

Sehr geehrte Damen und Herren,

anbei finden Sie die neueste Ausgabe unseres Newsletters mit zeitnahen Berichten aus dem Vereinsleben. Unseren Newsletter finden Sie auch unter

[https://www.tvmuellheim.de/fileadmin/newsletter\\_pdf/TVM\\_Aktuell\\_Mai2023.docx.pdf](https://www.tvmuellheim.de/fileadmin/newsletter_pdf/TVM_Aktuell_Mai2023.docx.pdf)

## Aus dem Vereinsleben

### Endlich wieder - Vereinsmeisterschaften Turnen 2023

Nach 4-jähriger coronabedingter Pause fanden am 07. Mai 2023 wieder die Vereinsmeisterschaften im Turnen in der Heinz-Renkert Turnhalle statt. Das Angebot wurde vor allem von der weiblichen Abteilung sehr gut angenommen, so dass insgesamt ca. 40 TeilnehmerInnen an den Start gingen.

Für viele war es der erste Wettkampf. Dementsprechend groß war die Aufregung der TurnerInnen, vor Publikum ihr Können zeigen zu dürfen. Geturnt wurde jeweils ein Vierkampf an den Geräten Sprung, Reck, Barren/Balken und Boden. Die gezeigten Übungen wurden mit viel Applaus belohnt.

Vereinsmeisterin wurde Lena Dörflinger mit 68,85 Punkten, Vereinsmeister Viktor Bazsantik mit 52,40 Punkten. Punktsiegerin (für die am saubersten geturnten Übungen) mit 93,94% Lisa Bürgelin.

Herzlichen Glückwunsch auch an alle Gruppensieger:

Elisabeth Widmann (Jahrgang 2013), Friederike Lindstedt (Jahrgang 2010-2012), Julia Sternberg (WK-Gruppe, Jahrgang 2014/2015), Jimena Madrigal Treichel (WK-Gruppe, Jahrgang 2012/2013), Lotta Mihatsch (WK-Gruppe: Jahrgang 2010), Johanna Waiblinger (WK-Gruppe, Jahrgang 2007), Lena Dörflinger (WK-Gruppe, offene Klasse)

Peter Eyhorn (Jahrgang 2015/2016), Leon Wiedle (Jahrgang 2013), Viktor Bazsantik (Jahrgang 2009-2011)



## **Panoramalauf vom 22.04.2023 in Münstertal**

Am 22. April 2023 fand in Münstertal der Panoramalauf statt, bei dem auch Sportler aus dem TVM teilgenommen haben. Sie erzielten tolle Ergebnisse und können stolz auf ihre Leistungen sein.

Fanny Haase-Schröder beteiligte sich am Wettkampf. Tilda Ehret wurde in ihrer Altersklasse 5. und das ohne vorheriges Lauftraining! Drei Jungen aus der U10 - U12 Kategorie liefen alle unter 5 Minuten und sind damit im oberen Mittelfeld gelandet. Aaron Joos belegte in seiner Altersklasse den ersten Platz, Paul Wenige den zweiten Platz.

Als eine der jüngsten Starterinnen hat Pénélope Car in ihrer Altersklasse einen fantastischen 4. Platz erreicht.

Wir gratulieren allen Sportlerinnen und Sportlern herzlich zu ihrer erfolgreichen Teilnahme.



## **Turnerjugend Bestenkämpfe Geräteturnen in Whyll 2023**

Anfang März fanden in Whyll am Kaiserstuhl wieder die diesjährigen Gau- bzw. Bezirksmannschaftswettkämpfe statt. Drei Mannschaften aus dem Turnverein Müllheim gingen an den Start - für die ein oder andere war dies der erste Wettkampf.





In der ersten Mannschaft (Jahrgang 2013/2012) wurden Sara Huber, Victoria Bogisch, Sophie Zimmermann, Madlena Eckle und Jimena Madrigal-Treichel auf dem 3. Platz mit der Bronze-Medaille von insgesamt 9 Mannschaften belohnt.

2010 war ein sehr starker Jahrgang im Bereich Bezirkswettkampf. Hierbei sammelten Emely Behringer, Lotta Mihatsch, Franka Barthelmeh, Lena Fischer und Emilie Marchand wertvolle Erfahrungen und belegten einen beachtlichen 12. Platz.

Die dritte Mannschaft (offene Klasse) mit Maja Ausperger, Letizia Vieira, Lisa Bürgelin, Johanna Waiblinger und Lena Dörflinger erturnten sich mit stolzen 193,700 Punkten den 2. Platz und konnten sich somit für den Bezirksentscheid in Muggensturm qualifizieren.

Beim Bezirksentscheid Anfang April kam es zu einem sehr spannenden Wettkampf in der offenen Klasse. Hier verpasste die Mannschaft des TV Müllheim mit einem 3. Platz äußerst knapp die Chance beim Landesfinale zu Turnen



## **ÜbungsleiterIn in der Abteilung Turnen gesucht - Verstärkung für Wettkampfgruppe**

Wir suchen als Verstärkung für unser Wettkampf-Team (P-Übungen, ggf. Kür) im weiblichen Turnen einen Übungsleiter (m,w,d). Eine Übungsleiterausbildung ist hier wünschenswert, aber nicht zwingend erforderlich.

Wenn du also Lust hast ein junges Team zu unterstützen, Freude am Turnen hast, evtl. vielleicht sogar selbst einmal geturnt hast und es dir Spaß macht, mit jungen Menschen Erfolge zu erzielen, dann melde dich bei uns. Wir sind ein moderner Verein und bieten ein offenes, motiviertes Team, moderne Geräte und eine Vergütung im Rahmen des steuerfreien Aufwandsersatzes für jede angeleitete Stunde. Gerne unterstützen wir dich hinsichtlich Aus- und Fortbildung durch Übernahme der Kosten und stehen immer mit

Rat und Tat zur Seite.

Bei Interesse meldet euch in der Geschäftsstelle des TV Müllheim bei Frau Grimm während der Geschäftszeiten telefonisch unter 07631/8630 oder per Mail unter [info@tvmuellheim.de](mailto:info@tvmuellheim.de).

## **Vereinsmeisterschaften Abteilung Leichtathletik geplant**

Am 01 Juli 2023 sollen ab 09:45 Uhr die Vereinsmeisterschaften in der Abteilung Leichtathletik des TV Müllheim im Eichwaldstadion Müllheim stattfinden. Treffpunkt zum Aufwärmen wird um 09:30 Uhr sein. Eine Teilnahme ist bis Jahrgang 2002 möglich; die Disziplinen sind Sprint, Weitsprung, Wurf bzw. Kugel (ab Jahrgang 2008/2009).

Es soll auch dieses Mal wieder ein kleines Angebot an Getränken und Speisen geben, daher freuen wir uns über zahlreiche Essensspenden für das Buffet (Fingerfood, gerne was Deftiges oder Kuchen usw.).

Die Anmeldungen erfolgen bitte über unsere Homepage. Die Freischaltung hierzu erfolgt rechtzeitig und wird in den Gruppen bekannt gegeben.

Bitte um Beachtung:

Da im Eichwaldstadion zur Zeit Sanierungsmaßnahmen stattfinden und wir auf entsprechende Freigabe seitens der Stadtverwaltung warten müssen, sind die Vereinsmeisterschaften derzeit lediglich in Planung! Ggf. ist eine Absage möglich!

## **Unsere Kursangebote für das Jahr 2023**

- Detaillierte Kursbeschreibungen unter [www.tvmuellheim.de](http://www.tvmuellheim.de)
- Anmeldung und Info unter [info@tvmuellheim.de](mailto:info@tvmuellheim.de) oder Tel. 07631 /8630
- Alle Kurse haben begrenzte Teilnehmerzahlen. Der Einstieg zu angepasstem Preis nach Beginn ist teilweise möglich.
- Bei ausgebuchten Kursen führen wir eine Warteliste.

### **Gymnastik nach der Schwangerschaft**

Kursbeginn: **Mittwoch, 14. Juni 2023**, Ort: Gymnastikraum UG, Goethestraße 16

Kursdauer: 11.00 - 12.00 Uhr, 8 x

Kursgebühr: 72 Euro Nichtmitglieder / 64 Euro Mitglieder des TV Müllheim

Leitung: Elena Schröder (Physiotherapeutin)

Maximale Teilnehmerzahl: 5 Personen

Nach der Schwangerschaft und der Geburt wurden deine Muskeln und dein Gewebe stark beansprucht, besonders der Beckenboden und die Bauchmuskulatur.

In dem Kurs werden wir mit gezielten Übungen die Muskulatur wieder aufbauen und stabilisieren.

Mit dem Kurs beginnen darfst du ca. ab der 6.-8. Woche nach der Entbindung (bei Spontangeburt) oder ab der 8.-12. Woche (bei Kaiserschnitt), je nach Rücksprache mit deiner Hebamme.

Die kleinen Wunder sind natürlich auch herzlich Willkommen!

### **Yoga - Leichten Schrittes mit Yoga ins neue Jahr 1 Platz frei - Einstieg noch möglich**

Kursbeginn: **Dienstag, 09. Mai 2023**, Ort: Gymnastikraum UG, Goethestraße 16

Kursdauer: 19.30 - 20.30 Uhr, 8 x

Kursgebühr: 72 Euro Nichtmitglieder / 60 Euro Mitglieder des TV Müllheim

Leitung: Ilona Weisser

Maximale Teilnehmerzahl: 9 Personen

Stilrichtung: Hatha Yoga, sanft

Yoga bietet eine Vielfalt an Möglichkeiten, die Gesundheit und das Lebensgefühl zu verbessern und Ausgleich zu schaffen in einem von Hektik und Reizüberflutung geprägten Alltag. Mit sanften körperlichen Übungen des Hatha Yoga soll die Muskelkraft verbessert, das Gleichgewicht trainiert, die Flexibilität geschult und die Durchblutung gefördert werden. Meditations- und Atemübungen sorgen für Entspannung und mobilisieren neue Energie in uns.

## Sport in der Krebsnachsorge

Kursbeginn: **immer montags, fortlaufender Kurs**, Ort: Gymnastikraum UG, Goethestraße 16

Kursdauer: 9.30 - 10.30 Uhr und 10.45 - 11.45 Uhr

Kursgebühr: Abrechnung über Rezept bei Ihrer Krankenkasse oder 55 Euro/Zehnerkarte

Leitung: Monika Reich

Der Kurs ist zusätzlich zur medizinischen und krankengymnastischen Betreuung sowie zur Betreuung in den Selbsthilfegruppen gedacht.

Wir wollen mit Spiel, Gymnastik sowie Atem- und Entspannungsübungen und evtl. leichtem Ausdauertraining helfen, eingeschränkte Beweglichkeit und allgemeine Leistungsfähigkeit zu verbessern sowie Freude an der Bewegung zu entwickeln. Unsere speziell ausgebildete Übungsleiterin kennt Ihre Sorgen und Probleme und weiß auch, welche körperliche Belastung für Sie richtig ist und Ihnen Kraft, Beweglichkeit und Sicherheit bringt. Selbstverständlich ist sie der Schweigepflicht unterworfen. Wenn Sie Interesse haben, mit Gleichbetroffenen gemeinsam sich selbst und anderen zu mehr Lebensqualität zu verhelfen, laden wir Sie zu diesem Kurs ein. Da das Sportprogramm als Kurs angeboten wird, ist keine Vereinsmitgliedschaft erforderlich.

Alle Infos zu diesen und weiteren Sportangeboten findet ihr auch auf unserer Homepage unter [www.tvmuellheim.de/kursangebote](http://www.tvmuellheim.de/kursangebote).

Sportliche Grüße wünschen der Vorstand des TVM und

Nicole Kutschewski

**Geschäftsstelle Turnverein Müllheim 1863 e.V.**

Goethestr. 16

79379 Müllheim

Tel. 07631/8630

### **Geschäftszeiten:**

Mo. 15:00 - 17:00 Uhr

Di. 10:00 - 12:00 Uhr

Mi. 16:00 - 18:00 Uhr

Do. 10:00 - 12:00 Uhr

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

**[Bleiben Sie "up to date" mit unserer Vereinsapp](#)**

**[Diese finden Sie unter folgenden Links](#)**

I-Phone Nutzer unter

<https://apps.apple.com/gb/app/turnverein-m%C3%BCllheim/id1500869852>

Für Android Handys unter

[https://play.google.com/store/apps/details?id=de.appack.project.tv\\_muellheim](https://play.google.com/store/apps/details?id=de.appack.project.tv_muellheim)

Hier können Sie unseren Newsletter **abbestellen**: <https://www.tvmuellheim.de/newsletter>