die Turnerinnen der TSH überall Handstände machen... In der Schwebestütz Challenge sind dann die kleinen gegen die großen Turnerinnen angetreten. (Das ist eine Übung, bei der der Körper, nur auf die Arme gestützt, freischwebt und die Beine nach vorn oder aufwärtsgestreckt sind.) Jeder hat sein Bestes gegeben und mit seiner Zeit zu dem Wettkampf beigetragen. Die Sieger waren übrigens unsere KLEINEN Turnerinnen! Hut ab! Die nächste spannende Aufgabe war die Türrahmen-Challenge. In der aktuellen Zeit ist uns der Rahmen für das was wir tun leider sehr vorgegeben, Abstand halten, Kontakte beschränken usw. Doch in diesem Rahmen können wir uns so bewegen wie wir wollen! Und das haben unsere Turnerinnen getan und uns mit vielen tollen Ergebnissen begeistert. Der Spagat ist ein wichtiges Element beim Turnen! Wir haben unsere Turnerinnen aufgefordert Ihr Können zu zeigen! Daraus haben wir dann unsere längste „Schlange“ gebastelt und gezeigt: Turnen geht immer! Wir sind begeistert von der regen Teilnahme unserer Turnerinnen, Trainern und Eltern an den verschiedenen Aktionen. Und ihr könnt darauf gespannt sein, was wir uns noch alles einfallen lassen. Besucht uns doch auch mal auf den Sozialen Medien um unsere Ergebnisse zu bewundern. Wir würden uns freuen!

Web: www.tsherzogenaurach.de
Facebook: @TS Herzogenaurach Turnen
Instagram: @tsherzogenaurach_turnerinnen

*Text und kreative Ideen:*
*Tine Endlich, Annette & Toni Wurzschmitt*

Die Türrahmen Challenge
TURNERSCHAFT
18 TS 61
HERZOGENAURACH

Liebe
UND
ZU
deinem
60.
GEBURTSTAG
BLEIB
SO
WIE
DU
gesund
musikalisch
&
wir
hoffen
dass
bold
wieder
in
der
TSH
und
bei
sehen
KÖNNEN
TRAINER
UND

# Die Volleyballabteilung der TSH meldet sich zurück!

Obwohl zurzeit kein Trainingsbetrieb stattfinden kann, haben die fleißigen Sportler ihre Zeit sinnvoll genutzt. Unter dem Motto „Lass´dir einen Schnurrbart wachsen“ setzte sich unser Herrenteam im sogenannten „Movember“ (Moustache & Novemer) für Männergesundheit ein. Dadurch wurden Spenden gesammelt und das Bewusstsein für dieses wichtige Thema gesteigert. Für diesen tollen Einsatz, inklusive dem Anblick eurer wärmenden Gesichtsbehaarung im kalten November, sind wir euch sehr dankbar! Respekt dafür!

Wegen Corona konnte leider im Dezember unsere heiß geliebte Weihnachtsfeier nicht wie gewohnt stattfinden. Das Damenteam wollte darauf jedoch auch dieses Jahr nicht verzichten und entschloss sich diese einfach online abzuhalten. Es wurde gewichtelt, Glühwein getrunken und Plätzchen gegessen. Auch wenn das natürlich das persönliche Beisammensein nicht ersetzen konnte, wurde so das Jahr zumindest gemeinsam abgeschlossen.

Am 26. Januar wurde nun außerdem die Spiel-Saison 2020/2021 offiziell durch den BVV beendet. Somit bleiben sowohl die Damen als auch die Herren weiterhin in ihren bisherigen Ligen und hoffen auf das Stattfinden der kommenden Saison. Zwar hatten wir uns alle schon auf diese traurige Nachricht eingestellt, trotzdem bleibt der bittere Beigeschmack, denn beide Teams waren für diese Saison sehr stark aufgestellt. Vor allem das Damenteam hatte sich nach der enttäuschenden Absage der Relegation in die Bezirksklasse letztes Jahr den direkten Aufstieg zum Ziel gemacht.

Natürlich haben wir auch in den vergangenen Monaten ohne Volleyball versucht, uns so gut wie möglich fit zu halten. Der innere Drang bald wieder in der Halle stehen zu können, schlummert aber weiterhin tief in uns allen. Wie aber wurde die Zeit ohne wöchentliches Training am besten genutzt? Wir haben da mal nachgefragt…

**1. Wie haltet ihr euch eigentlich im Lockdown fit?**

**Damen:** Wir sind oft an der frischen Luft unterwegs, z.B. zum Joggen oder aber sogar zum Langlaufen! Viele von uns haben auch Yoga für sich entdeckt, für innere Stärke, Balance und auch für den Geist tut das sehr gut! Es gibt da auch eine Challenge …

**Herren:** Challenge?! Da sind wir sofort dabei! Wir veranstalten oft Challenges im Team oder auch innerhalb der Familie. Wer schafft z.B. die meisten Liegestütze innerhalb einer Stunde? An der unangefochtenen Spitze steht weiterhin Micha mit 716 (!), das toppt keiner!

**Damen:** Wir dachten da eher an die 30 Tage Yoga

Challenge oder die harten Workouts von Pamela Reif. Dabei kommen wir alle ziemlich ins Schwitzen, Muskelkater inklusive. Einige der Mädels sind jetzt auch dem Hula-Hoop-Trend verfallen.
**Herren:** Und natürlich laufen oder Krafttraining zu Hause. Manche von uns boxen sogar!
**2. Was vermisst ihr am meisten am Volleyballtraining?**
**Damen und Herren:** Das ist einfach und das sehen wir alle so: die Gemeinschaft, zusammen Spaß zu haben und einfach im Team eine tolle Zeit zu verbringen!
**Jaci:** Nicht zu vergessen das Getratsche mit den Mädels und den darauffolgenden bösen Blick des Trainers. Ja, sogar das vermisse ich!
**3. Was würdet ihr als erstes tun wenn ihr das erste mal wieder zum Volleyballtraining dürft?**
**Damen:** Ausrasten!! Den Hallenboden küssen, die Bälle küssen und dann erstmal aufwärmen…
**Herren:** …um danach so lange wie möglich zu spielen!
**4. Wer/Was ist eure größte Motivation, euch während dem Lockdown fit zu halten?**
**Damen:** Sport ist ein wichtiger Ausgleich nach 8h vor dem Schreibtisch. Und die Aussicht darauf, dass wir uns alle bald wieder sehen werden und es weiter geht, das motiviert uns!
**Herren:** Das ist wahr! Außerdem möchten viele von uns ein gutes Vorbild für unsere Kinder sein.
Die vergangenen Monate waren auch für die Volleyballer der TSH ohne das Training nur schwer zu verkraften. Aber wir bleiben stark und fiebern nun der hoffentlich baldigen Öffnung unseres Beachvolleyballfeldes entgegen, um uns für die kommende Saison vorzubereiten! Wir können es kaum erwarten. Bis dahin, bleibt gesund und hoffentlich bis bald!

*Die Volleyballer der TSH*

Anzeige

Tanja Klaiber-Müller

Gartenpflege und -gestaltung

Damaschkestraße 16
91074 Herzogenaurach
Tel.: 09132-737784
Fax: 09132-737785

Beratung – Planung
-Ausführung

Der Service rund um
Ihren Garten

- Anlage von Wegen und Terrassen
- Gehölz- und Staudenpflanzungen
- Anlage von Teichen und Bachläufen
- Strauch-, Baum- und Obstbaumschnitt
- Pflege von Hausgärten

Anzeige

Herzobus
Stadtverkehr Herzogenaurach

Herzobus -
günstig und sorgenfrei unterwegs

# Sportgruppen unserer Abteilung Gesund und Fit

| Sportgruppe | ÜL | Ort | Tag | Uhrzeit | Beitrag HJ € |
|---|---|---|---|---|---|
| **Klassische Gymnastik** | | | | | |
| Basic Gymnastik | Lissy Kochmann | TS - Saal | Montag | 18.20-19.00 | 6,00 |
| Frauengymnastik | B. Lindauer | TS - Saal | Montag | 19.00-20.00 | 6,00 |
| Funktionelle Gymn. 1 | Peter Müller | CP - Schule | Dienstag | 18.45-20.15 | 15,00 |
| Funktionelle Gymn. 2 | Peter Müller | TS - Saal | Freitag | 17.15-18.30 | 15,00 |
| Seniorensport | Gerhard Heyder | TS - Saal | Mittwoch | 14.45-15.45 | 18,00 |
| Wirbelsäuengymnastik 1 | Inge Jaremenko | TS - Saal | Mittwoch | 9.00-10.00 | 45,00 |
| Wirbelsäuengymnastik 2 | Inge Jaremenko | TS - Saal | Mittwoch | 10.00-11.00 | 45,00 |
| Wirbelsäuengymnastik 3 | Inge Jaremenko | TS - Saal | Mittwoch | 18.00-19.00 | 45,00 |
| **Asiatische Sportarten** | | | | | |
| Hatha Yoga 1 | Melanie Brunner | TS - Jgd Raum | Montag | 9.30-10.30 | 60,00 |
| Hatha Yoga 2 | Melanie Brunner | TS - Jgd Raum | Montag | 10.30-11.30 | 60,00 |
| Ninjutsu Erw. | Jose Cazon | TS - Jgd Raum | Montag | 19.20-21.20 | |
| Ninjutsu Jgdl. | Jose Cazon | TS - Jgd Raum | Montag | 17.00-18.15 | 20,00 |
| Tai Chi | Annemarie Eissrich-Dannhäuser | TS - Jgd Raum | Dienstag | 18.15-19.15 | 20,00 |
| Teakwondo | Manfred Armborst | TS - Jgd Raum | Dienstag | 17.00-18.00 | |
| Teakwondo | Manfred Armborst | TS - Jgd Raum | Donnerstag | 17.00-18.00 | |
| **Krafttraining Kraftraum derzeit keine Gruppen möglich!** | | | | | |
| Fitnesstraining Damen 1 | Peter Müller | TS - Kraftraum | Montag | 20.45-21.45 | |
| Fitnesstraining Damen 2 | Peter Müller | TS - Kraftraum | Donnerstag | 9.00-10.00 | |
| Muskelaufbautraining | Peter Müller | TS - Kraftraum | Donnerstag | 20.45-21.45 | |
| Skigymnastik | Mike Simon | TS - Kraftraum | Donnerstag | 18.00-19.00 | |
| **Dehnung und Faszien** | | | | | |
| Faszien Fitness | Anca Ott | TS - Jgd Raum | Dienstag | 8.45-10.00 | 2 x 80,00 |
| Pilates 1 | Emilie Daut-Leroy | TS - Jgd Raum | Mittwoch | 19.15-20.15 | 60,00 |
| Pilates 2 | Emilie Daut-Leroy | TS - Jgd Raum | Donnerstag | 9.00-10.00 | 60,00 |
| Stretching u. Faszien | Peter Müller | TS - Saal | Mittwoch | 20.00-21.00 | 45,00 |
| **Rhythmus u. Tanz** | | | | | |
| Aerobic Step | U. Paulick'/ K. Eberlein | TS - Saal | Montag | 20.00-21.30 | 12,00 |
| Bauchtanz | Sigird Paulus | TS - Jgd Raum | Donnerstag | 20.15-21.45 | 6,00 |
| Softaerobic | Sigird Paulus | TS - Jgd Raum | Mittwoch | 20.15-21.30 | 6,00 |

vorbehaltlich behördlicher Freigabe!

| Prävention | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| Gymnastik fürs Herz | Peter Müller | TS - Saal | Mittwoch | 18.45-20.00 | 15,00 |
| Präventionsgymnastik | Gerhard Heyder | TS - Saal | Montag | 16.00-17.00 | 31,50 |
| **Anderes** | | | | | |
| Hobby Fußball | Roland Hildebrand | TS - Platz | Dienstag | 20.00-21.45 | |
| Hobby Fußball | Roland Hildebrand | TS - Platz | Freitag | 18.30-20.00 | |
| Hobby Fußball | Roland Hildebrand | TS - Platz | Sonntag | 10.00-12.00 | |
| Ski u. Fitness | Mike Simon | Mittelschule | Montag | 18.45-20.15 | |
| Sportabzeichen | Josef Weisser | TS - Platz | Dienstag | ab 17.30 | |

Der Beitrag, für die jeweilige Sportgruppe wird mit dem TSH-Vereinsbeitrag, im März und September, per SEPA-Lastschrift erhoben. Die Beitragspflicht beginnt, bei Neu-Mitgliedern; im Eintrittsmonat und wird anteilig nach Kalendermonaten fällig.
Der Austritt aus der Sportgruppe ist mit einer schriftlichen Kündigung (E-Mail ist möglich) zum 30.06. oder 31.12. des Jahres möglich. Dabei ist eine Kündigungsfrist von 4 Wochen einzuhalten. (Posteingang 31.05. oder 30.11. des lfd. Jahres). Ein Kündigung der Abteilung Gesund und Fit bzw. deren Sportgruppe beinhaltet nicht den Austritt aus dem Gesamtverein „TSH“.

Anzeige

Anzeige

Anzeige

# Sportprogramm Stand Oktober 2020

Turnerschaft Herzogenaurach 1861 e. V. Für Mitglieder (während der Schulzeit)
Abteilungsbeitrag mit * gekennzeichnet

## BASKETBALL*

**U 10 m/w**
Dienstag 17.15-18.35 Gymnasium
Freitag 16.00-17.30 Realschule

**U 12 m/w**
Dienstag 17.15-18.45 Gymnasium
Donnerstag 17.30-19.00 Realschule

**U14w**
Montag 15.30-17.00 Gymnasium
Donnerstag 17.15-18.45 Gymnasium

**U16w+U18w**
Dienstag 17.15-18.45 Gymnasium
Freitag 14.00-15.30 Realschule

**Damen2**
Mittwoch 20.00-21.30 Berufsschule

**U14m**
Dienstag 18.45-20.15 Gymnasium
Mittwoch 15.30-17.00 Gymnasium

**U16m**
Montag 15.30-17.00 Gymnasium
Donnerstag 17.15-18.45 Gymnasium

**H2+U18m**
Dienstag 20.15-21.45 Mittelschule
Donnerstag 18.45-20.15 Gymnasium

**Damen1**
Montag 19.00-20.30 Gymnasium
Donnerstag 18.45-20.15 Gymnasium

**Herren 1**
Dienstag 18.45-21.15 CPS neu
Donnerstag 19.45-22.15 Gymnasium

**Ü30mix**
Dienstag 20.15-21.45 Gymnasium

**Freizeitteam**
Dienstag 18.45-20.15 Carl-Platz-Schule

## HANDBALL*

**Minis m/w ab 6 J. (F.Lindauer)**
Donnerstag 17.00-18.30 Berufsschule

**E-Jugend m/w Jg. 08/09 (M.Orend, O.Wagner)**
Donnerstag 17.15-18.45 CPS

**D-Jugend männl. Jg. 07/08 (J.Bellmann)**
Mittwoch 17.15-18.45 Mittelschule
Freitag 17.15-18.45 Mittelschule

**C-Jugend weibl Jg. 05/06 (D. Laven)**
Montag 17.30-19.00 KCH Halle
Mittwoch 17.15-18.45 Mittelschule

**C-Jugend männl. Jg 05/06 (A.Hermannstädter)**
Montag 18.45-20.15 Gymnasium
Freitag 18.45-20.15 Mittelschule

**B-Jugend weibl. Jg 03/04 (M. Schneider)**
Montag 17.15-18.45 Mittelschule
Freitag 17.30-19.00 KCH Halle

**B-Jugend männl. Jg 03/04 (A.Frank, M.Schuler)**
Montag 17.15-18.45 Mittelschule
Mittwoch 17.15-18.45 Gymnasium

**A-Jugend weibl. Jg 01/02 (S. Markus)**
Montag 18.45-20.15 Gymnasium
Mittwoch 17.15-18.45 Gymnasium

**Damen I (A. Ottlo)**
Montag 20.15-21.45 Gymnasium
Mittwoch 18.45-20.15 Gymnasium
Freitag 17.15-18.45 Gymnasium

**Damen II (E. Ehrich)**
Montag 20.15-21.45 Gymnasium
Mittwoch 20.15-21.45 Gymnasium

**Herren I (I.Kundmüller, N.Münch)**
Montag 20.15-21.45 Mittelschule
Mittwoch 18.45-20.15 Mittelschule

**Herren II+III (H. Oczko-Theiss,R. Ozanic)**
Mittwoch 20.15-21.45 Mittelschule
Freitag 20.15-21.45 Mittelschule

**Männer AH (M.Reichelsdorfer)**
Dienstag 20.15-21.45 CPS neu

## LAUFSPORT (Hans-Peter Schneider)

Dienstag 18.30 Uhr ab TS-Platz
Donnerstag 18.30 Uhr ab TS-Platz
Samstag 14.00 Uhr ab TS-Platz
Sonntag 8.00 Gr1 TS-Platz
9.00 Gr2 TS-Platz

**Wettkampfgruppe-Training**
Di. & Do. 17.30 TS-Platz
Samstag 14.00 TS-Platz

**Nordic Walking (C.Spitzer)**
Di. & Do. ab 8.15 & 18.30 TS Parkplatz

## LEICHTATHLETIK

**Sommersaison auf dem TS-Platz**
U8 ab 5J (Isolde Hildel, Sabine Struß)
Donnerstag 17.30-18.30 Mittelschule

**U 10 (Andrea Kainbacher)**
Dienstag 17.00-18.30 Förderzentrum
Donnerstag 17.15-18.45 Mittelschule

**U12 (Stefanie Santjer, Sonja Schmalenberg)**
Montag 17.00-18.30 Gymnasium
Donnerstag 18.45-20.15 CPS

**U14 (Andrea Reppich-Schmidt) ab Nov.**
Montag 17.00-18.45 Gymnasium
Donnerstag 18.45-20.15 Mittelschule

**U16 (Florian Perwitzschky)**
Dienstag 20.15-21.45 CPS
Freitag 17.00-18.30 Berufsschule

**U18 - U20 - Erwachsene - Leistungsgruppe (Peter Müller)**
Montag 18.45-20.30 Mittelschule
Dienstag 17.00-18.45 CPS Neue Halle
Mittwoch 17.00-20.00 Kraftraum
Donnerstag 18.45-20.30 Gymnasium
Freitag 15.00-17.00 Gymnasium

**Freizeitgruppe alle Altersstufen (Jörg Hofmann)**
Dienstag 18.45-20.15 TS-Platz
Donnerstag 18.45-20.15 TS-Platz

**Trainingsgruppe Jedermann/-frau 10Kampf (Berthold Gronau)** Sommersaison
Mittwoch 18.30-20.30 TS-Platz

## REHASPORT* (Geschäftsstelle Tel. 1054)

**Herzgruppen (mit ärztl. Aufsicht)**
Mittwoch 17.30-18.30 Kirch/Herzog im
Mittwoch 18.45-19.45 Wechsel

## TISCHTENNIS* (Christian Hoschek)

**Herren III/IV (T. Goldfuß, C. Frenzel)**
Montag 17.15-19.00 Realschule (RS)

**TT-Senioren**
Dienstag 09.00-11.00 TS-Saal

**Allg.Training/Herren II (M.Knebel)**
Dienstag 19.00-22.00 TS-Saal

**Allg. Training/Damen I (C. Ding)**
Donnerstag 19.30-22.00 TS-Saal

**Jugend m (R.Kluy, C.Frenzel, M.Künzl, A.Theiss)**
Freitag 17.15-18.30 Mittelschule

**Jugend w (R.Kluy, C.Frenzel, M.Künzl, A.Theiss)**
Freitag 17.15-18.30 Mittelschule

**Allg.Training/Herren I (C.Hoschek)**
Freitag 18.30-22.00 TS-Saal

## TRIATHLON* (Petra Sticker)

Infos auf der Homepage: Laufen, Radtraining und Schwimmtraining saisonal und individuell

## TURNEN*

**Eltern-Kind-Turnen ab 2 Jahre (Christa Spitzer, Brigitte und Fritz Lindauer)**
Donnerstag 15.00-16.15 MZH Niederndorf

**Kleinkinderturnen 4-5 J. (Lissy Kochmann, Ulrike Schlich)**
Mittwoch 16.15-17:15 CarlPlatzSchule

**Kinderturnen 5-6 Jahre (Lissy Kochmann)**
Montag 17.00-18.00 CarlPlatzSchule

**Mädchen 7-10 Jahre (Florian Perwitzschky)**
Dienstag 16.00-17.00 FörderzentrumH'aurach

**Leistungsturnen w* (Auswahl) (Peter Müller)**
**Details s. Web: www.tsherzogenaurach.de**
**(ab 5 J.) (Peter Müller und LTU-Team)**
Montag 15.25-18.45 Gymnasium 1
Mittwoch 15.30-17.15 Gymnasium 1
Donnerstag 16.25-18.45 Gymnasium 1
Freitag 15.00-17.00

## VOLLEYBALL

**Kinder- und Jugendtraining**
Dienstag 17.15-18.45 Mittelschule II
Donnerstag 17.15-18.45 Mittelschule II

**Damen Kreisliga (Simon Mersmann)**
Dienstag 18.45-20.15 Mittelschule II
Donnerstag 18.45-20.15 Mittelschule II

**Frauen/Männer (Daniel Schroll)**
Donnerstag 20.15-21.45 Mittelschule II

**Senior/Innen (Josef Weisser)**
Donnerstag 20.15-21.45 Mittelschule II

## GESUND UND FIT

Sollten sie ihre Sportgruppe hier nicht finden informieren sie sich über unsere neue Abteilung

## Adressen für Hallen und Verein:

Berufsschule: Friedrich-Weiler-Platz 2
CPS: Carl-Platz-Schule, Edergasse 17
Förderzentrum H'aurach: Burgstaller Weg18
Gymnasium: Burgstaller Weg 20
MZH Niederndorf: Schulstr. 19
Mittelschule: Burgstaller Weg 16
Realschule: Burgstaller Weg 3
TSH/TS-Platz: Adalbert-Stifter-Str. 50

Anzeige

Wir führen ein umfangreiches Sortiment für Sportler:

• isotonische Durstlöscher • Energie-Riegel
• Massage-Produkte • Bandagen in allen Formen und Farben und auch nach Maß.

*. . . damit Ihnen Ihr Sport auch weiterhin viel Spaß macht!*

PS: Kostenlose Kundenparkplätze im Hof!

STADT APOTHEKE
APOTHEKER STEPHAN WIRTH

Anzeige

sparkasse-erlangen.de/giro

**Weil wir für jeden Kunden genau das richtige Girokonto haben!**

direkt GIRO: Ideal für Kunden, die ihr Girokonto online oder via App führen möchten.

classic GIRO: Orientiert sich vollständig an Ihren Bedürfnissen.

mein GIRO: Verzinstes Girokonto für Kinder und junge Leute bis 27 Jahre[1].

Mit der Sparkassen-Card überall bequem bezahlen und an rund 23.500 Sparkassen-Geldautomaten in Deutschland und vielen weiteren Geldautomaten weltweit Geld abheben.

[1] Kostenlos bis zum 18. Geburtstag bzw. für Schüler, Auszubildende und Studierende bis max. zum 27. Geburtstag. Zinsen bis 2.500 € Guthaben, Zinssatz freibleibend. Stand 08/2020

Stadt- und Kreissparkasse
Erlangen Höchstadt Herzogenaurach

# Inhaltsverzeichnis


| | |
|---|---|
| 2 | Impressum |
| 3 | Vorwort des Vorstandes Gerd Ankermann |
| 4 | Neue Mitglieder, Trauer und Geburtstage |
| 5 | Einführung von Mitgliedsausweisen für alle TSH Mitglieder |
| 6 | 160 Jahre Turnerschaft 1861 |
| 7 | Movember |
| 8-11 | 160 Jahre TSH – HERZOGENAURACH |
| 12-13 | TSH Interview |
| 14-15 | Handball |
| 16-17 | Laufsport |
| 18-19 | Triathlon |
| 20-21 | Turnen |
| 22-24 | Volleyball |
| 25-26 | Gesund und Fit |
| 27 | Sportprogramm |