MTV Mitteilung

Männerturnverein 1860 Erfurt e.V.

Nr. 3/2014 20. Jahrgang Preis: im Mitgliedsbeitrag enthalten

Nils Dunkel
bei den Olympischen Jugendspielen

MTV - Volleyballer
auch im Sommer aktiv

Happy Feet zum Tanzwettbewerb

Ob das mal gut geht, hoffen Anna, Siiri & Sophie beim Erfurter Turnpokal.

Gesundheitskurse

mit Qualitätssiegel

Kursgeldrückerstattung durch die Krankenkasse wieder möglich

Gesund und Fit ins Neue Jahr!

10 + 2x Nordic Walking

19.01. - 27.04.2015 — montags
17.00-18.00 Uhr — grüner Gürtel Erfurt / Rieth
Übungsleiterin Hannelore Becker

10 + 2x Die rote Karte für den Rücken

19.01. - 27.04.2015 — montags
10.45-11.45 Uhr — Rieth
Übungsleiterin Ines Hentschel

10 + 2x Aroha ein effektives und unkompliziertes Ganzkörpertraining

10.02. - 12.05.2015 — dienstags
10.45-11.45 Uhr — Rieth

12.02. - 07.05.2015 — donnerstags
18.00-19.00 Uhr — Im Gebreite/Nähe Messe, KIKA
Übungsleiterin Ines Hentschel

10 + 2x Wirbelsäulengymnastik

22.01. - 30.04.2015 — donnerstags
18.30-19.30 Uhr — Rieth
Übungsleiterin Doris Dunkel

50x Rehabilitationssport-Bewegung ist der beste Arzt

immer Dienstag und Freitag
09.30-10.30 Uhr — Übungsleiterin Ines Hentschel

immer Donnerstag
10.45-11.45 Uhr — Übungsleiterin Yvonne Jacobi

Die Grundpfeiler deiner Fitness in nur 10 Wochen stärken

Finanzierung von 2 Präventionskursen im Jahr lt. § 20 Abs. 1 SGB V durch Ihre Krankenkasse möglich.

Information, Beratung sowie Anmeldung

Geschäftsstelle des MTV (im Turnzentrum) Ines Hentschel
Mittelhäuser Straße 21 C / 99089 Erfurt Tel.: 0361 / 34 60 360

Heute vorgestellt:

Hallo, mein Name ist **Anke Bredy**.

Seit ca. 3 Jahren übe ich die Tätigkeit als Übungsleiterin in der Gymnastik beim MTV aus. Ich treibe viel Sport, z.B. Radfahren, Wandern, Skifahren und allgemeine Fitness.
Immer mittwochs 18.00 - 19.00 findet meine Sportstunde im Sportgymnasium statt. Es ist ein Mix aus Aerobic + Fitness. Diese Gruppe umfasst alle Altersgruppen. Mich freut es, dass auch viele junge Teilnehmerinnen zu mir finden und mit uns trainieren. Ich möchte mich bei meiner Sportgruppe für das Vertrauen und die Treue bedanken.

Bleibt fit + gesund
wir sehen uns mittwochs.

Hallo, ich heiße **Heike Bathe**, bin 47 Jahre alt und komme ursprünglich aus Halle an der Saale. Dort begann ich mit 6 Jahren mit dem Turnen. Mit 14 Jahren habe ich Kinder im Vorschulalter spielerisch auf das Turnen vorbereitet. Nach Studium, Berufsalltag und Umzug nach Erfurt sind meine turnerischen Aktivitäten leider eingeschlafen.
Später, bei der Suche nach einem Sportverein für meine damals 4-jährige Tochter, bin ich auf den MTV 1860 gestoßen. Als sich ihre Trainerin Claudia Stapp eine Auszeit vom Trainerdasein nahm, um ihre beruflichen Träume zu verwirklichen, sprang ich ein und übernahm das Training ihrer Turnmädchen. Ich war Übungsleiter beim Kinderturnen und unterstützte Robin Hentschel mit seinen Jungs. Seit September 2014 trainiere ich nun die kleinen Mädchen im Alter von vier bis sechs Jahren im Gerätturnen.

www.mtverfurt.de - mal wieder hineinschauen

Wer heute Informationen sucht, der „googelt“ im Internet und kommt dann schnell auf eine Homepage. Deshalb ist eine aktuelle, informative und optisch ansprechende Vereinshomepage auch für den MTV wichtig – zum einen, um den Mitgliedern notwendige Informationen zu geben, zum anderen, um bei interessierten Nicht-Mitgliedern zu werben.
Der Verein nutzt zur Erstellung der Homepage ein kostenloses Programm, deshalb sind dem Layout und dem grafischen Erscheinungsbild leider Grenzen gesetzt. Nichtsdestotrotz haben Markus Geidel und Birgit Schindler die Homepage aufgeräumt, neu geordnet, besser strukturiert. Übersichtlich sind nun alle Termine und Sportangebote aufgelistet.
Wir bemühen uns um eine deutlich aktuellere Berichterstattung der MTV-Aktivitäten. Auf der Startseite finden sich Berichte und Fotos von Wettkämpfen und Auszeichnungen sowie aktuelle Vereinsinformationen. Und hier sind wir auf die Mithilfe von Trainern und Sportlern angewiesen. Kleine Berichte und ein paar schöne Fotos hätten wir gern gleich nach einem Wettkampf oder einem Ausflug, um sie auf der Homepage zu veröffentlichen.

Fotos sind besonders wichtig, weil sie Aufmerksamkeit erregen und „meist mehr sagen, als 1000 Worte“.
Und wer den MTV erreichen will, findet auch ohne langes Suchen gleich auf der Startseite Telefonnummern, Bürozeiten und den nächsten Wettkampfhöhepunkt.

Alle möglichen Formulare – vom Aufnahmeantrag bis zum Zuschuss für Veranstaltungen, die elektronische Vereinszeitung zum Nachlesen und die statistischen Wettkampfergebnisse sind auf einen Blick unter „Downloads“ zu finden.
Was lange währt, wird (hoffentlich) gut. Die Porträtfotos der Übungsleiter und der von ihnen ausgefüllte Steckbrief werden zusammengeführt. In der Rubrik „Sportangebote“ sind die verschiedenen Übungsgruppen aufgeführt mit

erweiterten Informationen zu den Übungsleitern. Damit wollen wir vor allem für Außenstehende, die eine Sportgruppe suchen, Vorinformationen liefern und dokumentieren, dass der MTV Wert auf eine qualifizierte Ausbildung legt.

Rope Skipping

Zeit	Ort	Übungsleiter	Bemerkung
Dienstag	Grundschule 30	Marlies Dunkel	Fönes mit den Seil
20:00 - 21:30	Goethestr.		Erwachsene
Donnerstag	Grundschule 30	Lucia Rataj	ab 7 Jahre
16:00 - 17:30	Goethestr.	Marelke Petersen	
Donnerstag	Grundschule 30	Marlies Dunkel	ab 12 Jahre
17:30 - 19:00	Goethestr.		

Seit ein paar Monaten, aber auch im Zuge der Überarbeitung neu aufgenommen, wurde die Rubrik „Geschichte des Vereins“. Nach einem anstrengenden Training ist es sicher entspannend, mal nachzulesen, unter welchen Bedingungen unsere Vereinsvorfahren Sport trieben.

„Gefällt mir“ - MTV auch in Facebook

Seit kurzem ist der MTV auch in Facebook vertreten. Dabei geht es vor allem darum, den MTV allgemein bekannt zu machen. Ines Hentschel, Markus Geidel und Sina Wittenberg sind berechtigt, im Namen des MTV Administratorenrechte wahrzunehmen. Informationen, die über diesen Weg veröffentlicht werden sollen, müssen von den Administratoren eingestellt werden. Wir würden uns freuen, wenn möglichst viele die Einladung annehmen würden.

Zum Reinschauen:
https://www.facebook.com/mtv1860erfurt?fref=ts

Also – schaut mal wieder rein.
Zweckdienliche Hinweise, Verbesserungsvorschläge, Fotos, eigene Beiträge oder besondere Ereignisse bitte an:
geidel@mtverfurt.de

Birgit Schindler
Vorstandsmitglied

Übungsleiterin für die Sportgruppe am Mittwoch 18.30 - 20.00 Uhr in der Domsporthalle gesucht!

Da unsere Jessy Jantz aus beruflichen Gründen ihre Gruppe nicht weiter führen kann, suchen wir eine neue Übungsleiterin.

Infos über die Geschäftsstelle des MTV: Tel.: 0361-34 60 360

Einladung zur Dankeschön-Veranstaltung

Manchmal vergisst man im hektischen Alltag, wie viel unsere Freunde wert sein können. Was wahre Freunde für uns leisten, merken wir immer wieder dann, wenn wir sie dringend brauchen: Denn dann sind sie für uns da.

Grund genug, sich bei unseren Übungsleitern und Helfern zu bedanken.

Und ist das Wort auch klein, es sollte doch zu hören sein.
Denn wichtig ist an diesem Tag, dass ich dir herzlich „Danke!“ sag.
(Quelle: Spruch.com)

Der Vorstand möchte sich bei den Übungsleitern, Förderern und Sponsoren für das in diesem Jahr geleistete Engagement bedanken und lädt diese am 01.12.2014 ab 17.00 Uhr ein.

Achtung: neue Räumlichkeiten / Gemeindezentrum Sankt Severi auf dem Domberg (Glaskasten) Severihof 2

Eine namentliche Einladung erfolgt über die Geschäftsstelle.

Stiftung Thüringer Sporthilfe ehrte Markus Geidel

Im Rahmen der diesjährigen Trainerförderung zeichnete die Stiftung wiederum acht erfolgreiche Nachwuchstrainer, unter ihnen Markus Geidel, aus. Hier ein Auszug aus der Laudatio:

Das Turnen ist Markus Geidel schon in die Wiege gelegt worden. Bereits im Kindergartenalter fiel er durch seinen hohen Bewegungsdrang und sehr gute koordinativen Fähigkeiten auf. Seine sportliche Laufbahn führte ihn vom TV Gera an die Sportschule nach Jena und letztlich zum MTV 1860 Erfurt.

Bereits während seiner Zeit als aktiver Turner begann er im Jahr 2004, sich ehrenamtlich als Trainer zu engagieren. Schnell absolvierte er die Ausbildung zum Trainer C. In den Folgejahren erweiterte er sein Fachwissen in vielen Fortbildungen und schloss in diesem Jahr erfolgreich die Trainer A-Ausbildung ab. Neben seiner seit 2008 hauptamtlich ausgeführten Tätigkeit als Trainer gibt er sein Fachwissen gern in Aus- und Fortbildungslehrgängen im Thüringer Turnverband weiter.

Markus Geidel ist Trainer mit Leib und Seele. Mit hohem Engagement begleitet er seine Sportler oftmals über viele Jahre. Dabei ist er nicht nur Ansprechpartner in sportlichen Belangen. Er genießt bei seinen Aktiven großes Vertrauen und gibt ihnen gern auch Ratschläge außerhalb der Turnhalle.

An der Gründung der Turntalentschule „Mittelthüringen“ war Markus Geidel maßgeblich beteiligt. An der Entwicklung dieser zu einem verlässlichen Partner des Deutschen Turner-Bundes trägt er einen großen Anteil. Die hohe qualitative Ausbildung Erfurter Turner hat sich an vielen Bundestützpunkten herumgesprochen. Regelmäßig erfüllen seine Turner die schwierigen Anforderungen für eine Aufnahme an einen Bundesstützpunkt.

Höhepunkt in der bisherigen Trainerkarriere von Markus war die Betreuung von Nils Dunkel zu den Deutschen Jugendmeisterschaften 2011. Mit drei Gold- und einer Silbermedaille gelang seinem anvertrauten Schützling der sportliche Durchbruch. Mittlerweile ist Nils Dunkel der derzeit erfolgreichste Nachwuchsturner des Deutschen Turner-Bundes.

Mit hohem Engagement arbeitet Markus Geidel in seinem Trainerteam daran, dass auch künftig weitere Erfurter Turner nationale und internationale Erfolge erreichen.

Markus – wir bedanken uns bei dir für deine Arbeit und wünschen dir noch weiterhin viel Freude und Erfolg bei der Ausbildung junger Turner!

MTV ist Preisträger beim Kinder-und Jugendsportpreis 2014

Buenos dias Espaná venimos / Guten Tag Spanien wir kommen. So lautete unsere Begrüßung in diesem Jahr.

Fotos: Robert Johannsen

Beim Kinder- und Jugendsportpreis 2014 standen am 26.09.2014 sechs Kooperationen von Sportvereinen und Schulen im Rampenlicht der Bühne des Landesfunkhauses. Dieser Preis wurde vom Landessportbund und der AOK PLUS vergeben.

Partnerschaften zwischen Schulen und Thüringer Sportvereinen sind eine Bereicherung. Diese positiven Effekte zeigten die geehrten Projekte. Die Partnerschaften erhielten je 500 Euro. Schwerpunkt des zum sechsten Mal vergebenen Preises waren Angebote speziell für Mädchen.

So auch beim MTV 1860 Erfurt und der benachbarten Grundschule „Otto Lilienthal". Da tanzen die Mädchen um ihre Trainerin Ines Hentschel in einer eigens gegründeten Dance Academy sich jedes Jahr in eine andere Kultur- und Tanzwelt. „Nachdem wir im vergangenen Jahr im Orient tanzten - hat es uns in diesem Jahr nach Spanien gelockt."

„Es gibt Nachholbedarf wenn es um sportliche Angebote für Mädchen geht.", so LSB-Präsident Peter Gösel.

Die AOK PLUS setzt mit ihrer Unterstützung ein Zeichen für mehr Gesundheit durch Bewegung. Der AOK-Regionalgeschäftsführer Thomas Fabisch sagte im Vorfeld der Auszeichnungsveranstaltung im MDR Landesfunkhaus in Erfurt: „Mit der Frühförderung von Kindern

zu gesundheitsbewusstem Verhalten kann man gar nicht zeitig genug beginnen. Wir engagieren uns dafür, dass unsere Kinder gesund aufwachsen und nicht von Übergewicht und frühkindlichem Diabetes betroffen sind. Die Aktion setzt hier bereits an den Wurzeln an und motiviert zu einer gesunden, bewegungsreichen Lebensweise. Wir haben die Aktion in diesem Jahr sehr gern unterstützt, denn es ist eine Investition an der richtigen Stelle - in die Gesundheit und Zukunft unserer nächsten Generation."

Quelle: http://www.thueringen-sport.de/

Unser Verein wurde mit dem „Grünen Band“ ausgezeichnet

Förderprämie in Höhe von 5.000,00 € an die Abteilung Turnen übergeben

Szenenapplaus gab es für die Handstanddarbietung von Martin Lauterbach.

Die jahrelange gute Trainingsarbeit der Abteilung Turnen wurde vom DOSB und der Commerzbank mit der begehrten Auszeichnung „Grünes Bandes für vorbildliche Talentförderung im Verein“ 2014 ausgezeichnet. Die mit 5.000,00 € dotierte Förderprämie erhalten jährlich nur wenige Vereine. Für die Auszeichnung muss der Verein über mehrere Jahre hinweg kontinuierlich eine hervorragende Nachwuchsarbeit nachweisen. Mit den Erfolgen unserer Turn- Talentschule und den zahlreichen guten Ergebnissen in den weiteren Altersklassen wurde die Abteilung Turnen dieses Jahr vom Deutschen Turnerbund zur Auszeichnung vorgeschlagen und von der Jury des DOSB berücksichtigt.

In einer würdevollen Veranstaltung im Erfurter Palmenhaus erfolgte am 29.09.2014 die Ehrung. Die begehrten Trophäen wurden durch die beiden Botschafter des „Grünen Bandes“, Hochspringerin Ariane Friedrich und Hockey-Olympiasieger Moritz Fürste, überreicht. Unser Verein konnte sich mit einer kleinen Vorführung eindrucksvoll vorstellen und erhielt hierfür großartigen Applaus.

Fotos: Picture Alliance

Der Präsident des LSB Thüringen verbeugt sich symbolisch vor den Leistungen der jungen Turner

Fotos: DOSB

Der Erfolgsweg geht weiter

Deutsche Meisterschaften - Europameisterschaften - Olympische Jugendspiele

Vier Finals - drei Medaillen. Ein starker Auftritt zu den Deutschen Jugendmeisterschaften

Nach Platz 4 bei den Junioren-Europameisterschaften im Mai in Sofia konnte Nils Dunkel bei den diesjährigen Deutschen Jugendmeisterschaften an den Ringen seinen insgesamt achten Deutschen Jugendmeistertitel feiern. Mit Platz 2 am Pauschenpferd und Platz 3 am Barren holte sich der Erfurter seine Medaillen Nummer 12 und 13 bei Deutschen Meisterschaften.

Da zu diesem Zeitpunkt der Schwerpunkt des Trainings bereits auf den olympischen Jugendspielen im August lag, verzichtete Nils auf den Mehrkampf und startete nur an vier Geräten. Dass er an allen vier Geräten den Einzug ins Finale schaffte und dabei drei Medaillen holte, unterstreicht sein Ausnahmetalent.

Während alle in ihre wohlverdienten Sommerferien gingen, hieß es für Nils trainieren, trainieren, trainieren. In einem fast fünfwöchigen Vorbereitungs-Trainingslager, zumeist am Bundesstützpunkt in Kienbaum, bereitete er sich auf den bislang absoluten Höhepunkt seiner sportlichen Karriere vor: Die 2. Olympischen Jugendspiele in Nanjing/ China.

Unvergesslich: Die perfekt inszenierte Eröffnungsveranstaltung

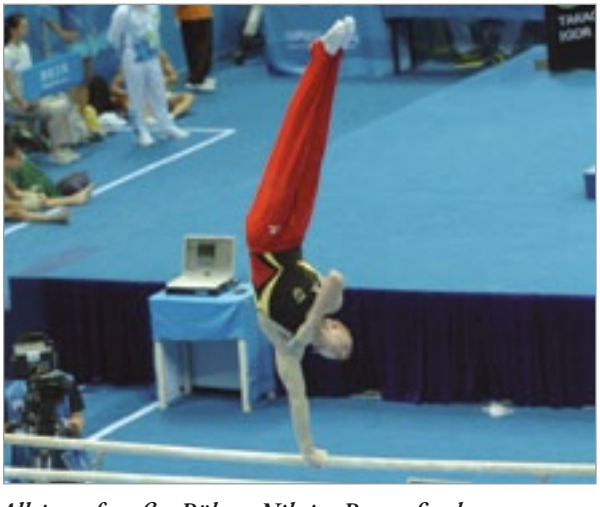
Der DOSB sendete insgesamt 84 Sportlerinnen und Sportler in fast allen olympischen Disziplinen nach China. Nils wurde erstmals zur Kick Off Veranstaltung eine Woche vor Abflug bewusst, was es heißt, zur deutschen Olympiamannschaft zu gehören. Und spätestens bei der Abreise am Frankfurter Flughafen war klar, dass die nächsten drei Wochen ein unvergessliches Ereignis werden und sich die harte Trainingsarbeit der letzten Jahre auszahlen würde. Natürlich standen in China die eigenen Wettkämpfe im Vordergrund. Nils hatte aber auch die Möglichkeit, das Land kennenzulernen, andere Wettkämpfe zu besuchen und mit vielen Sportlern in Kontakt zu treten.

Die sportlichen Erwartungen bei weitem Übertroffen!

Jede der 42 teilnehmenden Nationen konnte nur einen Athleten zu den Turnwettbewerben nach China entsenden. Die Zielvorgabe für Nils hieß, sich in der Qualifikation unter die besten 18 Athleten zu turnen und möglichst an seinem Paradegerät Pauschenpferd ein Gerätefinale zu erreichen. Mit einer persönlichen Bestleistung von 79,95 Punkten und Rang 9 in der Qualifikation übertraf er die Vorgabe im Mehrkampf bei weitem. Nach einem kleinen Fehler beim Abgang verpasste er mit nur 0,10 Punkten Abstand die erhoffte Qualifikation für das Pferdfinale, schaffte jedoch überraschend das Finale am Barren. Im Mehrkampffinale konnte Nils leider seine guten Leistungen nicht wiederholen. Nach Fehlern an den ersten beiden Geräten rutschte er am Sprung auch noch mit einer Hand leicht ab und musste auch hier einen Punkteverlust hinnehmen. Es spricht für seinen Ehrgeiz, dass er sich nach dem missglückten Auftakt noch gefangen hat und an den drei verbleibenden Geräten Barren, Reck und Boden Topleistungen präsentierte. Mit Rang 12 im Endergebnis unter den besten Juniorenturnern der Welt kann er sehr zufrieden sein.

Die Ergebnisse von Nanjing:	
Qualifikation Mehrkampf:	Platz 9
Qualifikation Barren:	Platz 7
Qualifikation Boden:	Platz 25
Qualifikation Pferd:	Platz 11
Qualifikation Ringe:	Platz 11
Qualifikation Reck:	Platz 11
Ergebnis Sprung:	Platz 13
Mehrkampffinale:	**Platz 12**
Finale Barren:	**Platz 8**

Im Barrenfinale war im Vorfeld klar, dass er mit seinem geringen Ausgangswert keine Chance auf eine vordere Platzierung hat. Es kam darauf an, die Übung in einer möglichst fehlerfreien Ausführung zu präsentieren und mit wenig Punktabzug durchzukommen. Dies gelang ihm am Ende auch sehr gut. Lediglich beim Doppelsalto als Abgang musste er einige Schritte nach hinten machen und verpasste somit eine bessere Platzierung. „Im Training habe ich so viele Abgänge sicher gestanden, nur ausgerechnet diesen nicht“, ärgerte sich Nils Dunkel im Nachgang.



Allein auf großer Bühne: Nils im Barrenfinale

Große Ziele für die nächsten Jahre

Nach den großartigen Leistungen entschied der Berliner Trainerstab, Nils bereits frühzeitig in die Berliner Trainingsgruppe der Senioren aufzunehmen. Mit Lukas Dauser und Phlipp Herder hat er in dieser zwei Teilnehmer der diesjährigen

Weltmeisterschaften in der Trainingsgruppe. Eine große Motivation für den ehrgeizigen Turner, der vor mittlerweile fast neun Jahren von Erfurt nach Berlin zog, um ein „Großer“ im Deutschen Turnen zu werden.
Um dem Körper eine Erholungspause zu geben, aber auch um Zeit zum Erlernen neuer Elemente zu bekommen, wird Nils in diesem Jahr keine großen Wettkämpfe mehr turnen. In der Bundesliga unterstützt er die Siegener Kunstturnvereinigung an drei oder vier Geräten. Für das erste Halbjahr 2015 heißt es, mit neuen Übungen wieder national und international erfolgreich aufzutreten. Im zweiten Halbjahr wechselt er dann endgültig in den Männerbereich. Hier hat er mit den Weltmeisterschaften, Weltcups sowie den Olympischen Spielen in Rio de Janeiro 2016 noch große Ziele vor sich. Wir werden sehen, ob er diese erreichen wird.

Stephan Dunkel

Nach der erfolgreichen Premiere im Juni 2014 folgt jetzt die Fortsetzung

Masken – Die Suche nach dem wahren Gesicht

Erlebt eine selbst kreierte Show aus Akrobatik, Tanz, Jonglage und Zirkus unter Leitung unserer Zirkusgruppe Philumena.

Am 16.01.2015 im DASDIE Brettl, Lange Brücke 29.
Nachmittagsveranstaltung: 15:00 - ca. 16:30 Uhr
Abendveranstaltung: 18:30 - ca. 22:00 Uhr

Eintrittspreise:

Nachmittagsveranstaltung :	5,00 €, Nicht- Vereinsmitglieder 7,00 € einschließlich Kaffee und Kuchen.
Abendveranstaltung:	19,00 €, Nicht- Vereinsmitglieder 21,00 € einschließlich kalt/ warmen Abendbuffet. Getränke sind selber zu zahlen.

Gern organisieren wir für unsere Übungsgruppen das Zusammenstellen von Tischgruppen.

Der Kartenverkauf erfolgt über die Geschäftsstelle.
Reservierungen könnt ihr gern über eure Übungsleiter vornehmen.

Herzlichen Dank für eure Treue
Wir gratulieren allen Vereinsmitgliedern, die in diesem Jahr ihr rundes Vereinsjubiläum feierten:

65. Vereinsjubiläum

Mönch, Willi

60. Vereinsjubiläum

Langenhan, Marianne

55. Vereinsjubiläum

Arndt, Dr. Christel

45. Vereinsjubiläum

Pieraks, Anina

40. Vereinsjubiläum

Schönemann, Renate

30. Vereinsjubiläum

Gundlach, Renate

20. Vereinsjubiläum

Abendroth, Steffen
Dressel, Gunter
Dunkel, Marlies
Fromm, Maximilian
Jasper, Sven
Kliem, Elfriede
Nehls, Erika
Rosenberg, Knut
Ruch, Hannelore
Schrader, Helga
Uebel, Monika

10. Vereinsjubiläum

Bartnik, Hubert
Binhack, Michael
Böse, Cornelia
Ehrich, Gudrun
Falley, Sarah
Fischer, Waltraut
Gerlach, Ursula
Grimm, Sonja
Habel, Falk
Hempel, Vera
Hentschel, Ines
Höllein, Heidi
Hübner, Ursula
Hüther, Margarethe
Kolorow, Alexander
Leidel, Xavian
Lemke, Ingeborg
Mager, Sigrid
Merkel, Annerose
Messing, Ilse
Michaelis, Uwe
Münch, Ingrid
Neumann, Adelheid
Noll, Gudrun
Pulsack, Sybille
Rataj, Lucia
Richter, Lydia
Schäfer, Marc-Steven
Schindler, Bernd
Schomann, Sophie
Schrickel, Kerstin
Schrickel, Ricarda
Turi, Christa
Vedder, Silvia
Wagner, Barbara
Werner, Jan-Erik
Winkler, Jörg

Wie man sich täuschen kann! 8 Fitness - Irrtümer

1 - Einsteiger müssen besonders häufig ihre Muskeln trainieren.
IM GEGENTEIL: Bei Anfängern ist weniger erst einmal mehr. Eine Studie der Uni Bayreuth hat gezeigt: Anfangs erzielt man optimale Ergebnisse, wenn man beim Krafttraining zwei mal pro Woche nur mit einem Satz, also einem Durchgang mit einer bestimmten Zahl an Wiederholungen, trainiert. Erst nach 20 Tagen fängt der Muskel an zu wachsen. Erst dann kann man auch zwei oder drei Sätze machen.

2 - Sport am frühen Morgen ist besonders gesund.
UNSINN: Gegen Frühsport ist im Prinzip nichts einzuwenden, doch viele meinen damit, dass man nüchtern trainieren sollte. Doch genau das sollte man nicht, denn über Nacht haben sich die Kohlenhydratspeicher geleert und der Körper hat keine Energiereserven mehr. Bei intensiver Belastung kann es dann zu Schwindel und Übelkeit kommen. Zu üppig sollte das Frühstück aber auch nicht sein. Ideal ist eine Banane.

3 - Problemzonen kann man ganz gezielt wegtrainieren.
STIMMT NICHT: Natürlich kann man gezielt an bestimmten Stellen wie dem Bauch Muskeln aufbauen, aber flacher wird er dadurch nicht. Der Grund: Die Bauchübungen allein gehen nicht ran an den Körperspeck. Das klappt nur mit einer Kombination aus Ausdauer- und Krafttraining. Wenn man dies regelmäßig macht, verbrennt der Körper auch im Ruhezustand Fett. Außerdem sollte man die tägliche Kalorienzufuhr im Blick behalten. Dies ist die wichtigste Voraussetzung dafür, den Bauchspeck loszuwerden.

4 - Bevor man mit Sport beginnt, sollte man sich dehnen.
AUF KEINEN FALL: Dabei kommt es eher zu einer Straffung der Muskulatur statt zur Lockerung, denn der Körper versucht, ein mögliches Überdehnen zu vermeiden und reagiert mit einem Zusammenziehen der gedehnten Muskeln. Das erhöht die Grundspannung und damit die Verletzungsgefahr. Besser ist leichtes Aufwärmen, beispielsweise mit einem kurzen Lauf.

5 - Nur wenn die Muskeln schmerzen, hat der Sport was gebracht.
IRRTUM: Wenn man sich vor lauter Schmerzen nach dem Training nicht mehr bewegen kann, haben sich winzige Risse im Muskel gebildet- Muskelkater. Er ist ein Anzeichen für Überforderung. Man sollte dann etwas weniger intensiv trainieren.

6 - Die Fettverbrennung beginnt erst nach 30 Minuten.
MYTHOS: Beim Sport werden ab der ersten Sekunde Fett und Kohlenhydrate verbrannt, allerdings: Je länger man sich bewegt, desto höher wird die Fettverbrennung, der Abbau von Kohlehydraten dagegen wird langsamer.

7 - Wer zu viel Muskeln hat, wird auf Dauer unbeweglich.
QUATSCH: Wie beweglich ein Sportler mit kräftiger Muskulatur sein kann, zeigt Diskus-Olympia-Sieger Robert Harting. Wichtig ist, dass man beim Krafttraining die Bewegung vollständig durchführt, also von der Streckung bis zur Beugung, d.h. z.B. beim Bizepstraining die Hantel möglichst hoch heben und tief senken. Dabei wird der Gegenspieler - Muskel, in diesem Fall der Trizeps, gedehnt.

8 - Viele Wiederholungen machen die Muskeln besonders stark.
FALSCH: Wer ständig die Zahl der Wiederholungen steigert, trainiert nur die Kraftausdauer. Für den Kraftaufbau dagegen muss man das Gewicht steigern. Am besten startet man mit kleineren Gewichten und erhöht sie nach und nach in Rücksprache mit einem geschulten Trainer.

Entnommen „SUPER illu" Heft 35/2014

Partner- Sponsoring mit dem Autohaus Gitter
Jetzt Belege einreichen!

Es ist wieder so weit: Kurz vor Jahresende rufen wir unsere Vereinsmitglieder auf, uns Kopien ihrer Rechnungen und Nachweise von Aufträgen mit unserem Partner-Autohaus Gitter zuzustellen.
Wie ihr unten in der Annonce sehen könnt, erhält unser Verein einen Anteil des Umsatzes als Sponsoringsumme ausgezahlt.
Im letzten Jahr konnten wir einen Scheck in Höhe von 1.500,00 € in Empfang nehmen. Bislang wurden uns für dieses Jahr nur wenige Belege eingereicht. Wir hoffen, dass der Zuspruch noch steigen wird.

Bei der Abrechnung gelten natürlich auch die Fahrzeuge von Familienangehörigen (bei unseren über 600 Kindern und Jugendlichen) und Dienstfahrzeuge. Ebenso zählen auch Versicherungsleistungen (Kasko- Haftpflicht- und Garantieschäden).
Wir benötigen zur Abrechnung die Rechnungsnummer, den Betrag und den Namen des Auftraggebers. Einfacher ist es, uns einfach die Rechnung zukommen zu lassen (FAX: 0361/ 34 60 322 oder Email: info@mtverfurt.de).

Am 20. August war die Aufregung wieder sehr groß,
denn jeder wusste: HEUTE GEHT ES LOS!

„Wir fahren nach Schneeberg, welch´ Freude“,
insgesamt waren wir mehr als 70 Leute.

Die Koffer wurden schnell ausgepackt,
da waren die Wände noch kahl und nackt.

Doch schon nach kurzer Zeit, war es wieder so weit,
die Kinder nahmen Schere und Kleber in die Hand

und verschönerten Fenster und Wand.

Die Basteleien sollten so weiter gehen,
ist ja auch für alle schön anzusehen.

Doch am Filzteich, da gibt es noch viel mehr,
Disko, Kasino und ein kleines Gespenst spukte umher.

Wir haben viel überlegt, gesucht und getüftelt;
und am letzten Abend das Geheimnis um das
kleine Gespenst am Filzteich gelüftet.

Natürlich haben wir uns beim Training alle viel Mühe gegeben,
gab es doch einen Pokal durch unsere Trainer zu vergeben.

Es war für alle besonders interessant,
als Nils in China auf der Matte stand.
Von seiner Barrenübung waren alle begeistert,
Das hat er wirklich gut gemeistert!

Am Trampolin wurden viele gemeinsame Stunden verbracht
Und nicht nur dort wurden neue Bekanntschaften gemacht.

Ob bei Sonne oder Regen, es gab das Richtige für Jeden.

Und eines ist uns allen klar:

WIR FREUEN UNS AUF´S NÄCHSTE JAHR

Jugendwochenende

Am 20.09.2014 trafen wir uns alle, zu unserem gemeinsamen Jugendwochenende. Schnell wurden die Sachen in der Halle verstaut und dann ging es auch schon los. Da das Wetter schlechter ausfiel als erhofft, wurde beschlossen, eine Bowlingbahn aufzusuchen und so begaben wir uns alle zum Bowlen ins Rieth. Wir hatten sehr viel Spaß bei den Versuchen, möglichst alle Pins mit der Kugel umzustoßen und eine hohe Punktzahl zum Spielstand des jeweiligen Teams beizutragen. Bald stellten sich auch einige Talente heraus. Wir spielten mehrere Runden, in der Hoffnung den Stand des eigenen Teams weiter nach oben zu bringen. Anschließend ging es auch schon zurück zum Turnzentrum. Nachdem wir vom Bowling wiederkamen, ging es ans Gemüse schnippeln. Wegen des Regens war das Grillen zu Beginn nicht möglich, doch auch die dunklen Wolken verzogen sich nach kurzer Wartezeit.

Natürlich gab es etwas für jedermanns Geschmack und jeder wurde satt. Dann ging es richtig los. Die Turnhalle wurde von lautem Gelächter und Musik erfüllt. Dort sprang jemand auf dem Trampolin, hier und da wurde getanzt, waghalsige Sprünge in die Schaumstoffgrube durften natürlich nicht fehlen. Als dann auch der Letzte mit essen fertig war, ging es mit Fußball weiter, was nicht nur den anwesenden Jungs Spaß machte. Jeder hatte seinen Spaß daran. Leider endete dieses Spiel viel zu schnell, doch Markus wurde kreativ und forderte uns alle zum 2-Felderball auf. Es war ein Riesenspaß. Mittlerweile war es aber Zeit für eine Pause. Einige suchten erneut die Grillstelle auf und andere sprangen wieder auf dem Trampolin. Eins darf jedoch, wie die meisten wissen, bei einer Übernachtung in der Halle nicht fehlen, verstecken im Dunkeln. Diejenigen, die die Halle schon seit Jahren kannten, hatten natürlich einen „Heimvorteil“. Trotzdem mangelte es niemanden an Kreativität ein gutes Versteck zu finden. Langsam wurde es spät und vereinzelte Müdigkeit breitete sich aus. Viele machten sich bettfertig und richteten ihr Nachtlager ein. Immerhin hat eine Turnhalle eine Menge zu bieten. Für ein paar Leute jedoch war der Tag noch nicht ganz zu Ende, und es wurde in einigen Ecken noch ein wenig geredet. Doch je länger sich der Abend zog, desto müder wurden alle. Am Morgen wurden wir dann von Musik und dem Geräusch der lauten Schritte geweckt. Nach und nach standen alle auf und verließen die Turnhalle. Ein paar Leute blieben da, um die Turnhalle nach diesem wirklich gelungenem Abend wieder auf Vordermann zu bringen. Alles im allem war es ein wirklich schönes Erlebnis, mit viel Gelächter, Spaß und Sport.

Milena Träger & Sophia Makrinius

„Heute dürfen wir sagen, wo es lang geht“

„Heute dürfen wir sagen, wo es lang geht“ „Mit bewegten Kindern in Thüringen - Fit für die Zukunft“ so lautet das Thema des Expertengespräches im Thüringer Landtag am 30.06.2014. Und wir Turnerinnen von Ines und Yvonne durften da ein bisschen mitmischen.

Während die Erwachsenen im Raum schon den Fachvorträgen lauschten, bereiteten wir uns auf unser Mitmachangebot im Flur des Landestages vor. Denn wir wollten mit ihnen die „Bewegte Pause“ einmal ganz anders gestalten.

Von wegen hinsetzen und schauen, was die Mädels so zeigen. Nichts da, liebe Damen und Herren, aufstehen und mitmachen ist angesagt.

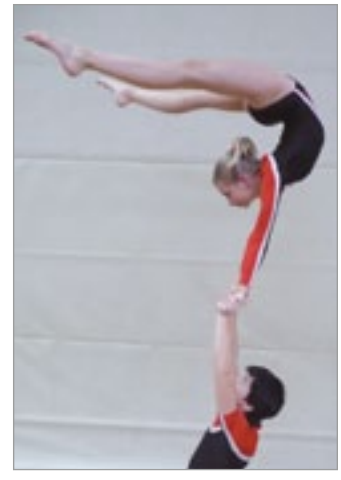
Und so durften die Erwachsenen nicht nur darüber reden, sondern gleich bei unserem sportlichen Programm testen, wie fit sie selber eigentlich noch sind.

Es hat uns sehr viel Spaß gemacht, mal ein Trainer zu sein.

Landesmannschaftsmeisterschaften der Akrobaten
Anlass für ein lachendes und weinendes Auge

Julia & Elisabeth

Ende Juni gewannen die Sportakrobaten des MTV zum vierten Mal in Folge die Landesmannschaftsmeisterschaften, bestehend aus einer Nachwuchs- und einer Leistungsklassemannschaft. Mit einer herausragenden Leistung der Nachwuchsklasse konnten die Sportlerinnen schon einen sehr großen Vorsprung gegenüber den anderen Thüringer Mannschaften herausarbeiten. Die stärkste Nachwuchsformation mit 24,85 Punkten war das Geschwisterpaar Julia (12) und Elisabeth Döhle (7). Mit hoher Motivation und Konzentration trat anschließend die Leistungsklasse auf. Ziel war es, den großen Mannschaftspokal zu gewinnen und gleichzeitig einen der erfolgreichsten Thüringer Sportler der letzten 10 Jahre, Christian Orlowsky (21) vom aktiven Wettkampfsport zu verabschieden. Begonnen hat seine Karriere als 9 jähriger mit seiner langjährigen Partnerin Maxi Brozatus. Zusammen konnten sie zahlreiche Titel regional und national erreichen. Im Jahr 2009 wurden sie in die Deutsche Jugendnationalmannschaft berufen und nahmen erfolgreich an den Europameisterschaften teil. 2011 trennten sich ihre sportlichen Wege, da Maxi ihrem Christian über den Kopf wuchs. In Lena Witschel konnte Christian eine neue sehr leistungsstarke Partnerin gewinnen und zusammen wagten sie seit Ende 2011 einen Neuanfang. Auch mit Lena konnte Christian eindrucksvoll an seine bisherigen Erfolge anknüpfen. Christian (21) und Lena (15) zeigten zur diesjährigen Landesmannschafts-



Christian & Maxi

Christian & Lena

meisterschaften noch einmal eine hervorragend kombinierte Übung mit hohen Salti und beeindruckenden Handständen. Mit 26,3 Punkten verabschiedet sich Christian Orlowsky vom aktiven Wettkampfsport. Wir Trainer und Sportler bedanken uns für wundervolle 12 Jahre Sportakrobatik bei Christian und hoffen, dass er seine Motivation, Freude und sein Wissen an die künftigen Akrobaten des MTV weitergibt.

Danke lieber Christian!

Anja Thiele

MTV- Akrobaten mit überragenden Leistungen beim diesjährigen Thüringenpokal

Am 27.09.2014 fand der diesjährige Thüringenpokal der Sportakrobatik in Erfurt statt. Der MTV 1860 Erfurt konnte mit einer großen Mannschaft sowohl im Nachwuchsbereich als auch in der Leistungsklasse antreten. Im Nachwuchsbereich hatte der MTV eindeutig die Nase vorn. Mit den Siegen in der Altersklasse A2 durch Angelina Körner (12), Alina Schumann (12) und Greta Maak (8) und in der Altersklasse Breitensport durch die Damengruppe Katja Liedloff (17), Svenja Heimann (16) und Leni Berghofer (11) gingen zwei von drei Thüringenpokalen an den MTV. In der Altersklasse A1 konnte das Geschwisterpaar Julia (12) und Elisabeth (7) Döhle mit einer sauber geturnten Übung Platz 2 erkämpfen. Einen Paukenschlag landetet die Schülerdamengruppe Stefanie Urbach (13), Nelly Lück (12) und Lucy Wagner (8) in der Leistungsklasse. Sie gewannen mit einem ganzen Punkt Vorsprung den Thüringenpokal mit einer technisch einwandfreien und choreografisch mitreisenden Übung und sicherten sich auch die Tageshöchstwertung an diesem Wettkampftag. Zum ersten Mal in einer höheren Altersklasse startend, zeigte die Jugenddamengruppe Emilie Wolfram (14), Lena Witzmann (13) und Emma Richter (11) ihr Potential und erturnten sich den zweiten Platz. In der Altersklasse Junioren/Senioren schickte der MTV gleich zwei Formationen an den Start. Platz 2 ging an die Damengruppe Antonia Wolf (18), Laurien Rehwinkel (17) und Charlotte Vincent (12), gefolgt auf Platz 3 von dem Damenpaar Lisa Marie Hempel (18) und Juliane Metz (13). In den nächsten Wochen werden sich die Akrobaten der Leistungsklasse intensiv auf einen internationalen Wettkampf in Prag vorbereiten. Außerdem werden alle Akrobaten des MTV, ob Groß oder Klein, die Herbstferien nutzen, um an der bevorstehenden Weihnachtsshow am 13.12.2014 zu arbeiten.

Anja Thiele

Wochenendausflug mit Wettkampf in Cappel

Die Erfurter Turnerinnen erreichten beim 7. Cappeler Turnpokal den 3. Platz in der Vereinswertung. Zu dem konnten sich Maresa Becher (AK 12 und jünger) über die Silbermedaille sowie Alina Bathe (AK 10 und jünger) und Lea Schellenberg (jahrgangsoffen) über die Bronzemedaille im Einzel freuen.

Doch an diesem Wochenende stand für die Turnerinnen der Spaß und für die Trainerinnen der Austausch mit Trainern aus anderen Bundesländern im Vordergrund.

Nach dem Wettkampf wurde traditionsgemäß am Vereinsheim des TSV 1906 Cappel gegrillt und anschließend durften sich alle über eine Portion Eis freuen. Wer jedoch dachte, nach diesem anstrengenden Tag würden die Kinder in die Betten fallen, der irrte. Bis spät in die Nacht wurde gequatscht.

Wir bedanken uns beim TSV 1906 Cappel für die Ausrichtung dieses schönen Wochenendes.

Sina Wittenberg

Wettkampf KM4 Jahrgangsoffen
4. Platz: Juliane Metz
5. Platz: Lea Ringmann
6. Platz: Lisa Marie Kanngießer

Wettkampf P3 - P5
3. Platz: Alina Bathe

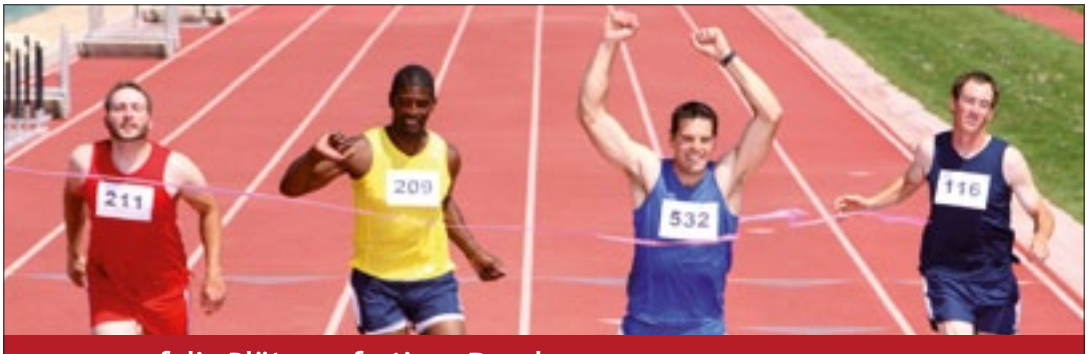
Wettkampf P5 –P8
3. Platz: Lea Schellenberg

Wettkampf KM4 Jahrgang 2002 und jünger
2. Platz: Maresa Becher
5. Platz: Laura Brossmann

Starlets in eigener Sache unterwegs

Anlässlich der Sport – Aktiv Messe am 1.-2.11.2014 wurden wir Starlets für einen Showauftritt vom Landessportbund Thüringen für eine Sportpräsentation eingesetzt.
Mit einem Showtanz haben wir den Zuschauern unseren Spaß und Ehrgeiz am Sport präsentiert.
Danach haben wir auch am Stand des Thüringer Turnverbandes eine kleine Darbietung gezeigt sowie die Besucher der Messe auf die bevorstehende Gymmotion am 6.12.2014 in der Erfurter Riethsporthalle aufmerksam gemacht. Dies war uns persönlich ein Bedürfnis, denn wir freuen uns, zu dieser Gymmotion als Showgruppe gemeinsam mit den Powerbiens (des ESV Lok Erfurt e.V.) als Vorprogramm diese große Gala eröffnen zu dürfen.

TICKETHOTLINE:
Telefon: 0361 – 34 55 605
E-Mail: gymmotion@thueringerturnverband.de



... auf die Plätze ... fertig ... Druck

Schnell sein Ziel erreichen. Ihre Drucksachen sollen schnell und in höchster Qualität fertiggestellt sein? Für die Gutenberg Druckerei GmbH Weimar gehört dies zum Selbstverständnis. Dieses kontinuierliche Training schafft uns den Vorsprung auch flexibel einmal die Bahnen zu wechseln. Als Erster übergeben wir Ihnen staffelstabsmäßig Ihre Drucksachen. Diesen Vorsprung bauen Sie nutzbringend bis zum Erreichen Ihrer Ziele aus. Auf die Plätze ... fertig ... Druck.

Gutenberg
Druckerei GmbH Weimar

Gutenberg Druckerei GmbH Weimar | Marienstraße 14 | 99423 Weimar
Telefon 0 3643/4168-0 | Telefax 0 3643/4168-22
info@gutenberg-weimar.de | www.gutenberg-weimar.de

Erfurter Turnpokal 2014

Über 110 Turnerinnen und Turner im Alter von 6 bis 10 Jahren kamen zum 13. Erfurter Turnpokal in die Erfurter Riethsporthalle. Als ausrichtender Verein haben wir über 60 Aktive ins Rennen geschickt. Mit insgesamt 4 Pokalgewinnen und 14 Podestplatzierung zeigten unsere Nachwuchsturner, dass sie in den letzten Wochen gut trainiert haben und für die Herbstwettkämpfe gut vorbereitet sind.

Herzlichen Glückwunsch
an unsere Sieger und Platzierten!

Fotos: Georg Summer

Jungen		Mädchen	
	Altersklasse 6		
1	Peer-Ole Waack	4	Freda Blöcher
3	Emilio Lang	5	Frida Stietz
4	Jona Haueis	7	Franka Thyra
5	Arthur Martirosyan		
6	Arthur Möbius		
7	Florian Maagk		
8	Lukas Brückner		
9	David Grigoryan		
	Altersklasse 7		
3	Teetje Beuchert	2	Charleen Fischer
4	Finn Müller	4	Lena Vinz
5	Paul- Levi Jendreyzik	5	Eva Henning
9	Jonas Joachim Wichmann	10	Stella Tews
12	Leon Reifenstahl	11	Emma Raab
13	Andrey Dashkovsij	12	Pauline Seifert
14	Lion Rezkallah	13	Mariella Kirsten
		14	Annalena Schwuchow
		15	Annabell Eismann
	Altersklasse 8		
1	Jan Kranhold	1	Anastasia Guba
2	Jakob Schlosser	3	Angelina Gaus
4	Moritz Henkel	4	Lilly-Marie Görges
6	Dirk Urban	8	Nele Kanngießer
7	Adrian Heyes	9	Hannah Pabst
11	Kevin Nugerbekov	10	Victoria Richter
12	Tim Spangenberg	12	Mathilda Kunze
13	Josef Tilch		
	Altersklasse 9		
2	Eugen Rudolf	2	Sophie Somol
4	Florian Hagemeister	3	Alexia Wodtke
		4	Siiri Schreiber
		5	Friderike Fuhrmann
		6	Dianna Schmidt
		8	Anna Daschkovska
		9	Elisabeth Griesbach
		10	Marcha Ichiyeva
	Altersklasse 10		
1	David Meier	2	Alina Bathe
		3	Maresa Becher
		4	Anjolina Barthel
		6	Sophie Heinrich
		8	Samia Jona Jacobi
		9	Miriam Fehnl
		10	Emilia Breithaupt
		12	Fabienne Ständer
		13	Cora Ringmann
		14	Marieke Ahrens

Erfolgreiche Sommerturniere unserer Volleyballer

Unser Volleyball – Team unter der Leitung von Michael Gebhardt war diesen Sommer sehr fleißig und erfolgreich.

„So war es beim Beachturnier im August in Ebeleben.
Bei unserer 1. Teilnahme im vergangenen Jahr hatten wir Platz 3 belegt. Dies beflügelte und so gingen wir in diesem Jahr

gleich mit 2 Teams an den Start, wovon es eine Mannschaft sogar ins Finale geschafft hat. Lohn für diese mannschaftliche Geschlossenheit und besonderen Teamgeist - war letztendlich der 1. Platz."

Die Fotos zeigen, dass sie auch sonst erfolgreich im Frühling bzw. Sommer unterwegs waren.

Fazit: 4 x 2. Plätze sowie 1 x 1. Platz.

Herzlichen Glückwunsch.

Übungsleiter Michael: „Dazu kann ich nur eins sagen - Ich bin stolz auf mein Team !"

Volleyballerteam des MTV unterwegs für einen guten Zweck

Ein Volleyball-Staffelteam lief den 1. Erfurt Marathon zu Gunsten des Kinderhospizes Mittelthüringen.

Guido, Michael, Ulli und ich „ quälten " sich jeweils über die Teilstrecken von 10 km. Katharina und Petra aus unserer Trainingsgruppe unterstützten den Lauf als Helferinnen an der Verpflegungs- und Zeitmessstation am Pfaffenstieg.

Danke für Euren Einsatz!

Michael Gebhardt

Kleine Jungs auf großer Fahrt

In der jüngsten Altersklasse beim diesjährigen Deutschlandpokal am 02. November in Schwäbisch Gmünd, konnten sich die Turner (Foto von links) Linus Senf, Fin Torge Waack, Ferrie Blümel und Yannick Stock über einen 12. Platz freuen. Bei diesem Wettkampf treten die besten Turner jedes Turnverbandes das erste Mal auf nationaler Ebene an. In einem hochklassigen Wettkampf konnten sie leider nicht um die Medaillenvergabe mitkämpfen. „Wenn ich überlege, dass wir in diesem Wettkampf gegen die besten Leistungszentren und Bundesstützpunkte der gesamten Republik antreten, so haben die Jungs sich gut verkauft“, so Markus Geidel. Weiterhin ergänzte er: „Einen großen Dank möchte ich allen mitgereisten Eltern aussprechen,

Foto: Torsten Hauptvogel

die nicht nur die nötige Sicherheit für die Jungs brachten, sondern auch für eine Rundumbetreuung inklusive Verpflegung gesorgt haben. Es ist schön zu sehen, wie durch die vielen Trainingseinheiten, Trainingslager und Wettkampffahrten aus jedem Individuallisten ein Team wird.“

Markus Geidel

Die Turnerinnen unseres Vereins auf dem direkten Weg in die 1. Liga

Nach ihrem Aufstieg in die zweite Landesliga im vergangenen Jahr konnten sie in dieser Saison drei der vier Wettkampfturniere gewinnen und schafften den Aufstieg in die erste Liga! Herzlichen Glückwunsch. Unsere zweite Frauenmannschaft kam in der dritten Liga auf einen guten 5. Platz.

Landesligafinale in Gera

Zum Landesligafinale in Gera am 12.07.2014 sollten einige neu Elemente im Wettkampf gezeigt werden. So zeigte beispielsweise Michelle Horn am Stufenbarren erfolgreich das Flugteil vom unteren zum oberen Holm. Und auch die anderen Geräte wurden solide und gut präsentiert. Nur war das an diesem Tag leider nicht gut genug. So war es schon eine kleine Enttäuschung für die Turnerinnen, der Mannschaft aus Gotha mit nur 0.4 Punkten den Vortritt zu lassen, waren die Erfurterinnen doch seit 8 Wettkämpfen ungeschlagen. Doch als die Mannschaft nur wenige Augenblicke später den Pokal für den Gesamtsieg in den Händen hielt, war von Enttäuschung keine Spur mehr. Victoria Fibich, Michelle Horn, Paula Kleeberg, Rebekka Asbach, Carolin Strohmeier, Katharina Schulz und Sina Wittenberg haben in der vergangenen Ligasaison immer wieder ge-

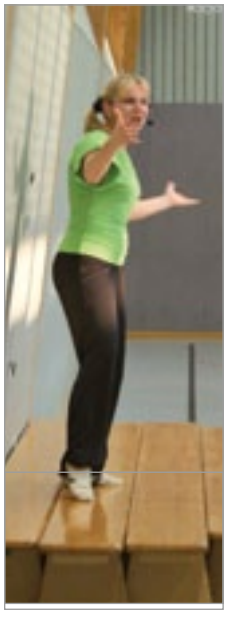
Turnen 2015 in der 1. Landesliga von links:
Rebekka Asbach, Michelle Horn, Sina Wittenberg, Carolin Strohmeyer, Victoria Fibich, Paula Kleeberg

zeigt, dass sie das Potential haben auch in der ersten Landesliga zu turnen. Ohne den Zusammenhalt in der Mannschaft, aber auch ohne den Spaß im Training und die Motivation und der Ehrgeiz der Trainer, wäre der zweite Aufstieg in Folge wohl nicht möglich gewesen.

Eine kleine Sensation gelang der jungen zweiten Mannschaft aus Erfurt in der dritten Landesliga. Die fünf Mädchen schafften es seit dem letzten Wettkampf in Meiningen ihre Ausgangswerte zu erhöhen und trauten sich zum Finale viele neue Elemente zu. Nach zwei 7. Plätzen konnte man alles riskieren, und dieser Plan wurde zum Erfolgsrezept. Heidi Limberger zeigte beispielsweise am Schwebalken die freie Rolle vorwärts, sowie die Brücke rückwärts während Antonia Döring am Stufenbarren die Schwebekippe und am Balken den Abgang Salto vorwärts erfolgreich präsentierte. Große Freude herrschte bei allen Erfurtern, als bekannt wurde, dass die Zweite Mannschaft in diesem Wettkampf den 4. Platz belegt hat und insgesamt die Saison auf Rang 6 abschließen konnte.

Für unsere Männermannschaften lief es in dieser Saison nicht ganz so erfolgreich. Obwohl sie im Saisonverlauf gut geturnt haben, konnten sie gegen die erstarkten Mannschaften aus Jena (Platz 1) und Weimer (2.) nur Platz 3 und 4 erreichen. Unsere junge 3. Mannschaft hingegen schaffte einen hoffnungsvollen 2. Platz in der zweiten Liga. ***Sina Wittenberg***

„Aufruf zum Flashmob - Wir suchen dich!“



Ines Hentschel lernt mit Hilfe ihrer Starlets den 90 Teilnehmern den Flash-Mob 2014

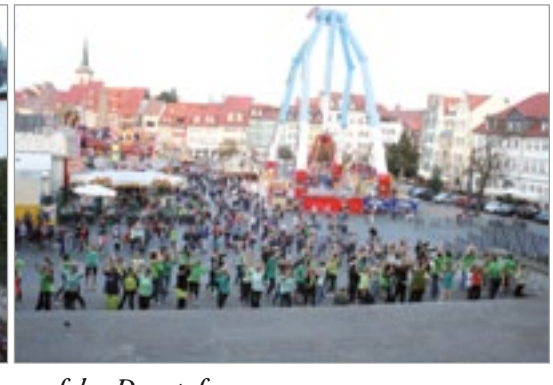
Mach mit und sei bei unserer LaGYM-Party des MTV 1860 Erfurt dabei.

So hing unser Werbeplakat in den Sporthallen.

Die NowWeMove-Kampagne wird von der ISCA (International Sport and Culture Association) in Kooperation mit der ECF (European Cyclist´ Federation) organisiert. Ziel ist es, 100 Millionen mehr Europäer bis 2020 an Sport und körperlichen Aktivitäten zu beteiligen. Während der MOVE Week, die in diesem Jahr vom 29.09.-05.10.2014 bundesweit stattfand, sollten möglichst viele Menschen zur Bewegung gebracht werden.

Und so veranstalteten wir als MTV am 1.10.2014 eine LaGYM Party in der Domsporthalle. Alle Interessierten waren aufgerufen sich 17.00 Uhr zum Erlernen des diesjährigen Flashmob des DTB mit etwas Apfelgrünen an der Kleidung dort zu treffen. Anschließend sind die ca. 90 Teilnehmerinnen gemeinsam auf die Domstufen und haben den Flashmob dort getanzt. Dies war für alle eine echter Spaß.

Im nächsten Jahr sind wir wieder dabei.



Flash-Mob Vorführung auf den Domstufen.

Offener Thüringer Tanzwettbewerb 2014
Platz 4 für unsere Happy Feet´s

Am 19.10. lud die TanzKreation Erfurt zum 14. Mal zum offenen Thüringer Tanzwettbewerb ein. Insgesamt gingen 31 Mannschaften an den Start und verglichen sich in fünf verschiedenen Kategorien. In der Kategorie Teens ging unsere Gruppe Happy Feet, die einzige Erfurter Tanzgruppe in dem gesamten Wettkampf, gegen sechs andere Teams an den Start. Nach den Sommerferien hatten wir nur eine kurze Vorbereitungszeit und waren gespannt, wie unsere Darbietung ankommen würde. Nervös, aber motiviert präsentierten sechs Mädchen unserer Gruppe die aktuelle Wettkampfchoreographie unter den kritischen Augen der Jury, die aus erfahrenen Tänzern und Tanz-

pädagogen bestand. Die Mädchen konnten mit ihrer Präsentation das Wettkampfgericht überzeugen und sicherten sich somit einen der begehrten Finalplätze.

Das bedeutete für uns einen kühlen Kopf bewahren, zum zweiten Mal an diesem Tag eine komplette Erwärmung und kleine Fehler aus der Vorrunde beseitigen, um im Finaldurchgang zu überzeugen und hoffentlich ein Plätzchen auf dem Siegerpodest zu erreichen.

Im Finaldurchgang war die Performance noch besser. Alle Tänzerinnen, Eltern und auch die Trainerin waren von der gezeigten Leistung überzeugt und begeistert. Die Anspannung war nun natürlich groß und alle ganz gespannt darauf, wie die Siegerehrung ausgeht. Mit einer tollen

Punktzahl landeten wir auf dem undankbaren, aber stolzen vierten Platz mit nur 1,2 Punkten Differenz zum Drittplatzierten. Mit diesem sehr zufriedenstellenden Ergebnis beenden wir unsere Saison 2014.

Jessy Jantz

Kunst - Kultur - Köstlichkeiten

Auch dieses Jahr buchten wir unsere 14. Busfahrt beim „Reisebüro WA + WE“, d.h. Waltraud Kowarsch nebst Ehemann. Wir brauchten nicht raten wohin es geht, denn die Ziele und das Motto waren klar. Meiningen und Schmalkalden stand auf dem Plan. Roller, Kutsch und Füßchen laufen, so stand es in einem Kinderbuch von mir, d.h. alle Vereinsmitglieder der zwei Seniorengruppen waren mit von der Partie. Theaterherzog Georg II. hatte gerade seinen 100. Todestag. Er hatte das Theater in ganz Europa bekannt gemacht. Wir bekamen einen Eindruck von der „Zauberwelt der Kulissen“ und konnten im Theater vom obersten Rang auf die Bühne schauen. Gern würde ich mal dort eine Operette anschauen. Könnte mir vorstellen, dass mich diese Atmosphäre verzaubern würde. Die Führung von Silke Förster, die sehr kompetent und engagiert das Meininger Theater vorstellte und uns hinter die Kulissen führte, u.a. auch das Archiv des Puppentheaters und die kleine Bühne zeigte, war sehr interessant und aufschlussreich. Auf der Straße begegnete uns die Urenkelin von Georg II. Sie scheint die künstlerische Ader vom Uropa geerbt zu haben, denn sie war dabei, eine riesige Hauswand zu bemalen. Weiter ging´s mit dem Bus nach Schmalkalden, zu den Köstlichkeiten von „VIBA“. Im Bereich der Erlebnis - Confiserie konnten wir auf unsere Eintrittskarten an 4 Stellen Nüsse und Mandeln naschen. Zu kaufen gab es ebenfalls viel. Die Auswahl war groß. Zum Schluss gab es Kaffee und Kuchen. Gegen 18.00 Uhr waren wir wieder in Erfurt. Es war ein schöner Tag, da auch das Wetter mitspielte. Wir möchten uns für den sehr gut vorbereiteten Tag herzlich bedanken und haben eine große Bitte: Wir möchten auch im nächsten Jahr wieder so eine schöne Fahrt machen. Bitte überlegt es euch noch einmal. Danke für euere Mühe, Zeit und alle Anstrengungen. Danke, Danke!

Jutta Rieckhof
Gymnastikgruppe Seniorenclub

Nicht vergessen

Als ich eine Woche im Urlaub war, besuchten einige Mitglieder aus meiner Seniorengruppe vom Club unser Vereinsmitglied Anneliese Gronau. Sie musste alters- und gesundheitsbedingt in ein Pflegeheim in Weimar. Seit 1995 ist sie in meiner Gruppe, machte viele Auftritte bei Sportfesten mit und war nach ihrem Ausscheiden stets interessiert am Geschehen in der Gruppe. So nahm sie vor Jahren die Gelegenheit einer ruhenden Mitgliedschaft in Anspruch. Wir hielten den Kontakt, denn nach fast 20 Jahren ist das für mich eine Selbstverständlichkeit. Für sie war und ist das ein Geschenk. Sie freute sich sehr über den Besuch, der wohl für uns nicht der letzte gewesen sein dürfte.

Besuch im AWO-Heim: v.l. Jutta Rieckhof, Ilse Schumann, Anneliese Gronau, Ilse Stelter

Waltraud Kowarsch

Ebenfalls möchte ich Ilse Schumann einmal erwähnen. Sie kümmert sich seit vielen Jahren um Mitglieder, die aus gesundheitlichen Gründen ausscheiden mussten. Bei ihren Besuchen überbringt sie die Grüße der Gruppe und verteilt die Vereinszeitung.
Wie mir bekannt ist, gibt es solche Aktivitäten auch in der Gruppe der Gehörlosenschule bei den Übungsleiterinnen Zepernick/Peter. Mit Sicherheit ist das alles eine zusätzliche Belastung für die Übungsleiter, doch sieht man die Freude, die man mit den Besuchen bereitet, sind alle Unannehmlichkeiten vergessen.

Waltraud Kowarsch

Eine etwas andere Sache des „nicht Vergessens“ wäre noch zu erwähnen. Seit vielen Jahren strickt Jutta Rieckhof (Mitglied der Gymnastikgruppe vom Club) für die Kinder in Tschernobyl. Bisher sind es ca. 340 Pullover, viele Schals und Mützen sowie 34 Patchworkdecken, Auch Taschen und Schreibetuis näht und befüllt sie. Ständig geht sie „betteln“ in großen Unternehmen um den Kindern eine Freude zu bereiten, wenn sie im Sommer zur Erholung nach Thüringen kommen. Der Vorsitzende des Vereines „Tschernobyl 1986“ Herr Ackermann, dessen Gattin in meiner Gruppe ist, freut sich über diese Aktivitäten und über die Geldspenden, die wir bei unseren jährlichen Busfahrten für diese Kinder sammeln, denn nach wie vor braucht der Verein Unterstützung und ist auf Hilfe angewiesen. Die meisten Kinder sind krank (bestrahlt) und haben keine Eltern. Wir geben das Geld gern, da es auch 100 % ankommt, was man bei anderen Vereinen nicht immer weiß.

Waltraud Kowarsch

Training in den Sommerferien

Es ist durchaus nicht üblich, dass man auch in den Sommerferien zur Vereinsgymnastik gehen kann, da die Turnhallen geschlossen und die Übungsleiter in Urlaub sind. Unser Verein bietet das trotzdem an. Durch die Gerätturnhalle in der Mittelhäuser Straße und den Übungsleiterinnen Hannelore Becker und Dagmar Seidel war das auch in diesem Jahr wieder möglich. Die Übungsstunden ob vormittags oder abends waren sehr gut besucht. Unter den teilnehmenden Vereinsmitgliedern war man sich einig: Schön, dass die Übungsleiterinnen ihre Freizeit geopfert haben und Danke für ihr Engagement in der Ferienzeit. Alle kommen gern wieder, auch im nächsten Sommer - ich auch!

Meine Stunden im Seniorenclub Hans-Grundig-Straße waren ebenfalls gut gefüllt. Man freute sich über das Angebot auch in den Sommerferien eine Möglichkeit zu haben, sich zu bewegen.

Waltraud Kowarsch

Gymnastik bei Hannelore

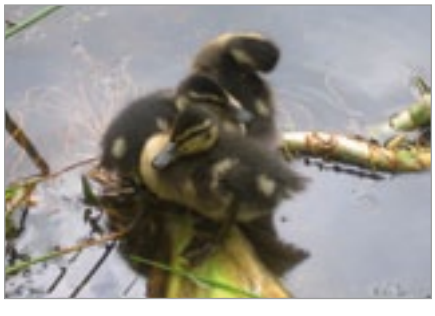
Auch bei 30°C im Schatten ist eine Sportstunde bei Hannelore sehr anspruchsvoll und stets mit neuen Ideen gespickt. Keine Stunde gleicht der anderen. Ihr Repertoire scheint schier unerschöpflich. Sie erklärt, kontrolliert, korrigiert und lobt stets mit einem Lächeln im Gesicht und einem Späßchen auf den Lippen. Weiter so, Hannelore. Wir kommen alle sehr gern und versäumen ungern eine Stunde.

Die Senioren der Mittwochgruppe im Turnzentrum

Um die Ferienzeit zu verkürzen, machen meine Sportfreundinnen mit mir immer eine Wanderung zum Waldhaus um auch über den Sommer fit zu bleiben. Auf dem Bild ist ein kleiner Teil meiner Montagssportgruppe.

Christa Scheidel

Der Ausflug der MTV-Kegler



Die MTV-Kegler sind, unterstützt durch bestes Wetter, mit ihren Partnerinnen am 14. Juni 2014 zum Wandern im Steiger aufgebrochen. Ein munteres Trüppchen hat sich an der Thüringenhalle getroffen, um über „Umwege“ das Waldkasino zu erobern.

Ein erster Abstecher führte zu unserer mittlerweile zusammengebrochenen früheren Wirkungsstätte, dem Keglerheim an der Schützenstraße. Danach ging es beständig steil und bedächtig geradewegs zum Hubertus. Ohne Pause (!) liefen wir tapfer weiter, winkten doch die bestellten Plätze zum gemütlichen Mittagessen im Waldkasino. Doch ohne Stärkung konnte keiner bleiben: Gerd und Ute hatten sich vorzüglich um unser Unterwegswohl gekümmert. Schließlich musste Gerd von seiner Last im Rucksack befreit werden.

Das Oldtimertreffen kreuzte den Wanderweg; zum Vergnügen der Autoliebhaber. Heldenhaft ohne Pause (!) wanderten wir am Waldhaus vorbei. An den Teichen gab es kleinen Enten-Nachwuchs zu bewundern.

Im Waldkasino warteten schon unsere Kurzstreckenwanderer. Das Mittagessen war verdient und wurde mit einem Glas Begrüßungsprosecco eröffnet.

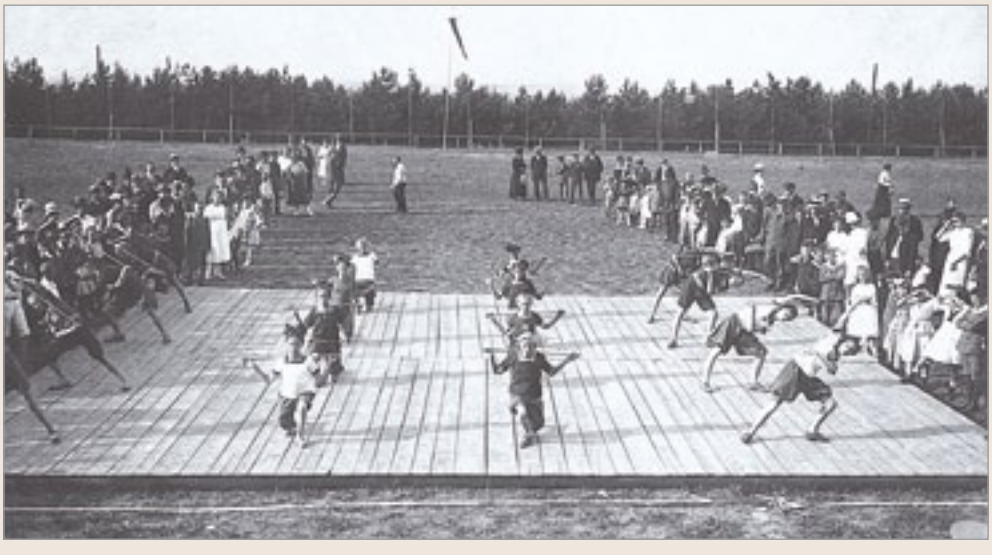
Ein rundum gelungener gemeinsamer Nachmittag mit zufriedenen Sportfreunden.

Wir haben eine Wiederholung vereinbart und freuen uns schon jetzt darauf.

91-jähriges Vereinsmitglied des MTV Erfurt meldet sich zu Wort!

Heinz Mayer, sportlich aktiv in den **30er und Anfang der 40ziger Jahre im MTV.** Er hat sich in einer bemerkenswerten Art mit der Vereinshistorie dieser Zeit und den Besitzansprüchen die zu Ungunsten des Vereins entschieden wurden, auseinandergesetzt.

Dabei geht es um den am Steigerrand befindlichen **Waldspielplatz** (1911 vom MTV gekauft und ausgebaut) der für viele MTV-Sportler mit Familien ständiger Anlaufpunkt war. Bot er doch außer großzügig angelegten Sportanlagen (Aschenbahn, Rasenflächen, Faustballfelder, Anlagen für Hoch-, Weit- und Stabhochsprung, Kugelstoßen, Umkleideräume) auch eine Gaststätte mit Bewirtung. Dort trafen sich besonders an Wochenenden viele Familien und so wurden die Kinder schon mit den sportlichen Aktivitäten der Vereinsmitglieder vertraut gemacht. Hinter einem Bretterzaun befand sich ein Licht- und Sonnenbad mit getrennten Bereichen für Damen und Herren. Ein Ehrenhain wies auf gefallene Sportler des 1. Weltkrieges hin.



Ebenso geht es um das **Vereinsgebäude in der Trommsdorffstraße**. Der MTV hatte sich Ende des 19. Jahrhunderts dieses Grundstück gekauft und ausgebaut. Hier gab es neben Gastwirtschaft, Kegelbahn, Geschäftsräumen eine separate Turnhalle. Dieses Haus wurde von den Vereinsmitgliedern mit viel

Anstrengungen und Aufwand errichtet und wurde zu einem städtischen Anlaufpunkt für Veranstaltungen jeder Art. Nach Beendigung des 2. Weltkrieges 1945 wurde der Verein verboten und beide Immobilien beschlagnahmt.
Heinz Mayer schreibt dazu: „Leider wurden im Gegensatz zu den Turn- und Sportvereinen in Westdeutschland, die nach dem Krieg völlig unbehelligt blieben und ihren Besitz ungeschmälert behielten, die Vereine im sowjetisch besetzten Gebiet aufgelöst und enteignet“. Wie bekannt, verliefen die Rückgabeansprüche nach der politischen Wende 1989/90 ergebnislos. Die Rechtssprechung entschied sich gegen den Verein.

Für den Sportfreund Heinz Mayer, der die Situation aus der **Sicht alter Bundesländer** beurteilt, eine unverständliche Entscheidungen, u.a. schreibt er wörtlich. „wenn die Schöpfer der deutschen Einheit für diese Entscheidungen verantwortlich sind, so sehe ich persönlich einen dunklen Fleck auf ihrer sonst so weißen Weste. Ausgerechnet an den vielen Turn- und Sportvereinen mit zahlreichen Mitgliedern eine Art Siegerjustiz anzuwenden ist kein Zeichen von staatsmännischer Ein- und Weitsicht.“

Sportfreund Heinz Mayer geht es in seiner geschichtlichen Aufarbeitung auch um das **Erinnern an den MTV in der beschriebenen Zeitepoche**. Der Verein zählte damals ca. 1250 Mitglieder .

Anmerkung: Da der gesamte Bericht zu umfangreich für eine Veröffentlichung in der Vereinszeitung ist, können Interessierte den Beitrag als Kopie in der Geschäftsstelle des MTV anfordern.

Eine Urkunde von damals. 07.09.1919

Geburtstagsecke

Unsere herzlichsten Glückwünsche den Vereinsmitgliedern, die in den Monaten September, Oktober, November und Dezember 2014 ihren Geburtstag feiern!

70. Geburtstag

Scheidel	Christa	70
Haake	Britta	70
Wolf	Karin	70
Tischler	Christa	70
Schmölling	Hans Joachim	70
Zazworka	Barbara	70
Wambach	Heidemarie	70
Marr	Regine	70

60. Geburtstag

Eichler	Sylvia	60
Schlutter	Michael	60
Ludwig	Martina	60
Meyer	Marion	60
Benkenstein	Ute	60
Bullerjahn	Evelin	60
Vedder	Silvia	60
Letsch	Margitta	60
Hillmann	Claudia	60
Ehrich	Gudrun	60
Merker	Sybille	60
Pohle	Doris	60

50. Geburtstag

Berndt	Susanne	50
Etzroth	Rene	50
Böhm	Frank	50
Rohark	Bianka	50
Winkler	Jörg	50

40. Geburtstag

Dufft	Daniela	40
Buchmann	Yvonne	40

30. Geburtstag

Schmigalle	Stella	30
Hertwig	Linda	30

20. Geburtstag

Preußer	Jasmin	20

10. Geburtstag

Grosch	Lena Johanna	10
Agabekian	Alina	10
Matthias	Levi Noel	10
Melzer	Theresa	10
Stappel	Jonathan	10
Bathe	Alina	10
Acht	Hannah	10
Leder	Elisabeth	10

Das 60. Lebensjahr überschreiten:

Zepernick	Helga	86
Nerlich	Elfriede	85
Schühler	Ernst	85
Hübner	Edith	85
Nitz	Edelgard	84
Sondermann	Hannelore	82
Ruch	Hannelore	82
Bänsch	Erika	81
Dyballa	Leonore	81
Hofmann	Elfriede	81
Smukalski	Gertraud	79
Knöppel	Anita	79
Arndt Dr.	Christel	79
Leier	Eva-Maria	78
Keybe	Ingeborg	78
Hofmann	Renate	78
Härtwich	Ute	77
Mönch	Willi	77
Niekler	Brigitte	77
Kusche	Karin	77
Jass	Ursula	77
Weiß	Ingeborg	77
Hempel	Vera	77
Timpel	Jutta-Bärbel	77
Rieckhof	Jutta	77
Heinze	Maria	77
Schmidt	Elvira	76
Wenzel	Brigitte	76
Jülich	Ingrid	76
Dellith	Renate	76
Breuninger	Jörg	76
Kräer	Gudrun	76
Bartnik	Hubert	76
Machelett	Rosemarie	76
Kalmus	Rosel	76
Bärwolff	Christa	75
Spindler	Monika	75
Rau	Ingeborg	75
Zschintzsch	Jutta	75
Rothhardt	Hannelore	75
Eberhardt	Marlene	75
Scheeler	Jutta	74
Deutsch	Christa	74
Wetzel	Wolfgang	74
Schöneich	Ursel	74
Marquardt	Brigitte	74
Bellstadt	Roswitha	74
Salm	Gudrun	74
Metz	Erika	74
Baier	Bärbel	74
Uebel	Monika	74
Ihlenfeldt	Helga	74
Langenhan	Marianne	74
Göhler	Inge	74
Wondack	Karin	74
Jacobs	Gerda	73
Turi	Christa	73
Jettel	Irene	73
Fichtmüller	Renate	73
Koch	Heidi	73
Heide	Karin	73
Wagner	Barbara	73
Scharfe	Karin	73
Kluge	Heidi	73
Kunstmann	Ursula	73
Norden	Irene	73
Hüther	Margarethe	73
Schrader	Helga	73
Böttcher	Marlene	72
Voigt	Monika	72
Langguth	Karin	72
Gröger	Vera	72
Wetzel	Herma	72
Scheiding	Renate	72
Wickland	Karin	72
Merkel	Annerose	71
Kurmis	Brigitte	71
Maas	Ute	71
Rötters	Dieter	69
Lütz	Inge	69
Kozlik	Ursula	69
Schubert	Heidrun	69
Elster	Barbara	68
Gerlach	Günter	68
Oberländer	Annerose	68
Eweleit	Inge	68
Dierse	Gertrud	68
Halloch	Veronika	67
Schmalisch	Gerd	67
Schleiermacher	Anneliese	67
Leibe	Felicitas	67
Daum	Barbara	67
Keilholz	Marion	66
Donath	Evelinde	66
Hoffmann	Evelyne	66
Fritsch	Gisela	66
Gräfenstein	Maike	66
Petzoldt	Regina	66
Büschel	Petra	66
Trautvetter	Bärbel	65
Biehl	Doris	65
Rindelhardt	Olaf	65
Kautz	Anna	65
Krause	Brigitte	65
Löschau	Karsten	65
Schmölling	Dorothea	65
Kehr	Edith	65
Rau	Angelika	65
Matthes	Christel	65
Wagner	Eva	65
Geier	Uta	64
Tuchard	Sonja	64
Zinner	Irmhild	64
Sedl	Gertrud	64
Liebau	Ursula	64
Kriesche	Edith	64
Matusiak	Ingeborg	64
Neumann	Renate	64
Einecke	Gabriele	64
Schaffrik	Marlies	63
Dunkel	Doris	63
Dunkel	Horst	63
Voigt	Hartmut	63
Kämpfe	Heidrun	63
Aust	Renate	63
Herzog	Elke	62
Schacht	Roswitha	62
Huke	Monika	62
Schmidt	Konstanze	62
Evers-Gutt	Maria	62
Fritz	Jutta	61
Sölter	Klaus	61
Sonnenberg	Gudrun	61
Schnabel	Sonja	61
Müller	Hermann	61
Schmöller	Marion	61
Oetken	Lutz	61
Roloff	Regina	61
Scholz	Astrid	61
Pabst	Monika	61
Pfeil	Christa	61

Mitglieder, die ihren Namen in der Geburtstagsecke nicht in unserer Vereinszeitung veröffentlicht haben wollen, melden sich bitte in der Geschäftsstelle des MTV 1860 Erfurt e.V.!

Wussten Sie schon, dass …

… unsere Akrobatik- Trainerin Anja Thiele am 23.10.2014 ihr zweites Kind Magdalene zur Welt gebracht hat? Herzlichen Glückwunsch und alles Gute an die junge Familie. Wir sind uns sicher, dass Magdalene bald in die Fußstapfen ihrer großen Schwester Henriette treten wird und ein gern gefragter „Obermann“ in der Akrobatik sein wird.

… die Frauen der Rope Skipping-Gruppe von Marlies Dunkel ihre wöchentlichen Übungsstunde spontan verlegten und am Frauensporttag des Stadtsportbundes am 04.11.2014 teilnahmen?

… wir im Herbst diesen Jahres zwei neue Kinderturn- Übungsgruppen eröffneten? Damit konnten wir der großen Nachfrage nach Sportangeboten für 4-6jährige Kindern gerecht werden. Derzeit gibt es noch freie Kapazitäten. Informationen hierzu erteilt die Geschäftsstelle.

… die Turnermädchen noch in diesem Jahr Spenden für den Kauf einer Airtrackbahn in Höhe von 1.000,00 € aufbringen möchten? Damit könnte die Turnausbildung im weiblichen Bereich deutlich verbessert werden. Wer die Abteilung unterstützen möchte, wendet sich gern an die Geschäftsstelle.

Termine und Hinweise:

22./23.11.2014	Erfurt	1. Hilfe Fortbildung
29.11.2014	Gera	Geraer Bank- Turncup Altersklasse 6-13
01.12.2014	**Erfurt**	**Dankeschön- Veranstaltung**
06.12.2014	Erfurt	Gymmotion
19.-21.12.2014	Heubach	Jahresabschluss Jugendabteilung
16.01.2015	Erfurt	Jugend- Varietee im DASDIE Brettl
28.02.2015	**Erfurt**	**Familiensporttag**
07./08.03.2015		Turngaumeisterschaften Altersklasse 5-17
27.05.2015	**Erfurt**	**Übungsleiterversammlung**
13.-21.08.2015	Kirchheim	Sommerfreizeit

Impressum:

Herausgeber:	Männerturnverein 1860 Erfurt e.V.
Redaktion:	I. Hentschel, St. Dunkel, K.-H. Preidel
Fotos:	Archiv MTV, Seite 24/25 Georg Summer
Kinder- und Jugendseiten:	Sina Wittenberg, Milena Träger, Sophia Makrinius
Geschäftsstelle:	99089 Erfurt, Mittelhäuser Str. 21c, Tel. 0361/3 46 03 60, Fax 3 46 03 22
E-Mail:	info@mtverfurt.de,
Internet:	www.mtverfurt.de
Bankverbindung:	Sparkasse Mittelthüringen, IBAN: DE84 8205 1000 0130 0615 57, BIC: HELADEF1WEM
Druck:	Gutenberg Druckerei GmbH Weimar
Auflage:	1.400 Stück

Familiensporttag

Eine sportliche Reise um die Welt

FAMILIENSPORTTAG

Flugticket
Boarding Pass

FAMILIENSPORTTAG

Flugdatum:	Samstag, 28.02.2015
Flugzeit:	10.00-12.00 Uhr
Abflughafen:	Domsporthalle/ Domstraße
Bord-verpflegung:	im Bordrestaurant der MTV Airline

28.02.2015 10.00 Uhr | Domsporthalle Domstraße

Zwischenstopp:
u.a. Russland, Neuseeland, Brasilien, Ägypten

FAMILIENSPORTTAG

28. Februar | 2015 | 10.00 Uhr