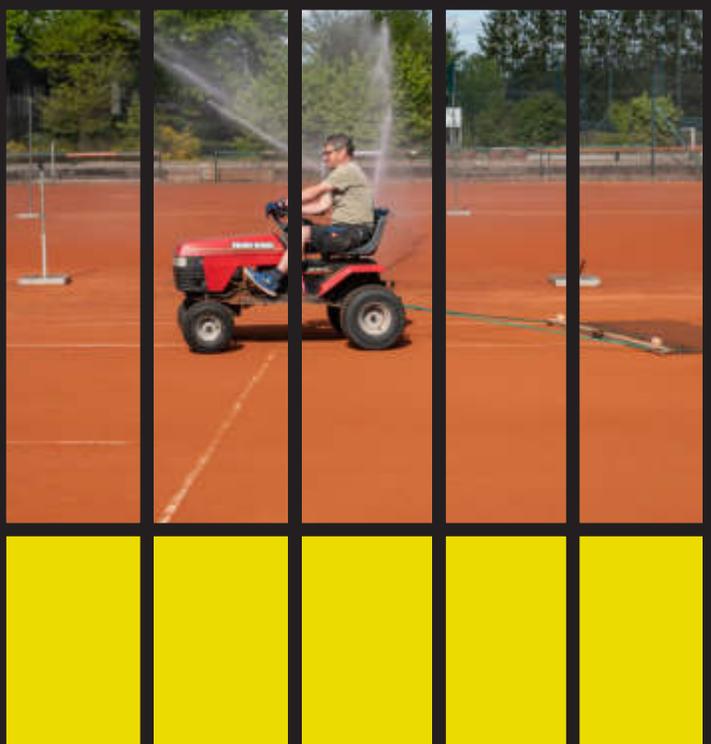


**TV HIP
BEWEGT.**



VEREINSMAGAZIN DES
TV 1879 HILPOLTSTEIN E.V.
CORONA AUSGABE - JUNI 2021



ENERPIPE

Wir bringen Wärme auf den Weg!



Unser
Technik-Team

Suchst du noch deinen **Ausbildungsplatz** für 2021?
Wir stellen einen Azubi als **Anlagenmechaniker** IHK
(w/m/d) zum Start am 1. September 2021 ein!

ENERPIPE bringt die
Energiewende voran.

Sei dabei und trag deinen Teil dazu bei!
#EnergiewendeJetzt!



ENERPIPE als starker Partner für deine Ausbildung!

Unsere Mitarbeiter machen es vor: Dank ihrer fundierten, handwerklichen Ausbildung zum Anlagenmechaniker übernehmen sie bei **ENERPIPE** nun vielfältige Führungspositionen als Abteilungsleiter für die Produktion/Technik oder im Vertrieb.

Dabei startete auch unser Geschäftsführer Ludwig Heinloth seine Karriere mit dieser Ausbildung.

Neugierig geworden?

Du kannst bei uns auch gern ein **Schnupper-Praktikum** machen!

Mehr Infos zur Ausbildung auf enerpipe.de
oder bewirb dich direkt per E-Mail
an personal@enerpipe.de

Du bist eher der Bürotyp?

Wir stellen 2022 auch
wieder Azubis als
Industriekaufmann
/frau ein!

Follow us!



ENERPIPE GmbH - An der Autobahn M1 - 91161 Hilpoltstein
www.enerpipe.de

Liebe TV-Mitglieder,
liebe Leserinnen und Leser,

trotz Dauer-Lockdown haben wir uns entschlossen, eine Sonderausgabe des TV Hip Magazins herauszubringen. In der Entstehungsphase dieser Ausgabe lag das Vereinsleben notgedrungen fast völlig brach, was vielleicht beim Lesen dieses Heftes schon wieder anders sein kann. Wir fahren ständig auf Sicht und sobald es die Corona-Regeln erlauben, werden wir im Rahmen der Möglichkeiten Sport anbieten. Vereinsleben heißt aber auch Gemeinschaft. Dieses sportliche und gesellige Miteinander war und ist während des Lockdowns gänzlich verboten. Als Verein - wie auch als Gesellschaft - werden wir aber noch längere Zeit mit dem Virus als „neue Normalität“ leben müssen. Corona warf unsere Jahresplanung 2020 schon komplett über den Haufen und 2021 umso mehr. Deshalb wollen wir dieses Heft auch nutzen: Zum einen um Danke zu sagen, allen Mitgliedern, die uns die Treue halten, allen Abteilungs- und Übungsleitern, die sich auch im Lockdown so einiges einfallen lassen und allen Unterstützern, zum Beispiel den Firmen, die in diesem Heft inserieren und allen Sponsoren, die uns trotz einjährigem Sportverbot weiterhin finanziell unterstützen. All das verdient unseren größten Respekt und sichert das Überleben.

Auch die Situation der Stadthalle bereitet uns Kopfzerbrechen. Wegen einem gerissenen Balken ist die Halle derzeit komplett gesperrt. Bisher ist nicht bekannt, was die Gutachten ergeben haben und wann die Halle wieder für den Sport genutzt werden kann. Trotzdem schauen wir zuversichtlich in die Zukunft und wollen in eine Multifunktionshalle investieren, die genau auf unsere Bedürfnisse abgestimmt ist. Gerne würden wir den Hallenneubau in Kooperation mit der Stadt am Standort Grundschule verwirklichen und warten derzeit auf die Entscheidung im Stadtrat.

Wann und wie wir unsere Jahreshauptversammlung 2021 durchführen, steht zum heutigen Zeitpunkt noch nicht fest. Wir werden jedoch der Mitgliederversammlung vorschlagen, den Beschluss zur regelmäßigen Beitragserhöhung, die in diesem Jahr anstehen würde, auszusetzen.

Was wir derzeit an Sportmöglichkeiten anbieten, findet ihr in diesem Heft. Trotz Lockdown haben wir eine ganze Menge zu bieten: Online-Sport und YouTube-Kanal, mannschaftsinterne Challenges, Home-Workouts, Bewegungswälder, Sportplatzöffnungen für zwei Haushalte, Bewegungsrallyes für Familien, Geräteverleih und viele einzelne Aktionen. Schaut immer wieder auf unsere Homepage, dort können wir schnell und flexibel die neuesten Infos einstellen.

Denn auch Bewegungsmangel ist ein globaler Killer!

Das Coronavirus tötet weltweit Millionen Menschen. Das Gleiche lässt sich über körperliche Inaktivität sagen - wobei es große regionale Unterschiede gibt. Wir alle starren wie gebannt auf die täglich ansteigende Zahl der Corona-bedingten Todesfälle, sie liegt mittlerweile bei über 3 Millionen. Eine andere Pandemie macht weniger Schlagzeilen, führt aber nicht weniger häufig zum Tod: die körperliche Inaktivität. Sie begünstigt eine Vielzahl von Krankheiten, die Menschen frühzeitig sterben lassen. Nach einer neuen Schätzung von amerikanisch-kanadischen Forschern dürften 2016 weltweit knapp 4 Millionen Personen an den Folgen von Bewegungsmangel gestorben sein.

Lasst uns in Bewegung und guten Mutes durchhalten!

Elke Stöhr

1. Vorsitzende des TV 1879 Hilpoltstein e.V.

ANSPRECHPARTNER

Monika Kraus 09174 97564 info@tv-hip.de	GESCHÄFTSTELLE	
Stefan Jotz stefan.jotz@badminton-tvhip.de	BADMINTON	
Daniel Schmidtke 0160 7665966 schmidtke-basket@web.de	BASKETBALL	
Amelie Regensburger 0151 11513508 amelie.mahl@gmx.de	FITNESS	
Siegfried Zeh 09174 977255 zeh@tvhip.de	FUSSBALL	
Amelie Regensburger 0151 11513508 amelie.mahl@gmx.de	GESUNDHEITSSPORT	
Andrea Czöppan 09174 49513 czoeppan@t-online.de	HANDBALL	
Matthias Riedel 0911 9400921 info@tvhjj.de	JU - JUTSU	
Jürgen Klingenbeck 09174 6891 juergen.la-tvhip@gmx.net	LEICHTATHLETIK	
Geschäftsstelle 09174 97564 info@tv-hip.de	REHA-SPORT	
Otto Krauß 09174 971720 orkrauss@gmx.de	S(ENIOREN)-KLASSE	S
Radek Nosovsky bzw. Lars Wechsler 0151 56684189 bzw. 0157 86826122 tkdhip@gmail.com taekwondo@tv-hip.de	TAEKWONDO	
Christian Weber 09174 977477 christian1.weber@t-online.de	TENNIS	
Robert Nachtrab bzw. Uli Eckert 09174 976203 bzw. 09172 2962 robert.nachtrab@gmx.de ulieck@t-online.de	TISCHTENNIS	
David Matheisl 09174 999888 david.matheisl@t-online.de	TRIATHLON	
Amelie Regensburger 0151 11513508 amelie.mahl@gmx.de	TURNEN	
Bernhard Krach 09174 783842 b.krach@gmx.net	VOLLEYBALL	

Klingeले Verpackungen – perfekt für Ihr Produkt



Das Zeichen für verantwortungsvolle Wirtschaft

Das Produkt unserer Kunden ist uns besonders kostbar. Daher lassen wir ihm den bestmöglichen Schutz zukommen. Optimal angepasst an ihre Funktion, entwickeln wir die perfekte Verpackung. Dies zeigt sich bereits bei der Auswahl der richtigen Materialien, über die sorgfältige und durchgängige Qualitätskontrolle bis hin zur Rückverfolgbarkeit über den gesamten Fertigungsprozess. Die Zufriedenheit unserer Kunden sowie Zertifikate wie FSC®, ISO 9001, ISO 14001 und BRC belegen unseren Qualitätsanspruch.

Dabei sorgen unsere Verpackungsentwickler nicht nur für den optimalen Schutz, sondern setzen Ihr Produkt am Einsatzort jederzeit optimal in Szene.

Wir bieten attraktive

Arbeitsplätze

Jetzt bewerben unter
www.klingeले.com/karriere/hilp

KLINGELE
PAPER & PACKAGING GROUP

DAS „GRÜNE BAND FÜR VORBILDICHE TALENTFÖRDERUNG IM VEREIN“ GEHT AN DEN TV 1879 HILPOLTSTEIN TISCHTENNIS

Bei allen Einschränkungen die es aktuell im Sport und damit natürlich auch beim TV Hilpoltstein gibt, ist dem Verein im Sportjahr 2020 trotz Corona Pandemie was bisher einzigartig gelungen.

Der Gewinn des „Grünen Band für vorbildliche Talentförderung im Verein“ ist der bedeutendste Förderpreis im deutschen Nachwuchsleistungssport. Seit 1986 fördern die Commerzbank AG und der Deutsche Olympische Sportbund über diese Initiative konsequente Nachwuchsarbeit im Leistungssport. Die Jury prämiiert dabei jedes Jahr aus 50 olympischen und nicht olympischen Sportarten/Spitzenverbänden je einen Verein. Die Tischtennisabteilung mit ihrer hervorragenden Jugendarbeit um die deutschen Tischtennisnachwuchshoffnungen Hannes Hörmann und Matthias Danzer nahm die umfangreichen Bewerbungskriterien in Angriff. Der Deutsche Tischtennisbund trifft anhand der eingereichten Unterlagen eine Vorauswahl und der „TV Hip“ wurde als einer der 3 Besten Tischtennisvereine an den Deutschen Olympischen Sportbund gemeldet. In der Sportart Tischtennis entschied sich die unabhängige Jury dann für den TV Hilpoltstein. Die Freude in der Corona bedingten Sommerpause war in der Burgstadt riesengroß. Noch nie gewann eine Abteilung des TV Hilpoltstein die höchste deutsche Auszeichnung die mit einem Preisgeld über 5.000 € für die Nachwuchsarbeit prämiert wurde. Normalerweise findet die Preisverleihung zentral beim DOSB statt was diesmal natürlich nicht möglich war. Der Preis wurde daher beim einzigen stattgefunden Heimspiel des Bundesligateam am 18.10.20 gegen den FSV Mainz 05 überreicht.

Auch der Breitensportpreis geht an den „TV Hip“

Die Tischtennisabteilung steht natürlich nicht nur für Leistungssport sondern wie der TV Hilpoltstein generell für Breitensport. Mit zahlreichen Aktivitäten wie z.B. Schulaktionen und Minimeisterschaften wurde die Tischtennisabteilung als einer von sechs Vereinen in Deutschland vom Deutschen Tischtennis-Bund für ihre Breitensportaktivitäten die vom 1. September 2019 bis zum 31. August 2020 durchgeführt wurden ausgezeichnet. Die Breitensportaktivitäten für Kinder, Jugendliche und auch Senioren sollen in der Burgstadt in Zukunft weiter ausgebaut werden, sobald die aktuelle Situation wieder geregelten (Freizeit-) Sport zulässt.

TV HIP bewegt sowohl im Spitzen- wie im Breitensport.





spkmfrs.de

Miteinander ist einfach.

Wenn man eng mit seiner Heimat verbunden ist und sich mit beachtlichen Mitteln in vielen Bereichen des Lebens engagiert.

Kein Anderer fördert Sport, Kunst, Kultur und Soziales in der Region wie wir.



Wenn´s um Geld geht

Sparkasse Hilpoltstein

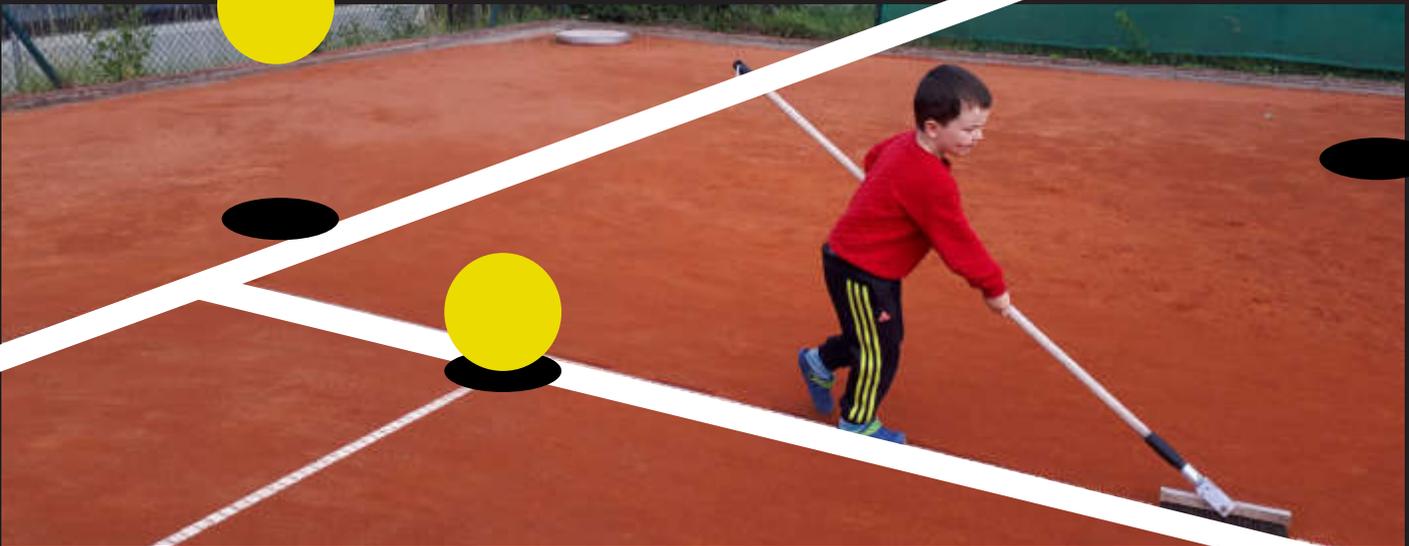
Geschäftsstelle der Sparkasse Mittelfranken-Süd

TENNIS IN CORONA-ZEITEN

Tennis als kontaktloser Sport gehört in dieser Hinsicht zu den Gewinnern der Krise. Abstand ist gegeben, die SpielerInnen sind meist durch ein Netz getrennt, Sportausübung an der frischen Luft – all das sind gute Voraussetzungen für eine geringe Virenlast. Was natürlich nicht heißt, dass wir uns angesichts der aktuellen Lage ernsthaft darüber freuen. Die Tennisplätze auf unserem Vereinsgelände sind präpariert und die Saison hat bereits begonnen. Auch im letzten Sommer war die Tennisabteilung am wenigsten von den Einschränkungen betroffen. Ein besonderes Angebot gibt es für die Kleinsten im Verein. Rudi Gaukler bietet in spielerischen Einheiten Kindertennis an.



Sollten Sie Interesse an Tennis haben, setzen Sie sich mit uns in Verbindung:
Abt.leiter: Christian Weber,
Tel. 09174 977477 oder christianweber1@t-online.de
KiGa- und Vorschulennis: Rudi Gaukler,
Tel. 0157 76489043 oder rudolf.gaukler@web.de
Kinder- und Jugendleitung: Dominik Schwemmer,
dosch7@gmx.de oder Daniel Setzke,
dani-setzke@t-online.de



PRAXIS FÜR LOGOPÄDIE

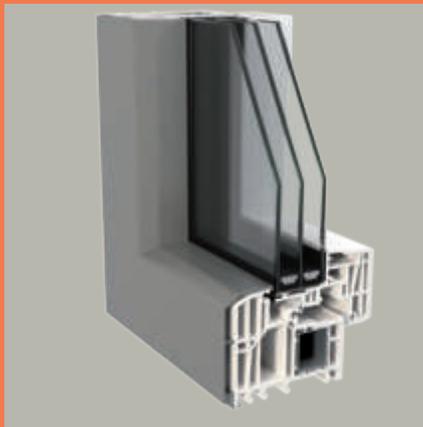
Claudia Schmitt
Staatl. anerk. Logopädin

Flurstr. 17
91161 Hilpoltstein
Tel. 09174 /49760
Fax 09174 /491092

www.logopaedie-praxis.de
schmitt@logopaedie-praxis.de

Fenster · Türen · Wintergärten

vom Fachbetrieb mit Fachberatung · Montage mit RAL-Gütezeichen



Wechsler
Seitz
Frunk

- Fenster
- Türen
- Wintergärten

Unser Ziel war es, sportliche Aktivität für Familien und vor allem Kinder zu schaffen, damit diese während des corona-bedingten Lockdowns eine Alternative zum Vereins- und Schulsport haben. Kinder die, sich generell etwas weniger bewegen, sollten durch die spielerische Verbindung von koordinativen und konditionierenden Übungen ebenfalls überzeugt werden. Auch nach dem Lockdown sollte der Bewegungswald weiter bestehen, um eine Abwechslung zum gängigen Sportunterricht der Schulen zu schaffen. Deshalb war uns beim ersten Bewegungswald auch die Nähe der Grundschule wichtig. Neben gängigen Ausdauer und Kraftübungen die leicht abgeändert und auf die Umgebung des Waldes angepasst wurden - z.B. Liegestütz am Baum oder Step up auf liegenden Baumstämmen, wurden auch immer wieder Dehnübungen und kleine Geschicklichkeitsübungen eingebaut, wie etwa das Balancieren auf einem Baumstamm. Nach der Auswahl der Übungen wurden also Schilder gestaltet, gedruckt und laminiert.

Im Wald trafen wir nun ebenfalls Vorbereitungen, Baumstämme wurden präpariert (Äste abgeschliffen) und eine Klimmzugstange installiert. An jede Station hängten wir nun die zugehörige Erklärkarte und an den Eingang sowohl ein Willkommensschild als auch einen Wegeplan.

Schon nach wenigen Tagen erfreute sich unser Projekt an großer Nutzung durch Familien. Nachdem der Lockdown gelockert und der Präsenzunterricht an Schulen teilweise wieder aufgenommen wurde, nahmen auch die Sportlehrer der Grundschule das Angebot wahr. Fast jede Sportstunde fand nun im Bewegungswald statt, da hier zum einen der Abstand gewahrt werden konnte, aber auch weil die Übungen perfekt auf die Kinder abgestimmt waren. Für die Schülerinnen und Schüler war es eine willkommene Abwechslung zum ständigen „Dritten-Sitzen“.

Beflügelt durch diesen ersten Erfolg begann Andrea Dorr einen weiteren Bewegungswald zu planen. Im Waldlehrpfad Altenhofen entstand ein weiterer „Trimm-dich-Pfad“. Direkt an der Staatsstraße zwischen Altenhofen und Mörsdorf beginnt die Route, die mit 14 Stationen ausgestattet ist: Ausfallschritte, Liegestützen, Kniebeugen und viele weitere sportliche Übungen in unterschiedlich schweren Ausführungsvarianten wurden auf Stations-schilder gebracht und im Wald - nach Rückfrage bei der Forstverwaltung - aufgehängt. Parallel dazu wurde ein Erklärvideo gedreht, das sich jeder erstmal am YouTube anschauen kann, bevor er sich auf den Weg begibt. Auch dieser Bewegungswald erfreut sich großer Beliebtheit.

Unser dritter Bewegungswald an der Dorotheenhöhe widmet sich dem Thema „Achtsamkeit“, denn Körper und Seele bilden bekanntlich eine Einheit. Eine weitere Tour ist in Planung - dazu demnächst weitere Infos auf der Homepage. Wer unsere Wälder noch nicht besucht hat, sollte dies schnellstmöglich nachholen.



www.netter-bauart.de



**NETTER
BAU
ART**

ENTWURF / PLANUNG

BAUUNTERNEHMEN

DESIGN

IHR PARTNER FÜR
SCHLÜSSELFERTIGEN
WOHN- & GEWERBEBAU

Max Netter GmbH
Hagenbucher Str. 31
91171 Greiding
Fon 0 84 69 - 90 10 70
info@netter-bauart.de

Ihr Auto und Ihr Zuhause sind bestens abgesichert.



Und Sie und Ihre Familie?



**JETZT
BERATEN
LASSEN!**

Wenn es um Absicherung geht, sollten Sie nicht nur an Ihre vier Räder und Ihre vier Wände denken. Denken Sie auch mal an sich und Ihre Lieben. Ob für das Wohl Ihrer Gesundheit, Alters- oder Pflegevorsorge, Arbeitskraft- oder Hinterbliebenenabsicherung – wir sind jederzeit für Sie da und beraten Sie gerne.

Vertrauensfrau

Silvia van Onna

Tel. 09174 491476

silvia.vanonna@HUKvm.de

HUK.de/vm/silvia.vanonna

Marquardsholz D 9

91161 Hilpoltstein

Termin nach Vereinbarung



HUK-COBURG

Aus Tradition günstig

WOHNUNGS

Liebe Athleten*innen herzlich Willkommen zur diesjährigen Wohnungsolympiade! Wir vom TV Hilpoltstein wünschen euch allen viel Glück und viel Spaß. Aber nehmt das Ganze bloß nicht auf die leichte Schulter, es handelt sich hiebei ja schließlich um eine Olympiade, das Sportfest aller Sportfeste. Bevor es losgeht stellt sicher, dass ihr alle genug zu trinken habt, denn es wird bestimmt anstrengend.

Hier findet ihr unsere Disziplinen, in denen ihr gegen eure Eltern und/oder Geschwister antreten könnt. Ihr braucht: Luftballons, eine Stoppuhr, Eimer, mehrere Sockenpaare, ein Seil, mind. sieben Rollen Klopapier, Papier. Gebt euer bestes und bringt eure Konkurrenten ordentlich ins Schwitzen! Viel Spaß und Erfolg!

- 1 **Hampelmann**
(Wer schafft mehr Hampelmänner in 30 Sekunden?)
- 2 **Socken-dribbeln**
(Wer ist am schnellsten?)
- 3 **Socken-Zielwurf**
(Wer wirft am genauesten?)
- 4 **Sprünge**
(Wer schafft mehr Sprünge in 30 Sekunden?)
- 5 **Zielwerfen**
(Wer trifft die meisten Klorollen?)
- 6 **Liegestütz**
(Wer schafft die meisten Liegestütze?)
- 7 **Papierfliegerwerfen**
(Wer wirft am weitesten?)
- 8 **Luftballon hochhalten**
(Wer hält den Luftballon am längsten in der Luft?)
- 9 **Schere-Stein-Papier**

Hampelmänner, es wird laut mitgezählt.

Anzahl: SPIELER 1 SPIELER 2 SPIELER 3 SPIELER 4 SPIELER 5

Man legt vier bis fünf Sockenpaare im Abstand von ca. einem Meter in einer Linie auseinander. Nun versucht man mit einem anderen Sockenpaar so schnell wie möglich im Slalom durch die Socken hin- und zurück zu Dribbeln.

Zeit:

Man stellt einen Eimer etwas entfernt von sich auf. Nun versucht man mit ca. fünf Sockenpaaren den Eimer zu treffen. Der Abstand des Eimers kann gerne variiert werden.

Getroffene Würfe:

Es wird laut mitgezählt. Gesprungen wird von rechts nach links (z.B. über ein Handtuch oder Seil)

Anzahl:

Man baut einen Turm aus sechs Klopapierrollen auf eine erhöhte Fläche wie etwa einen Tisch. Nun versucht man mit einer anderen Klopapierrolle den Turm umzuwerfen. Man hat dafür zwei Versuche.

Übrige Klorollen:

Man geht in Liegestützposition und macht nun so viele Liegestütze wie möglich.

Anzahl:

Alle Athleten bauen sich einen Papierflieger. Zum Werfen stellen sich alle auf eine Linie, das Kind, dessen Papierflieger am weitesten fliegt, hat gewonnen.

Meter:

Man bläst einen Luftballon auf und versucht nun diesen so lange wie möglich in der Luft zu halten. Wem das zu einfach ist, kann auch nur den Fuß benutzen (Eltern). Wie lange konntet ihr den Luftballon hochhalten?

Sekunden:

Man sucht sich eine Treppe. Stellt sich nun zu zweit auf die Mitte der Treppe. Jetzt spielt man Schere-Stein-Papier gegeneinander. Der Gewinner geht immer eine Treppenstufe hoch. Der Verlierer immer eine Treppenstufe hinunter. Wer als erstes ganz oben ist gewinnt.

www.DRAXSTORE.com



I ♥ MY FLIPS

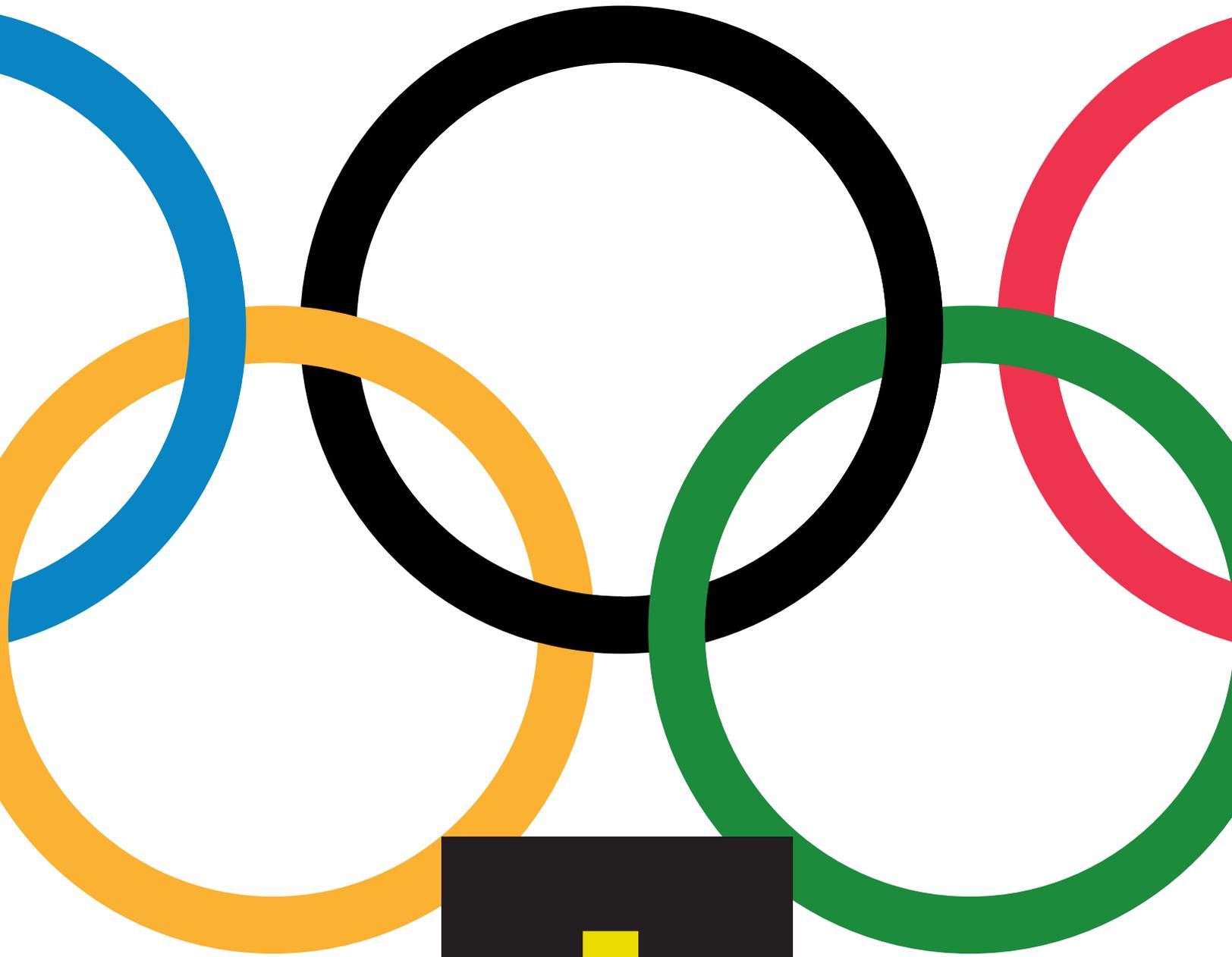


Schwabach: 091 22 / 875 54-0
Hilpoltstein: 091 74 / 26 23



www.draxstore.com
www.sh-draxler.de

- OLYMPIADE



DIE S-KLASSE

SENIORENSPORT IM TV HILPOLTSTEIN

WUSSTEN SIE SCHON,

- Dass in der Stadt Hilpoltstein derzeit ca. 3.600 Menschen im Alter von 60 Jahren und darüber wohnen?
- Dass im TV 1879 Hilpoltstein ca. 400 Menschen in diesem Alter Mitglied sind? Das sind alle Mitglieder über 60 Jahre. Wie viele von ihnen werden wohl aktiv sein und sich in einer unserer Gruppen bewegen? Wenn man generell davon ausgeht, dass ca. 30 % der Bevölkerung Mitglied in einem Sportverein sind, dann wären das in dieser Altersgruppe ca. 1000 Personen. Es fehlen also ca. 600 Personen. Gut, vielleicht sind ja auch viele in einem Fitness-Studio aktiv?
- Dass der TV Hilpoltstein wöchentlich mehr als 20 Sport- bzw. Bewegungsmöglichkeiten anbietet, die für „Ältere“ geeignet sind?
- Dass sich im TV Hilpoltstein viele qualifizierte Übungsleiter engagieren, davon sechs mit der Zusatzausbildung „Sport für Ältere“, vier mit spezieller „Reha-Ausbildung“ und mindestens zehn mit „Präventions“-Ausbildung.
- Dass der TV Hilpoltstein mit dem Zertifikat „seniorenfreundlicher Sportverein“ ausgezeichnet wurde.

NUN KÖNNTE MAN SAGEN,

- Dass man sich ja auch allein intensiv bewegen könne, ohne Mitglied in einem Sportverein zu sein.
- Oder man beteiligt sich am umfangreichen Kursprogramm des TV, das geht auch ohne Mitgliedschaft.
- Oder man steht auf dem Standpunkt, dass das Thema SPORT im gehobenen Alter ein für allemal erledigt ist.
- Oder man hat noch nie im Leben Sport getrieben und sieht gar keinen Grund, jetzt noch damit anzufangen.

MAN MUSS ABER AUCH ERKENNEN,

- Dass der Mensch darauf angelegt ist, sich zu bewegen. „Wer rastet, der rostet“ – dieses Sprichwort kennt jeder, und es gilt für jede Altersstufe. Kraft, Ausdauer, Koordination lassen sich trainieren – auch im Alter. Und die Beweglichkeit lässt sich durch regelmäßiges Training erhalten, sogar verbessern.

Nun muss man noch dazu sagen, dass der Begriff „Sport“ im Alter eigentlich ersetzt werden müsste durch „Bewegung“; aber natürlich Bewegung mit dem Anspruch einer Forderung – denn Lässigkeit bringt uns nicht weiter. Und Regelmäßigkeit ist auch vonnöten.

Sport im Alter, auch wettkampfmäßig – ja, das gibt es schon auch! Denken wir an Triathleten oder Tennis- oder Tischtennispieler, die gerne noch in einer Mannschaft spielen, wie sie es schon immer gewohnt waren. Das sollen sie auch weiterhin tun, solange es gesundheitlich geht und solange es Spaß macht. Und vor allem, weil man seine freundschaftlichen Kontakte weiter pflegen kann.

Dass Bewegung in der Gruppe mehr Spaß macht, gilt für die meisten Menschen. Gerade im Alter tut es gut, ein „Gegenüber“ zu haben, mit dem man auch mal reden, lachen, Meinungen austauschen kann. Sicher kennen Sie den Slogan „gemeinsam statt einsam!“ – den setzen wir gerne auch für unsere Senioren im TV ein und organisieren auch – wie im vergangenen Jahr – eine Theaterfahrt, einen Vortrag, eine Weihnachtsfeier und den UDO-Fasching 60 plus, auch heuer wieder ein toller Erfolg!

**DARUM
HEUTE
UNSER TIPP:
SENIOREN-
SPORT BEIM
TV HIP!**

Parkett, Bodenbeläge & Türen für Hilpoltstein und die Region



Tür Riva Ri 1 mit Griff Lena

Teppichboden mit Bordüre im Wunschmaß

Parkettdele Eiche mood gebürstet Nature

JOKA
FACHBERATER

Parkettböden

Vinylböden

Linoleumböden

Teppichböden

Spachtelböden

Türen


kötschau böden
nürnberg | hilpoltstein

Parkett | Bodenbeläge
verlegen | auffrischen

Alfons-Stauder-Straße 91
90453 Nürnberg (Katzwang)
Telefon 0911 / 631 22 22
Web: www.koetschau-boeden.de

Martin-Behaim-Straße 6a
91161 Hilpoltstein (bei Roth)
Telefon 09174 / 999 89 03
E-Mail: info@koetschau-boeden.de

BEWEGUNG – SPASS – SPORT MIT FREUNDEN

FERIEN CAMPS DES TV HILPOLTSTEIN

Unsere Ferien Camps bieten eine sportliche Betreuung, bei der die Kinder verschiedene Sportarten kennenlernen und ausprobieren können. Qualifizierte Übungsleiter bieten Kindern zwischen 6 und 11 Jahren ein abwechslungsreiches und vielfältiges Programm an.

Leider mussten wegen der Corona-Pandemie mehrere Camps ausfallen. Das letzte Camp, das wir veranstalten konnten, war in den Sommerferien 2020. Meist sind unsere Camps innerhalb weniger Wochen ausgebucht. Etwa 30 Kinder, geteilt in zwei Gruppen, werden täglich von 8 bis 15 Uhr von Trainer/innen und FSJ lern des TV Hip betreut. Mit Unterstützung einiger Abteilungen des TV können die Kinder verschiedenste Sportarten wie Handball, Fußball, Taekwondo, Tischtennis, Artistik und Leichtathletik ausprobieren. Spiele, eine Bastelstationen wie T-Shirts bemalen und eine Erlebnis-Rallye runden das Programm ab. Wir freuen uns jetzt schon auf die kommenden Camps.



Die Termine für die kommenden Camps:

Pfingstferien 2021	Mittwoch – Freitag, 26.05. – 28.05.2021 (8:30 bis 13:30 Uhr)
Sommerferien 2021	Mittwoch – Freitag, 04.08. – 06.08.2021 (8 bis 15 Uhr)
Herbstferien 2021	Dienstag + Mittwoch, 02. + 03.11.2021 (8 bis 14 Uhr)
Buß- und Betttag 2021	Mittwoch, 17.11.2021 (8 bis 13 Uhr)

Eine Anmeldung ist ab sofort über unsere Homepage möglich:
www.tv-hip.de/veranstaltungen

Baugeschäft **hans meier** GmbH

*Ihr Partner am
im, um den Bau*



- Schlüsselfertiges Bauen
- Rohbauarbeiten zum Festpreis
- Altbausanierung
- Gerüstbau
- Erstellen von Eingabeplänen
- Baustoffhandel

Dieselstr. 9 • 91161 Hilpoltstein

Tel.: 09174/3053 meier-bau-hilpoltstein@t-online.de

LEIDER IST DAS JAHR 2021 NICHT EINFACHER GEWORDEN ALS 2020. DAS CORONA-VIRUS HAT UNS FEST IN DER HAND, DOCH WIR HABEN IHM DEN KAMPF ANGESAGT!

Da der Lockdown anhält und die Turnhallen geschlossen sind, findet das Training weiterhin im Internet statt oder jeder versucht, sich selber fit zu halten.

Taekwondo lässt sich hervorragend auch in den heimischen vier Wänden trainieren. Viele Techniken und Übungen eignen sich sehr dafür. Unsere Abteilung gehört zum Glück der U-Chong Familie an, somit haben wir einen grenzübergreifenden Kontakt zu anderen Vereinen und haben die Möglichkeit mit vielen Großmeistern online zu trainieren. Mit dem heutigen Stand der Technik ist vieles möglich. Es wurde sogar schon eine DAN Prüfung abgehalten. Der Anspruch bei dieser Prüfung war genauso hoch, wie bei einer Prüfung vor Ort. Nur, dass die Prüfer vor einem Bildschirm saßen und ihre Anweisungen über ZOOM durchgaben. Es wurden aber auch Einzelprüfungen vor Ort abgenommen. Der Prüfer ist zu diesem Zweck zum Prüfling nach Hause gefahren und hat unter den geltenden Auflagen die Gürtelprüfung abgenommen.

Dass sich unsere Mitglieder, unter diesen schweren Bedingungen, der Prüfung stellen zeigt wie hoch die Motivation ist. Wir alle hoffen, dass wir bald das Corona Virus „wegkicken“ und uns unter realen Bedingungen wieder sehen.

Radek Nosovsky

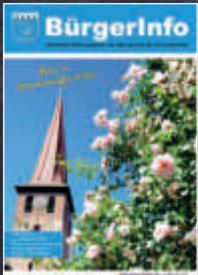
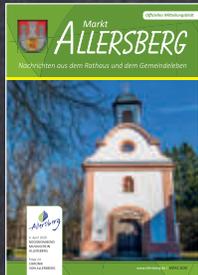
**// IHRE COMPUTER SPINNEN?
// IHR NETZWERK LÄUFT NICHT?**

Rufen Sie uns an!
Wir zähmen IT-Monster!
www.it4network.de
09171/89 59 90

25
JAHRE

IT4Network

Ihr starker Partner für Werbung in der Region!

SCHWARM
Verlag+Medien

www.schwarm-verlag.de

Industriestraße 18 | 91161 Hilpoltstein | Telefon (09174) 96 05 | info@schwarm-verlag.de



Seit über 30 Jahren an Ihrer Seite



APOTHEKE IM FÜRSTENHOF
Maximilian Tratz e. K.

Johann-Friedrich-Straße 1 – 91161 Hilpoltstein
09174/3977 www.apotheke-im-fuerstenhof.de



Toyota Vertragshändler
Siemensstr. 1
91161 Hilpoltstein
Tel: 09174-47120
www.hirscheider.de





Daimlerstraße 6
Ecke Boschring
Hilpoltstein
09174/977 37 414

Holzfußböden Landhausdielen Designböden

Übungen mit dem Schwamm - Viel Spaß dabei!



10 x

ÜBUNG 1

Leg dir den Schwamm auf den Kopf und geh durch den Raum - wenn möglich, setz dich auf einen Stuhl und steh wieder auf
➤ ohne den Schwamm festzuhalten



10 sec

ÜBUNG 2

Halt den Schwamm mit gestreckten Armen in Vorhalte und drück ihn fest zusammen.
➤ lass die Schulter tief und zieh den Bauchnabel nach innen



10 sec

ÜBUNG 3

Steck den Schwamm oberhalb der Knie zwischen die Beine, heb beide Beine an und drück den Schwamm fest zusammen.
➤ atme normal weiter und zieh den Bauchnabel nach innen

ZUHAUSE FIT BLEIBEN #zamfitbleim



10 sec

ÜBUNG 4

Setz dich auf einen Stuhl und zwick den Schwamm zwischen Rücken und Stuhllehne. Versuch genau dort die Wirbelsäule gegen den Schwamm zu drücken. Verändere die Position des Schwammes
➤ zieh den Bauchnabel Richtung Wirbelsäule



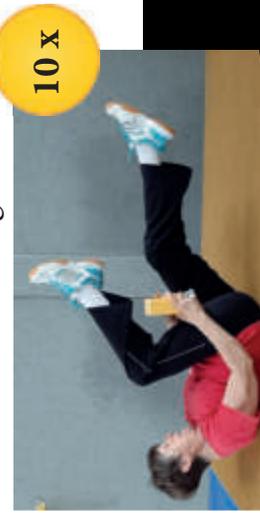
10 x

ÜBUNG 5

Mach Armkreise und übergib den Schwamm jeweils oben und unten - wenn möglich hinter dem Körper. Diese Übung geht im Sitzen oder im Stehen.
➤ richte dich im Rücken auf

ÜBUNG 6

Leg dich auf den Rücken, heb den Kopf leicht an, zieh abwechselnd das rechte und linke Bein an und lass den Schwamm im 8er um das Bein kreisen. ➤ atme ruhig weiter



10 x



mit freundlicher Unterstützung der Sparkasse Hilpoltstein



Home-Trainingsplan 22

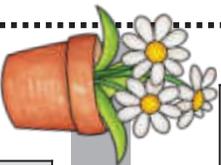
Hallo liebes Leichtkind,

Hier der neue Trainingsplan. Diese Woche machen wir ein Workout im Garten.

Bist Du bereit? Na dann mal los!!!

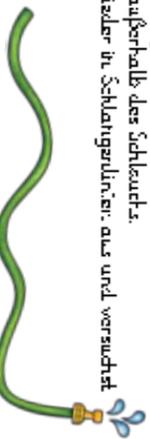
Fitnessübungen der Woche

Kerze	<p>Lege dich auf den Boden, die Arme sind ausgestreckt und an deiner Hüfte. Zieh deine Beine an und drücke sie nach oben in Richtung Decke. Dann: senkrecht. Die Hände schräg hinter dir. die Hüfte. Die Beine ganz nach oben strecken, bis sie korzengerade sind.</p>
halber Hampelmann	<p>Lege dich auf eine Seite. Streck deine Arme über dem Kopf aus. Nun hebst Du dein oberes Bein und deinen oberen Arm leicht an. Dein unterer Arm und dein unteres Bein bleiben auf dem Boden. Sie geben dir Halt. Nun machst Du einen halben Hampelmann. Dazu reibst Du dein oberes Bein an und bewegst dein Arm in Richtung deiner Seite. Wechsle nach einiger Zeit die Seite.</p>
Wandsitzen	<p>Lehe dich mit deinem Rücken an die Wand. Dabei genst Du soweit in die Knie, dass es so aussieht, als ob Du auf einem Stuhl sitzen würdest. Diese Position hältst Du, bis 30 Sekunden abgelaufen sind.</p>



Garten-Workout

Gartenschlauch	<p>Rolle den Gartenschlauch aus. Lege ihn dabei in Schlaufenlinien aus. Nun springst Du abwechselnd rechts und links neben dem Schlauch, zunächst beidseitig, dann nur mit dem linken Bein und als letztes nur mit dem rechten Bein. Du kannst auch weitere Sprungvarianten ausprobieren.</p> <p>Lege den Schlauch in einem Oval auf den Rasen. Nun springst Du wie beim Hüpfkästchen: mit beiden Beinen gleichzeitig nach vorne, dann rückwärts. Du deine Beine wieder, sie landen nach dem Sprung außerhalb des Schlauchs.</p> <p>Zum Schluss legt Du den Schlauch wieder in Schlaufenlinien: aus und verstaust darauf zu basteln.</p>
----------------	--



Einser

Suche dir fünf Einser oder ähnliches. Stelle sie Einser in einer Reihe auf. Der Abstand der Einser zueinander sollte dabei ungefähr ein Schritt sein.

Zuerst läufst Du langsam um die Einser. Dann hüpfst Du beidseitig sowie einseitig über die Einser. Nun kommt noch etwas Krafttraining hinzu. Vor jedem Einser machst Du eine Liegestütze und springst dann seitenübergreifend über.



Sportel deinen Namen

LENA

In der Tabelle findest du zu jedem Buchstaben eine kleine Fitnessaufgabe. Suche die Aufgaben zu deinem Namen heraus und mache sie nacheinander. Vielleicht haben deine Eltern und Geschwister ja auch Lust ihren Namen zu sporteln 😊

A	5 Luftsprünge	N	3 Sit Ups
B	10 Hampelmann	O	Laufen wie eine Giraffe (auf Zehenspitzen)
C	3x im Kreis drehen	P	30 Sekunden Krüchelauf
D	Hüpfen wie eine Känguru	Q	5 Krabben
E	1 Minute am Platz joggen	R	Froschsprünge
F	10x in die Hände klatschen	S	5x auf linkem Bein hüpfen
G	Zickwärts laufen	T	10 Liegestütze
H	5x auf rechtem Bein hüpfen	U	1 Minute Seilspringen
I	20 Trissauer Schritte	V	wie ein Affe umherhängen
J	5x auf dem Boden Hine- & Her Rollen	W	30 Sec an der Wand sitzen
K	Stehe auf einem Bein	X	Puzzlebaum
L	Entengang/Entwurzelschritt	Y	1x ums Haus reiten
M	1 Minute Fahrradfahren im Rückwärtsgang	Z	3 Burpees

Solltest Du noch Fragen haben, kannst Du dich gerne bei uns melden.

Deine Trainer

Elektro- Rupprecht GmbH

- ✓ Beratung und Planung
- ✓ Elektroinstallationen
- ✓ Netzwerkinstallationen
- ✓ SAT-Anlagen
- ✓ Kundendienst
- ✓ E-Check / Geräteüberprüfungen

Monteur (m/w/d) gesucht

**Albrecht Dürer Str. 21
91161 Hilpoltstein**

**Tel. 09174 - 977 94 30
Mobil: 0170 205 54 19**

**jochen-rupprecht@outlook.de
www.elektro-rupprecht.biz**



Mitglied der
Elektroinnung

SCHIEDS - UND KAMPFRICHTER

OHNE SIE KANN KEIN WETTKAMPF STATTFINDEN.

Wir haben vier Personen interviewt, die in verschiedenen Sportarten für den TV Hilpoltstein den regelgerechten Spielverlauf überwachen und gegebenenfalls regelwidriges Verhalten ahnden.

Seit wann bist du SchiedsrichterIn?

- **Katrin Rettlinger:** Ich bin diesen Sommer seit 11 Jahren Schiedsrichter, habe damals meinen Basisschein gemacht und ein Jahr später die Ausbildung zum C-Schiedsrichter gemacht.
- **Elisabeth Viehmann:** Schiedsrichter bin ich seit etwa 10 Jahren, ich glaube sogar noch etwas länger.
- ▲ **Fritz Löschmann:** Ich bin seit 1989 Schiedsrichter und das nur im Kreis Neumarkt und beim TV Hip.
- **Niklas Eckert:** Ich bin mit 13 Jahren Schiedsrichter geworden also vor 10 Jahren – 2011. Allerdings bin ich auch schon seit 5 Jahren nicht mehr aktiv.

Wie bist du zur Tätigkeit als SchiedsrichterIn gekommen?

- **Katrin Rettlinger:** Ich spiele selbst seit beinahe 15 Jahren Basketball und der damalige Abteilungsleiter hatte gefragt, wer Interesse hätte. Da habe ich mich gemeldet.
- **Elisabeth Viehmann:** Ich kam dazu, als ich das Landesfinale für Tennis organisierte. Dort kam ich ins Gespräch mit Herbert Roth, der mich von einer Ausbildung zum Schiedsrichter überzeugen konnte.
- ▲ **Fritz Löschmann:** Im Fußball muss jeder Verein eine bestimmte Anzahl von Schiedsrichtern stellen, ansonsten muss er einen bestimmten Betrag zahlen, darum habe ich mich für die Tätigkeit als Schiedsrichter entschieden, weil ich mich sehr für den Fußballsport interessiere und mich mit Eberhard Frohns oft über den Job unterhalten habe, habe ich mich zum Lehrgang angemeldet.
- **Niklas Eckert:** Ich hatte meine aktive Fußballkarriere in der E-Jugend beendet, um Tischtennis als Leistungssport betreiben zu können. Aber weil ich Fußball einfach liebe, wollte ich mit dem Sport als Schiedsrichter verbunden bleiben.

Hattest du schon einmal eine Konfrontation mit Fans, Spielern oder Trainern aufgrund einer deiner Entscheidungen?

- **Katrin Rettlinger:** Ja, es gibt immer Spieler oder Trainer, die die Entscheidung in diesem Moment nicht verstehen/akzeptieren, klar da kochen Emotionen. Einmal hatte ich sogar Drohungen aus dem Publikum bekommen. Seit ich etwas höher pfeife, ist es aber viel angenehmer geworden, da die Spieler die Regeln besser kennen und verstehen.
- **Elisabeth Viehmann:** Nein tatsächlich nicht, da Tennis auf Regelentscheidungen beruht. Die Regeln sind eindeutig, sodass jede Entscheidung klar begründet werden kann. Daher gibt es auch wenig Anlass für Diskussionen.
- ▲ **Fritz Löschmann:** In meiner Laufzeit gab es immer wieder Unstimmigkeiten, sei es mit Zuschauern oder Spielern. Das gibt es doch in jedem Spiel. Meistens wegen Unkenntnissen über die Regeln. Ich wurde schon das ein oder andere Mal böse angeschaut, aber Prügel oder Handgreiflichkeiten waren nie der Fall.
- **Niklas Eckert:** Andauernd, aber das fand ich auch so spannend am Schiedsrichtersein. Man ist fast durchgehend mit zig Emotionen anderer Menschen konfrontiert und muss selbst ruhig bleiben und die Situation kontrollieren. Das ist eine sehr gute Charakterschule.



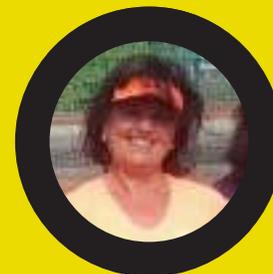
Katrin Rettlinger



Fritz Löschmann



Niklas Eckert



Elisabeth Viehmann

Wie oft warst du vor dem Stopp der Vereinsaktivität durch Corona als SchiedsrichterIn eingesetzt?

- **Katrin Rettlinger:** Pfeifen tue ich immer für den TV Hip, aber Jugendspiele habe ich das Jahr vor Corona nicht gepfiffen, das haben wir unseren Schiedsrichtern überlassen, hier war ich mehr im Bezirk unterwegs. Aber davor habe ich sehr oft daheim unsere Jugend gepfiffen. Ab und zu bin ich auch eingesprungen, wenn bei unseren Herren nur ein Schiedsrichter eingetragen war und habe mitgepfiffen, wenn die Gastmannschaft einverstanden war.
- **Elisabeth Viehmann:** Relativ häufig, da ich Oberschiedsrichter beim Tennisverein bin - zusammen mit Andreas Cebulla und Christian Frank.
- ▲ **Fritz Löschmann:** Meine Einsätze vor Corona waren während des Spielbetriebs im Regelfall zwei bis drei Spiele in der Woche.
- **Niklas Eckert:** Da ich nicht mehr aktiv bin, hat mich die Corona-Pandemie in dieser Hinsicht nicht betroffen.

Bist du selbst in einer Sportart als SpielerIn aktiv?

- **Katrin Rettlinger:** In Hip direkt spiele ich nicht mehr, da wir seit 2012 keine eigene Damenmannschaft mehr haben, ich bin dann nach Roth gegangen. Für Hip bleibe ich als Schiedsrichter und Kassenwart oder als Zuständige für den Verkauf bei Heimspieltagen natürlich aktiv.
- **Elisabeth Viehmann:** Ich war früher als Mannschaftsführerin im Tennis aktiv, was später dann ein Grund für mein Amt als Schiedsrichter war.
- ▲ **Fritz Löschmann:** Bis zur Corona-Zeit habe ich Fußballtennis gespielt und bei den Sonntagskickern, geht im Moment aber leider nicht. Schade.
- **Niklas Eckert:** Ich habe 12 Jahre lang aktiv Tischtennis gespielt und laufe mittlerweile auf der Langstrecke.

Wie kann man zum Schiedsrichter oder Kampfrichter werden?

Unparteiische werden dringend gebraucht. Oft stehen Trainerausbildung oder Übungsleiterschein im Vordergrund, aber auch Schiedsrichter müssen eine Ausbildung mit Prüfung ablegen. Je nach Sportart gibt es dafür verschiedene Richtlinien und je nachdem, wie man „Karriere“ machen möchte, denn auch als Schiedsrichter kann man - je nachdem wie viel Zeit und Herzblut man investiert - höherklassig zum Einsatz kommen. Meist gibt es für die Einsätze eine kleine Aufwandsentschädigung. Im Normalfall muss jeder Verein, der sich zum Liga-/Wettkampfbetrieb anmeldet, auch Schieds-/Kampfrichter stellen - oder Strafbgebühr bezahlen. Wer gerne für den TV Hilpoltstein zum „Richter“ werde will, darf sich bei uns in der Geschäftsstelle oder dem jeweiligen Abteilungsleiter melden.

Wir würden uns freuen!

Sanitär, Heizung, Solar

Thomas Schmauser

Ihr zuverlässigen Partner



Stefanie und Thomas Schmauser

Unser Service für Sie:

- Wir wollen die räumlichen Gegebenheiten genauso wie ihre Wünsche mit berücksichtigen und kommen zu Ihnen nach Hause
- Wir erstellen Ihnen ein unverbindliches Angebot über ihr neues Badezimmer
- Dank 3D-Planung können wir ihr Bad im Vorfeld virtuell realisieren
- Wir garantieren Qualität! „Die Erinnerung an eine schlechte Qualität währt länger als die kurze Freude am günstigen Preis.“
- Ausführung erfolgt zum Wunschtermin

Mit dem Fortschreiten des demografischen Wandels rückt das Thema Barrierefreies Planen stärker in den Fokus.

Um angemessen auf eine immer älter werdende Gesellschaft und die damit verbundenen Folgen zu reagieren, müssen passende Konzepte entwickelt werden.

Ziel ist es, innovative Lösungen für alle Generation zu finden, die zum einen nach den Bedürfnissen des Nutzers angepasst werden und zum anderen einen optischen Gleichklang mit sich bringen.

Die Begrifflichkeit „Barrierefreiheit“ wandelt sich immer mehr. Barrierefreiheit wird als Mehrwert angesehen, sofern sie sich in das Gesamtkonzept mit integriert.

Wir sind als generationenfreundliches Unternehmen zertifiziert. In puncto Badsanierung „barrierefrei“ beraten wir sie gerne.

Sie sind nur noch wenige Schritte von ihrem barrierefreien Traumbad entfernt. Wir gestalten Ihre **Bad(t)räume** nach Ihren Wünschen und Bedürfnissen - ob NEU oder im Bestand.

Besuchen Sie unsere Badausstellung in der Siemensstraße.

Dort können sie sich über die derzeitigen Trends informieren und inspirieren lassen.



**Siemensstraße 9 ▪ 91161 Hilpoltstein
Tel. 09174 / 26 90 ▪ www.schmauser-online.de**

EIN JAHR BEIM TV 1879 HILPOLTSTEIN

Jedes Jahr machen ein bis zwei Schulabgänger ein Freiwilliges soziales Jahr im Sport beim TV Hilpoltstein. Was sie dabei erleben und wie sie dazu gekommen sind, erzählen sie hier:

Was hat dich zum FSJ/BFD gebracht?

Felix: Nach dem Abitur war es zuerst mein Plan ein Auslandsjahr zu machen oder erstmal ein Jahr Pause einzulegen. Da durch die Maßnahmen, die wegen des Coronavirus getroffen wurden, ein Auslandsjahr nicht in Frage kam und ich mich dann gegen ein Jahr „Nichtstun“ entschied, wurde ich auf die Möglichkeit eines freiwilligen sozialen Jahrs aufmerksam, welche ich dann auch ergriff.

Bastian: Nach dem Abitur letztes Jahr wusste ich noch nicht, in welche berufliche Richtung ich gehen will. Studieren wollte ich noch nicht, da ich finde, dass man in der Schule schon genügend am Lernen war und danach mal etwas Abwechslung nicht schadet. Vom FSJ/BFD habe ich nur Gutes gelesen und positive Erfahrungen gehört, deshalb bestand auf jeden Fall Interesse. Außerdem konnte ich durch das BFD im Sport mein Hobby mit der Arbeit verbinden.

Was gefällt dir am FSJ?

Felix: Zum einen der Kontakt zu vielen verschiedenen Menschen, auf der anderen Seite aber auch der sportliche Aspekt. Da es mir generell Spaß macht, viel mit anderen Menschen zu interagieren, war das FSJ genau das Richtige für mich. Sowohl an der Grundschule als auch im Verein habe ich bisher viele neue Personen kennengelernt. Die Arbeit mit Kindern ist eine weitere Sache, die mich am FSJ reizt, vor allem in der durch das Coronavirus bedingten Notbetreuung an der Grundschule sind mir die Kinder ans Herz gewachsen.

Was hast du bisher aus deinem FSJ mitgenommen?

Felix: Auf jeden Fall viel! Ich habe viel im Umgang mit Kindern gelernt, vor allem durch meine Arbeit an der Grundschule, aber auch durch das Training im Verein. Außerdem habe ich viele verwaltungstechnische Fähigkeiten erlernt und verbessert. Der Umgang mit Excel fällt mir nun viel leichter, trotz anfänglicher Schwierigkeiten, da ich in der Schule nur die Programme Word und Powerpoint genauer kennengelernt hatte. Generell finde ich aber auch, dass ich organisierter und selbstbewusster geworden bin.

Wie sieht deine Arbeit zurzeit aus?

Felix: Zum einen bin ich mit Bastian viel an der Grundschule in der Notbetreuung eingesetzt, wo wir Kinder betreuen, bei den Hausaufgaben helfen oder und im Pausenhof sportlich betätigen. Wir sind aber auch viel im Büro mit verschiedensten Aufgaben beschäftigt und planen z.B. neue Aktionen wie die Osterchallenge oder verschiedene Feriencamps. Natürlich ist so etwas wie Vereinstraining oder Schulunterricht nicht wirklich unsere Aufgabe zurzeit, ich hoffe aber, dass sich das bald ändert und wir wieder unsere „normalen“ Aufgaben machen dürfen. An sich macht es aber dennoch Spaß trotz der Einschränkungen durch Corona.

Bastian: Die Tage sind natürlich immer etwas verschieden. Meistens startet meine Arbeit aber um 8 Uhr in der Grundschule. Dort unterstütze ich verschiedene Lehrkräfte beim Sportunterricht. Nach der Mittagspause geht es dann weiter. Am Donnerstag habe ich zum Beispiel in der Realschule beim Profilfach Radsport mitgeholfen, in dem wir mit den sportbegeisterten Kindern und Jugendlichen verschiedenste Trailwege abfahren. Dadurch können die Kinder mit viel Spaß und Freude die Kontrolle über ihr Fahrrad verbessern. Oft ging es nach einer kurzen Pause weiter mit der Ballschule, in der Felix und ich den ersten, zweiten, dritten und vierten Klassen das Werfen und Fangen spielerisch lernen. Zum Abschluss des Tages hatte ich dann oft noch eine weitere Sportart, bei der ich den Trainern geholfen habe. Bei mir war das meistens Leichtathletik oder Volleyball.



Wo waren eure Einsatzgebiete während des „Lockdowns“?

Bastian: Natürlich sind durch die „Lockdowns“ erstmal viele Einsatzgebiete wie etwa Vereinssport, Schulsport und sonstige Übungsstunden weggefallen. Wir waren in dieser Zeit vermehrt im Büro tätig. Hier haben wir aber die verschiedensten Projekte, wie etwa einen Bewegungswald für Kinder, eine „Klassenchallenge“ für die Grundschule oder auch eine „Osterchallenge“ für Familien erstellt. Außerdem haben wir vermehrt Videos für YouTube gedreht. Mit den Projekten wollen wir bewirken, dass sich so viele Kinder wie möglich bewegen und nicht nur in der Wohnung vor dem Bildschirm sitzen. Deswegen haben wir auch versucht, unsere Projekte sehr abwechslungsreich und kinderfreundlich zu gestalten. In letzter Zeit waren wir auch vermehrt in der Grundschule, um auf die Kinder in der Notbetreuung aufzupassen und ihnen bei den Hausaufgaben zu helfen.

Hat dir das BFD weitergeholfen?

Bastian: Der Bundesfreiwilligendienst hat mir bis jetzt super weitergeholfen, da man dadurch einfach mal ein Jahr Zeit für sich selbst hat und in Ruhe überlegen kann, in welche berufliche Richtung man gehen will. Das finde ich viel besser als wenn man einfach irgendetwas anfängt und nicht richtig weiß, ob es überhaupt Spaß macht. Ich selbst habe durch das BFD/FSJ gemerkt, dass ich einfach richtig Freude am Umgang mit Kindern habe. Daher wusste ich, dass ein sozialer Beruf genau das Richtige für mich ist. Zuerst hatte ich überlegt, Grundschullehramt zu studieren. Jetzt will ich aber doch zuerst eine Ausbildung machen und zwar als Physiotherapeut.

Was hast du nach dem FSJ vor?

Felix: Ich bin mir noch nicht 100% sicher, was genau ich die nächsten Jahre machen möchte, aber es soll auf jeden Fall in Richtung Sport gehen. Eine Überlegung wäre ein Studium zum Sportmanagement oder Sport im Lehramt. Im Moment bin ich noch am Überlegen. Die Fitnessbranche wäre auch eine Option, allerdings sagt mir ein Studium wegen des später höheren Einkommens definitiv mehr zu.

Würdest du ein FSJ/BFD weiterempfehlen?

Bastian: Ich kann jedem ein FSJ/BFD ans Herz legen, der sich noch unsicher ist, was er nach der Schule machen soll. Es ist einfach ein super Orientierungsjahr, in dem man so viele neue Sachen kennenlernt und zusätzlich etwas Geld verdient. Außerdem macht es richtig Spaß, da die Tätigkeiten so vielfältig sind und man keinen Lernstress hat. Ein weiterer Vorteil ist, dass man auf dem ersten Seminar gleich einen Trainerschein macht und dort erfährt, wie man Sportstunden richtig gestaltet. Auch lernt man auf den Seminaren viele neue Leute kennen, mit denen man sich super austauschen kann, da diese meistens ähnliche Interessen haben.



Ein kurzer Einblick in unsere Aufgaben als Video auf Youtube!

Einfach per Smartphone - Kamera den Code scannen und zum Video geleitet werden.

ENERGIE & LEIDENSCHAFT OHNE LIMITS!



KW Energie GmbH & Co. KG
Neumarkter Straße 157
92342 Freystadt / Rettelloh
Deutschland

T +49 (0) 9179 96434 - 0
F +49 (0) 9179 96434 - 29
M info@kwenergie.de
W www.kwenergie.de



- Bauschlosserei
- Edelstahlbau
- Überdachungen
- Vordächer
- Zäune und Geländer
- Treppen und Handläufe
- Garten- u. Gartentore
- Balkone
- Fenstergitter
- Fenster u. Türen
- Fensterreparaturen
- Verglasungen

91154 Roth - [Ec] Losmühle 2 • ☎ (0 91 71) 6 02 54
 Fax (0 91 71) 7 06 85 • Mobil (01 71) 4 51 83 66

info@tausch-bauelemente.de
 www.tausch-bauelemente.de

Lager an der Autobahn R6
 Gewerbegebiet Sindorsdorf



Shop in Meckenhausen E9
 91161 Hilpoltstein

- Festinventar
- Bierzeltgarnituren
- Kühlanhängerverleih
- Müller Flüssiggase
 Propangas – Schweißgas – Staplergas - uvm

- DHL Post Point •
- Spirituosen •
- Lebensmittel •
- täglich frische Backwaren der Bäckerei Schmidtkunz •
- großes, regionales Getränkesortiment •

Alfred Winkler

Mobil: 0160/7640450 Tel: 09179/965753 E-Mail: getraenkehandel.winkler@t-online.de

Grabmale

Silberhorn

...damit aus Trauer Trost wird



Daimlerstr. 12
 91161 Hilpoltstein
 Tel. 09174 – 47 33-0
 Fax. 09174 – 47 33-50

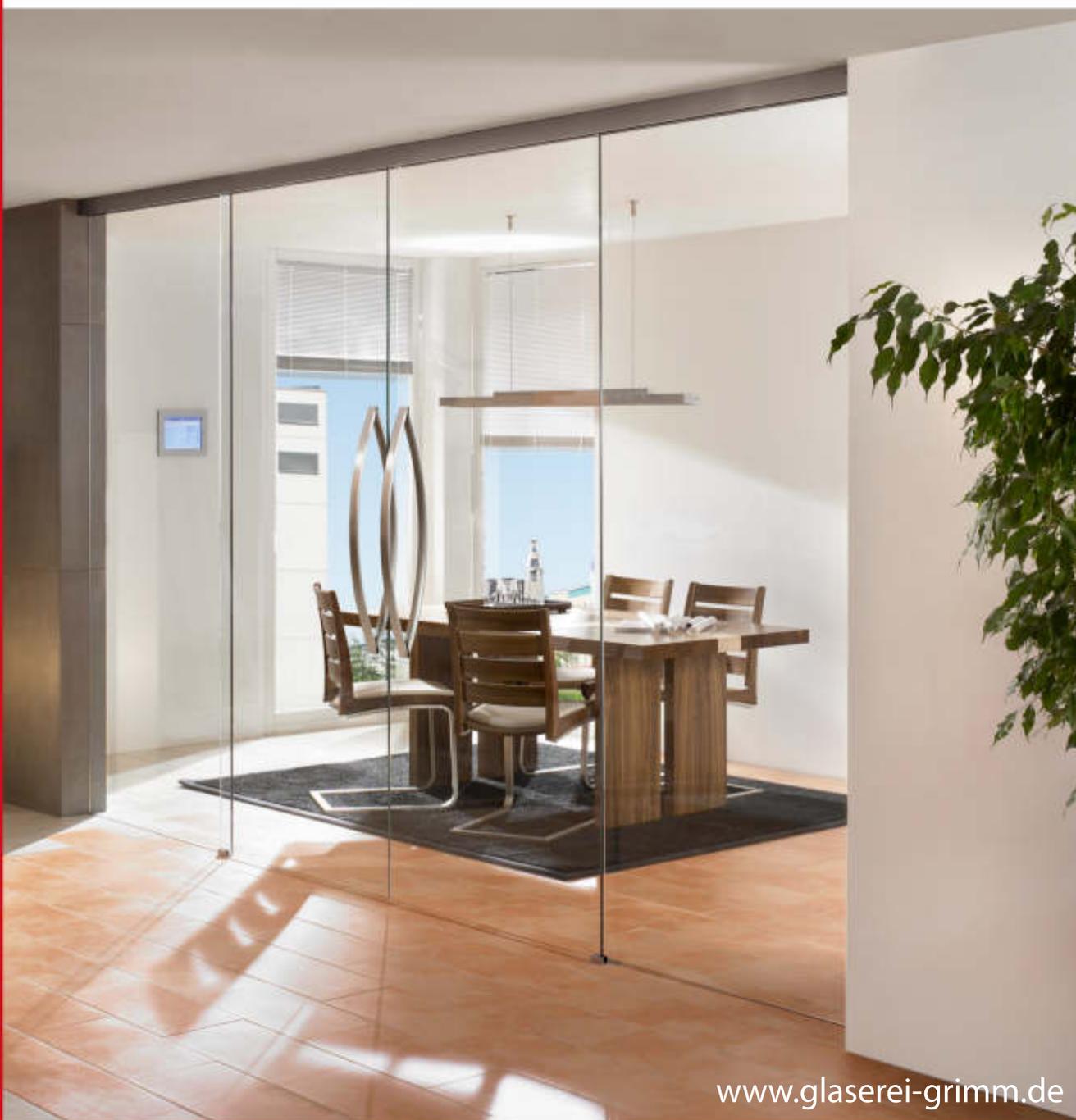
Regensburger Str. 28
 92318 Neumarkt
 Tel. 09181 – 90 58 28
 Fax. 09174 – 47 33-50

www.natur-grabsteine.de

SCHÖN UND SICHER WOHNEN MIT GLAS

**Glaserei**
GRIMM

kompetent • kreativ • individuell



www.glaserei-grimm.de

Wir machen mehr aus Glas. Sie wünschen - Wir planen, messen, montieren - innovative Ideen aus Glas. Fragen Sie an, wir beraten Sie gerne. Ob Neubau, Umbau, Arbeiten im Innen- und Außenbereich. Unsere Leistung - Ihre Lösung.

**Glaserei**
GRIMM
kompetent • kreativ • individuell

Ohmstraße 11 - 91161 Hilpoltstein

Tel 09174 - 1774
Fax 09174 - 1439

info@glaserei-grimm.de
www.glaserei-grimm.de

DER LAUERENDE SCHWEINHUND IST KEINE YOGAÜBUNG.

Sport in Gruppen ist untersagt! Was machen, um unseren Mitgliedern weiterhin Bewegungsangebote zu machen? Es liegt nahe, Fitness- und Gesundheitsstunden online anzubieten. Twitch, YouTube, Zoom, MS Teams ... das Angebot an Plattformen ist schier unendlich und wächst immer weiter. Im ersten Lockdown haben wir lange gezögert und uns gefragt: „Ist das was für uns? Wird da jemand mitmachen?“ Doch irgendwann hatten wir die Schockstarre überwunden und legten los. Mit Live-Streams über twitch fanden die ersten Workouts statt: Rückentraining, Pilates, Body Fit. Doch einfach nur so vor einer Kamera zu stehen und Gymnastik zu machen – ohne Feedback aus der Gruppe – war auch für unsere Übungsleiter sehr ungewohnt. Manche wollten dann lieber ihre Stunde über Zoom machen und wenigstens am Anfang und am Ende ein „Hallo“ von den Teilnehmern hören. Und so haben sich nach und nach immer mehr Übungsleiter auf das Online-Terrain gewagt und wir können fast jeden Tag eine Stunde Online anbieten. Viele Aufzeichnungen haben wir noch zusätzlich auf unserem YouTube

Kanal TV 1879 Hilpoltstein gesammelt, sodass jeder, der sich bewegen will, ein geeignetes Video zum Üben findet – zu jeder Tages- und Nachtzeit, unabhängig von Raum und Zeit.

Doch genau darin liegt die Krux an der Sache: Das Video kann man einschalten und üben, wann man will und man kann es auch einfach mal verschieben oder gar ausfallen lassen. Und wenn einem mal eine Übung zu schwer ist, dann hört man halt früher ab – sieht ja keiner. Diese Online-Angebote sind nur für disziplinierte Menschen ein Gewinn. Als Übungsleiter fragt man sich manchmal: „Sportel ich hier alleine oder machen die anderen am Bildschirm auch wirklich richtig mit? – Aber egal, ich mache es ja auch für mich.“ Der Übungsleiter kann nicht korrigieren und die Teilnehmer können sich nicht immer sicher sein, ob die Sportler die Übung auch richtig ausführen. Und so ist mein Fazit: Ein fester Termin an einem bestimmten Tag und ein Treffen mit der- oder demjenigen – mit dem man schon seit Jahren gemeinsam zum Sport geht – wäre auch mal wieder schön!

LEICHTATHLETIK WÄHREND DES CORONA-JAHRES

Auch die Leichtathletikabteilung des TV Hilpoltstein wurde durch das Auftreten des Corona-virus im Jahr 2020 stark in ihren Aktivitäten eingeschränkt. Soweit es möglich war, versuchten wir jedoch, uns dem Virus entgegenzusetzen.

Zunächst begann das Jahr 2020 noch ganz normal. Nach den Weihnachtsferien starteten wir wie gewohnt mit unserem Trainingsbetrieb in der alten Realschulturnhalle und bereiteten uns auf das anstehende Hallensportfest des TV Büchenbach am 08.03.2020 vor. Mit insgesamt 20 Kindern führen wir zum Wettkampf und konnten tolle Platzierungen erzielen. Die Stimmung während des Vergleichs war klasse und dennoch legte die Pandemie bereits ihren Schatten über diese Veranstaltung.

Am 13.03.2020 war es dann leider soweit und wir mussten in einer bitteren Nachricht an die Eltern unserer „Leichta-Kids“ die Aussetzung des Trainingsbetriebs verkünden. Mehrfach stand anschließend eine Rückkehr zum normalen Leben bzw. eine stufenweise Rückkehr zum Präsenzt Trainingsbetrieb im Raum – bis dann Mitte April deutlich wurde, dass dies wohl noch einige Zeit dauern könnte.

Uns wurde ebenso bewusst, dass wir nun umdenken mussten, um den Kontakt zu unseren Kindern nicht ganz zu verlieren und sie sportlich zumindest aus der Ferne weiterhin zu betreuen. Die Idee zu einem wöchentlichen Trainingsplan entstand. Gesagt, getan und von nun an bekamen unsere „Leichta-Kids“ jede Woche eine abwechslungsreiche Anleitung für das Training zu Hause mit Eltern und Geschwistern per Mail zugesandt. Dies praktizierten wir bis zum 24.06.2020 – dann war endlich wieder ein gemeinsames Training in verkleinerten Gruppen möglich. Auf dem Platz, im Sommer und miteinander! Der Herbst begann, wir wechselten mit dem Training in die Halle und beinahe war man an die besonderen Hygieneauflagen gewohnt. Es hätte so weitergehen können...

Ende Oktober, es hatte sich ja bereits abgezeichnet, waren wir wieder gezwungen, unsere Kinder zu Hause zu lassen. Und erneut begannen wir, sie zumindest mit den äußerst ansprechenden Trainingsplänen zu versorgen – bis jetzt, denn die Pandemiesituation hat sich nicht verbessert und das Provisorium wurde leider zum Dauerzustand.

Wie gerne hätten wir miteinander unser Sommersaisonende gefeiert und das Jahr gemeinsam bei der Weihnachtsfeier ausklingen lassen ...

MASKE GEGEN SPENDE – LIMITIERTE STÜCKZAHL



Die Corona-Pandemie und die damit einhergehenden Maßnahmen treffen den TV und seine Mitglieder hart! Mit der Aktion "Maske gegen Spende" wollen wir Dir eine Freude machen und Dich um Deine Unterstützung bitten! Sichere Dir eine von 500 limitierten TV-Masken – den Preis bestimmst Du aber selbst!

Was musst Du tun?

Du entscheidest Dich für einen Spendenbetrag, diesen kannst Du selbst wählen. Überweise diesen bitte auf nachfolgendes Bankkonto mit dem entsprechenden Verwendungszweck:

TV 1879 Hilpoltstein e.V.
IBAN: DE80760694490008975000
BIC: GENODEF1FYS

Verwendungszweck: Maske gegen Spende, Name, Vorname

Also, sei schnell und sichere Dir Deine Maske in unseren Vereinsfarben.

Wichtiger Hinweis: Solltest Du Interesse an mehr Masken haben und ggf. Deine ganze Familie ausrüsten wollen, sende uns zusätzlich eine kurze E-Mail mit den entsprechenden Informationen.



SALBAUM

CNC GmbH & Co. KG

Boschring 20 | 91161 Hilpoltstein | 09174 / 977 389 0 | www.salbaum-cnc.de



TV HIP- FUSSBALL BEWEGT -

Am Kassenhäuschen unseres Sportplatzes machen es sich mittlerweile nur die Spinnen gemütlich, Fußballspiele an der Badstraße wird es vorerst nicht geben. In Gedanken schweben die Burgherren noch beim letzten Heimsieg gegen die SG TSV/DJK Herrieden – das Ganze vor sechs Monaten. Heute laufen auf dem Platz anstelle der Spieler nur noch die Rasensprenger. Unsere Sportplätze sind leergefegt, auch unsere Fußballabteilung wird durch das Coronavirus ausgebremst.

Ausgebremst bedeutet aber nicht, dass es Stillstand gibt – Nein, ganz im Gegenteil, bei den Fußballern des TV Hip bewegt sich trotzdem was!

Grundsätzlich werden die Fans, Gönnern, Unterstützer, Freunde und auch die Spieler und Spielerinnen der „finest Burgherren“ in regelmäßigen Abständen mit satirischen Berichten (was uns am Amateurfußball am meisten fehlt), Rückblicken auf historische Ereignisse in der glorreichen Geschichte der Fußballabteilung (Rückschau auf die Stadtmeisterschaft dahoam 1995) oder den neusten Ereignissen rund um die Pandemie und die damit aktuell unterbrochene Saison, versorgt.

Zudem betätigt man sich in der zweitgrößten TV-Abteilung - wie es sich gehört - natürlich auch sportlich, egal, ob Hilpoltsteins männliche Pamela Reif alias Max Schuster, die zweite Mannschaft im Cybertraining in die unmöglichsten Übungen zwingt, Damen-Coach Simeon Steiner die Frauen bei Trainings-Läufen durch den Wald hetzt, die erste Garnitur mit diktierten Kräftigungsübungen ihre bereits austrainierten Körper weiter in Richtung Adonis stählt oder die Trainer der JFG Rothsee Süd eine Lauf-Challenge ausrufen – alles bereitet Spaß und wird sehr gut und mit Freude angenommen.

Sportliches Highlight der vergangenen Wochen war hier sicherlich die Yoga-Session der Herren- und Damenmannschaft mit Fitness-Queen Doris Völkl, die es perfekt verstand die beiden Geschlechter sportlich unter einen Hut zu bringen und alle Teilnehmer ordentlich schwitzen ließ.

TROTZDEM!

Als es Regierung und Inzidenz zuließen fand der Verein und die Fußballsparte um Abteilungsleiter Siggie Zeh auch eine umsichtige Lösung für die Kleinsten, wenn auch nur kurzzeitig, um sie wieder zurück auf den grünen Rasen und an das runde Leder zu bringen.

Der Kontakt zueinander reißt nicht ab!

Umso älter die Spielerinnen und Spieler werden, umso einfacher halten die Teamkameraden auch selbst den Kontakt untereinander und zum Verein – schließlich leben wir in Zeiten von WhatsApp, Zoom, usw. – so organisierte die Herrenmannschaft unter anderem ein Bier-Pong-Turnier, ganz coronakonform über Zoom, als Ersatz für einen längst überfälligen Mannschaftsabend.

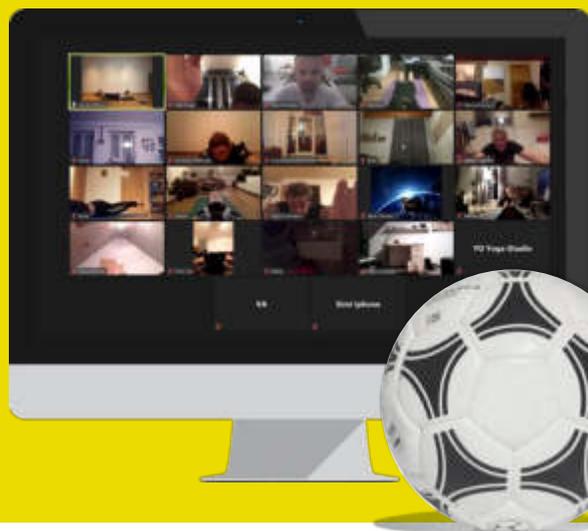
Ein weiteres Beispiel der internen Kommunikation innerhalb einer Mannschaft ist die U17/U15-Mädchen-Challenge einen Begriff der Zeichensprache zu erraten, den Mädels-Coach Siegfried Feuerstein in die Mannschafts-WhatsApp-Gruppe schickt, um die noch bessere Verständigung der Mädels mit der taubstummen Mitspielerin Ashley zu verbessern.

Für unsere „TV-Mini-Kicker“ in den noch jungen Schülerteams gestaltet sich das Ganze da schon etwas schwieriger, allerdings zeigt sich die Fußballabteilung auch hier einfallreich: Als Geschenk zum Jahreswechsel gab es für die Jungen und Mädchen mehr als 300 TV HIP-Tassen, gespickt mit kleinen Leckereien, für die Wartezeit bis sie endlich wieder gemeinsam dem runden Leder hinterherjagen können.

Geduldig bleiben und gemeinsam die Krise bewältigen

Nimmt man das Geschenk an die Jugendmannschaften als Assoziation für die aktuelle Corona-Zeit so bedeutet das leider auch weiterhin nur Hoffen und Bangen auf Besserung der pandemischen Lage und ein Abwarten und Tee trinken bis wir wieder die schönste Nebensache der Welt, den Fußball, in unserem Verein, auf unserem Gelände, als finest Burgherren, Burgdamen und Burgkids, leben können.

Doch gemeinsam werden wir auch diese Zeit im Guten hinter uns bringen – WIR – die Fußballerinnen und Fußballer des TV Hip.



QUALITÄT SEIT ÜBER 125 JAHREN

Ihr meistert **Fußball, Handball und Tennis** –
wir meistern **Rollladen, Fenster und Sonnenschutz!**

**WIR WÜNSCHEN ALLEN MANNSCHAFTEN
DES TV HILPOLTSTEIN VIEL ERFOLG!**

stahl
www.stahl-rollladen.de

Hilpoltstein · Bahnhofstr. 25 · 09174-47600 · info@stahl-rollladen.de

Lauschen lautet hier die Botschaft • Hörgeräteakustiker Elmar Etz freut sich auf Sie!

JETZT HÖREN

Hörgeräte und mehr ...



JETZT HÖREN

Industriestr. 21
91161 Hilpoltstein

Tel.: 0 91 74/49 20 15 • Fax: 0 91 74/49 20 16

Mail: jetzt-hoeren-etz@t-online.de

www.jetzt-hoeren-hilpoltstein.de

besuchen Sie uns in
unseren neuen Räumen!

Unser Service für Sie:

- individuelle, persönliche und unverbindliche Beratung
- Betreuung in Fragen des guten Hörens
- kostenlose Hörtests
- Reparaturen von Hörgeräten
- Beratung und Verkauf von Gehörschutz
- kostenloses Probetragen verschiedener Modelle und Preisklassen
- Fernseh- und Telefonzubehör
- Lichtsignalanlagen
- Hausbesuchsservice nach Rücksprache

barrierefreier Zugang
ausreichend Parkplätze!

seit 19 Jahren für Sie in Hilpoltstein!

Öffnungszeiten:

Mo.-Fr., 8.00 - 12.00 Uhr, Mo., Mi., Do., 14.00 - 18.00 Uhr

Vereinbaren Sie noch heute einen kostenlosen Termin

für einen Hörtest unter der Telefonnummer: **0 91 74/49 20 15**



*Auf bald!
Ihr Elmar Etz*

Märker Transport- beton

Die Firma Märker
Transportbeton
liefert qualitativ
hochwertigen
Transportbeton.

Mit mehr als 25 modernen
Betonwerken, qualifiziertem
Personal und einem eigenen,
innovativen Betonlabor wird
eine hohe Lieferfähigkeit, eine
kompetente und persönliche
Beratung sowie hohe Qualität
angeboten.

Werk Ansbach

Hardtstraße 13
91522 Ansbach
Tel.: 0981.77 399

Werk Unterrödel

Unterrödel A1
91161 Hilpoltstein
Tel.: 091 74.90 06

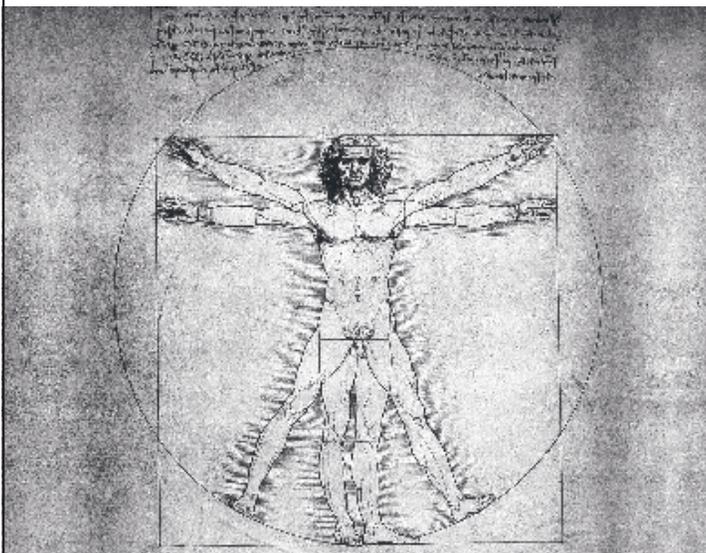
Werk Nürnberg

Dagmarstraße 3
90482 Nürnberg
Tel.: 09 11.54 70 34



Rainer Wittmann

Praxis für Physiotherapie und Naturheilkunde



Döderleinsweg 9 · 91161 Hilpoltstein
Telefon: 0 91 74 - 29 99 · Fax: 0 91 74 / 97 06 99
Mail: wittmann-pt@gmx.de · Termine nach Vereinbarung

- Krankengymnastik
- Manuelle Therapie
- Vojta
- Bobath
- Applied Kinesiologie
- Cranio-Sacrale-Therapie
- Massage
- Lymphdrainage
- Dorn-Therapie
- MTT
- Naturmoor-Fango
- Eis
- Schlingentisch
- Elektrotherapie

MODE & SCHUHE

MODE FRENZEL

IN DER BURGSTADT
HILPOLTSTEIN

SYMPATHISCH UND ANZIEHEND

Mo.-Fr. 9.00 - 18.00 Uhr | Sa. 9.00 - 14.00 Uhr

CARPOON

comma

monari

OPUS

Street One

CECIL

RABE

TONI

MAC

Tamaris

Gabor

rieker

Nopotel

Ihr Kaufhaus in Hilpoltstein

Schreib- & Spielwaren, Haushaltswaren, Saisonartikel, Postfiliale u.v.m.

Nopotel · Inhaberin Beate Poppel · Altstadttring 29 · Hilpoltstein
 Telefon 09174 976740 · info@nopotel.de · www.nopotel.de

WMS macht's möglich!

Jede Maschine ist wertvoll.

Wir geben Ihrer Maschine die maximale Produktivität zurück.

Das doppelte Produktivitäts-Plus:
 + mechanische Generalüberholung bzw.
 + technische Umrüstung auf CNC-Basis

■ schnell ■ präzise ■ zuverlässig



Elb SWD 030 NC-K-35-3S vorher nachher



Index GU 600 vorher nachher



Heid DFM 30 NCC 1000 vorher nachher



MDW20 vorher nachher

Maschinen-Erneuerung
 in Perfektion seit 1983



WMS GmbH
www.wematech.de



ZAHNARZTPRAXIS
 im Fürstenhof

Das Kostbarste, was
 wir verschenken können,
 ist ein Lächeln.

Sport verbindet und hält fit!

Wir wünschen euch ein
 sportliches Jahr beim TV HIP



Dr. Thomas Rauscher Dr. Sonja Ernst Dr. Julian Rauscher
 Dr. Thorsten Weinehl Dr. Magdalena Stirnweiß

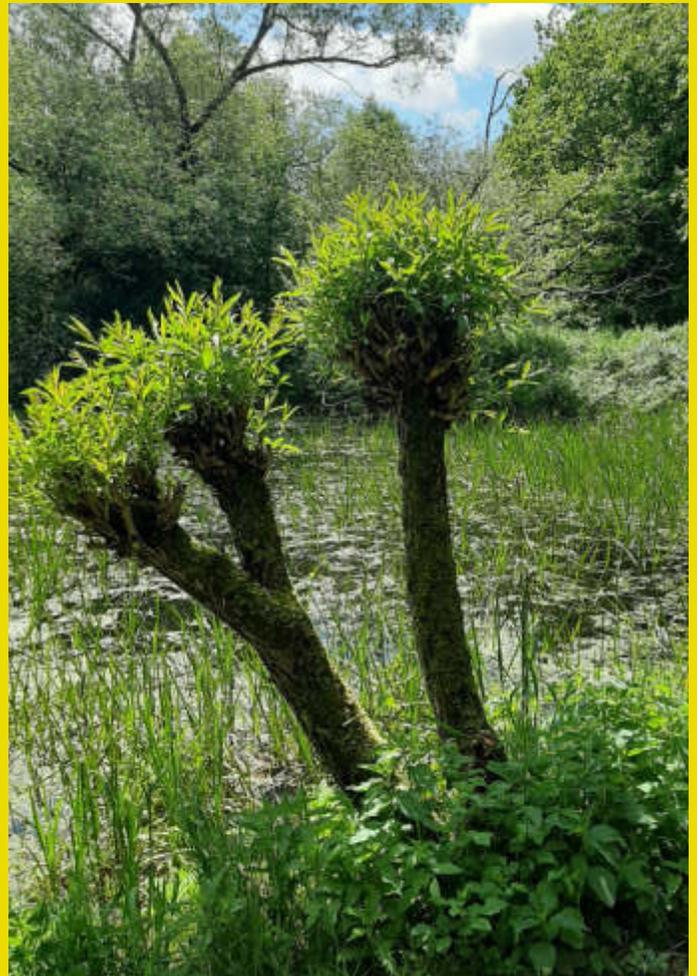
Johann-Friedrich-Straße 1, 91161 Hilpoltstein | 09174 - 3970 | www.dr-rauscher.de

ERLEBNIS-RALLYES RUND UM HIP

Schon während dem ersten Lockdown ist ein Heftchen mit vier Familien-Rallyes entstanden. Wir waren unterwegs, haben ein paar schöne Routen für euch entdeckt und sie mit Rätseln und sportlichen Aufgaben abwechslungsreich ausgestaltet. Ergänzt haben wir die Sammlung durch ein paar leckere Picknick-Rezepte, damit ihr euch unterwegs auch stärken könnt.

Ganz maßgeblich an der Gestaltung des Hefts war unsere damalige FSJ-lerin Jessica Hartmann und mit Rezepten wurden wir von Ute Mahl versorgt. Die Druckkosten hat die Firma Klingele übernommen.

Die Rallyes findet ihr online auf unserer Homepage mit diesem QR-Code oder sind in gedruckter Form (als Heft) in der Geschäftsstelle erhältlich.



Johannes Meier
Daimlerstraße 22
91161 Hilpoltstein

Tel. 09174 7199802
info@maler-hilpoltstein.de
www.maler-hilpoltstein.de

- Gestaltungstechniken
- Tapezierarbeiten
- Fassadengestaltung
- Wärmedämmverbundsystem
- Lackierarbeiten
- Spritzputz

Dr. med. Bernd Kratschmer

Facharzt für Chirurgie,

Orthopädie und Unfallchirurgie

D-Arzt, Notfallmedizin,

Chirotherapie

Dr. med. Roland Mörtl

Facharzt für Chirurgie,

Unfallchirurgie

Hygienebeauftragter Arzt

angestellter Arzt

Altstadtring 6, 91161 Hilpoltstein

Tel. 09174-971290

www.chirurgie-hilpoltstein.de

Wir wünschen eine
unfallfreie Zeit und
erfolgreichen Reha-Sport!

Terminsprechstunde

nach telefonischer Anmeldung:

Montag bis Freitag 8 – 17 Uhr

Akutsprechzeiten für

frische Unfälle und Notfälle:

Montag bis Freitag 8 – 17 Uhr

Hand- und Fußchirurgie

Sportverletzungen

Schulter-Orthopädie

ambulante Operationen

VEREINSBEITRÄGE

Beitrittserklärungen gibt es in der Geschäftsstelle (im VIB-Center der Raiffeisenbank, 1. Stock), bei allen Übungsleitern oder im Internet unter www.tv-hip.de

Was kostet die Mitgliedschaft beim TV 1879 Hilpoltstein?

Die Beiträge des TV 1879 Hilpoltstein: (monatlich in Euro)



Kinder bis 6 Jahre	Jugend 7 – 18 Jahre	Erw. Einzelmitgl.	Familien Kinder bis 18	Senioren ab 65 Jahre
3,17	5,00	8,25	13,50	6,58

Zusatzbeiträge der Abteilungen: (halbjährlich in Euro)

	Kinder bis 13 Jahre	Jugend 14 – 18 Jahre	Erw. Einzelmitgl.	Familien Kinder bis 18	Senioren ab 65 Jahre
Badminton	4,00	4,00	8,00	*	8,00
Basketball	10,00	10,00	10,00	*	10,00
Fußball aktiv	21,00	21,00	47,00	*	20,00
Fußball passiv			20,00	*	20,00
Ju-Jutsu	10,00	20,00	20,00	*	20,00
Taekwondo	10,00	19,50	24,00	*	24,00
Tennis	11,00	22,50	52,50	77,50	52,50
Tischtennis	12,00	12,00	24,00	*	24,00
Fitness/Gesundheit			9,00	*	6,00
Reha-Sport			48,00	*	48,00

* Familienmitgliedschaft in der Abteilung nicht möglich

Kursgebühren für Bewegungsforscher: 25€

Kursgebühren für Nichtmitglieder

In allen Kursangeboten besteht die Möglichkeit, auch als Nichtmitglied teilzunehmen. Jeder Kurs umfasst mind. 10 x 45 Minuten, Versicherungsschutz ist gegeben. Dafür gelten folgende Gebühren:

Erwachsene: 54 Euro
Kinder/Jugendl.: 30 Euro
Senioren: 40 Euro
Eltern-Kind-Turnen: 58€
Bewegungsforscher: 65€

Mehr Informationen finden Sie auf unserer Homepage unter:

www.tv-hip.de

www.facebook.com/TVHip

Impressum

Herausgeber: TV 1879 Hilpoltstein e.V.

Redaktion: Elke Stöhr, Radek Nosovsky, Bastian Frisch, Felix Puhane, Jürgen Klingenberg, Fanny Seitz, Uli Eckert

Layout: Felix Kraus

Druck: Schwarm Druck Hilpoltstein

Auflage: 4.600 Expl.

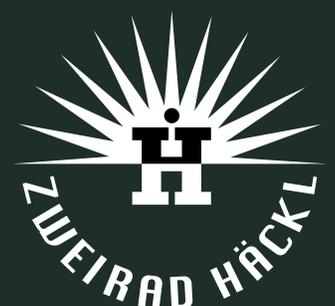
All you can E



ZWEIRAD HÄCKL

Dein Spezialist für E-Bikes und mehr!

Marktstraße 18, 91161 Hilpoltstein, Tel. 09174 - 9191
www.zweiradhaeckl.de, info@zweiradhaeckl.de



www.gruber-mde.de

DURCHDACHTE HEIZUNG



GRUBER

MEISTER DER ELEMENTE



GRUBER

DIE BADGESTALTER

KOMPLETT MEIN BAD

www.gruber-die-badgestalter.de



**ZWEI
BEREICHE
EINE
ADRESSE**

**GRUBER
MÖRSDORF**

AM WEIHER 9
92342 FREYSTADT
09179/9494-0