

# Sportangebote 2012/2013



Kooperation der Sportvereine von  
Weilheim, Kilchberg und Bühl

## **Liebe Mitglieder, liebe Neueinsteiger**

Winterspeck und Frühlingsrolle haben ab sofort keine Chance mehr, denn die drei Sportvereine Bühl, Kilchberg und Weilheim haben eine enge Zusammenarbeit beschlossen, so dass wir Ihnen das ganze Jahr hindurch ein attraktives Sportangebot anbieten können. Durch die Kooperation können Sie als Vereinsmitglied an Kurs- und Trainingsangeboten der anderen zwei Vereine ohne Aufpreis teilnehmen, d.h. Sie bezahlen nur diejenigen Kursgebühren- bzw. die Abteilungsgebühr, die auch für die jeweiligen Vereinsmitglieder anfallen. Auch sportlichen Neueinsteigern können wir unser Angebot nur wärmstens empfehlen und hoffen auf das ein oder andere neue Gesicht. Scheuen Sie nicht, bei Fragen die jeweiligen Kurs- und Abteilungsleiter anzusprechen.

Auf den nächsten Seiten finden Sie unser Sportangebot mit allen wichtigen Informationen übersichtlich aufbereitet. Jetzt liegt es an nur noch an Ihnen, das Angebot zu nutzen und sich fit zu halten.

Hubert Kessler  
1. Vorsitzender SV Bühl

Ulricke King  
Vorsitzende SG Kilchberg

Thomas Breining  
1. Vorsitzender SV Weilheim

## Kinder und Jugend

### Kinderturnen in Kilchberg

---

Spielerisches Heranführen der Kinder an Bewegung.  
Mit zunehmendem Alter aufbauende Turnübungen.

3.-4. Klasse	Mo. 15:00-15:45 Uhr
1.-2. Klasse	Mo. 15:50-16:45 Uhr
Eltern-Kind-Turnen	Mo. 16:45-17:30 Uhr

📍 Ort: SRK mit N.N.

💰: 15.-€

### Kinderturnen in Weilheim

---

Grundlagen der Bewegungserziehung: zum Laufen und Springen kommen die verschiedensten Geräte ins Spiel.

3-4 Jahre	Mo. 15:00-16:00 Uhr
5-6 Jahre	Mo. 16:00-17:00 Uhr
1.-2. Klasse	Fr. 15:00-16:00 Uhr
3.-4. Klasse	Fr. 17:00-18:00 Uhr

📍 Ort: RHW  
mit Martina Glaser und Simone Utz

💰: 15.-€

### Kinderturnen in Bühl

---

3-4 Jahre	Fr. 16:00-17:00 Uhr
4-5 Jahre	Fr. 15:00-16:00 Uhr
Vorschulkinder	Do. 14:00-15:00 Uhr
Schulkinder	Do. 15:00-16:00 Uhr

📍 Ort: THB  
mit Michael Kiebele und Sonja Zug

💰: 18.-€

### Gerät- Turnen in Kilchberg

---

Leistungsorientiertes Turnen auf dem Boden, am Stufenbarren, Trampolin, Schwebebalken und Kasten.  
Die Bereitschaft zur Teilnahme an Wettkämpfen wird vorausgesetzt.

Kinder und Jugend	Do. 16:30-18:00 Uhr
-------------------	---------------------

📍 Ort: RHW mit Melika Mekic

💰: 20.-€

### Rope-Skipping in Weilheim

---

Macht Spaß und hält fit: Übungen mit dem Sprungseil –  
zunächst im Alleingang, dann in der Formation.

6-10 Jahre	Fr. 14:00-15:00 Uhr
Ab 11 Jahre	Fr. 16:00-17:00 Uhr

📍 Ort: RHW mit Simone Utz

💰: 15.-€

---

## **Break Dance in Kilchberg**

---

Abgefahrene Akrobatik und Koordination mit tänzerischen Elementen.

Jungs ab 12 Jahren Mi. 16:30-17:30 Uhr

🕒 Ort: SRK mit Manuel Koschtjan 🕒: 15.-€

---

## **Dance-Mix in Kilchberg**

---

Die Crazy Girls studieren wechselnde Choreographien mit Hip-Hop- und Popping-Elementen ein.

Mädchen ab 9 Jahren und ab 14 Jahren Mi. 18:00-19:00 Uhr

🕒 Ort: SRK mit Christine Seehagen 🕒: 15.-€

Weitere Angebote für Kinder und Jugendliche gibt es unter „Ball sport“

## **Gesund und Fit für Erwachsene**

---

### **Qi Gong in Kilchberg**

---

Chinesische Meditations-, Konzentrations-, Atem- und Bewegungsübungen

zur Kultivierung von Körper und Geist bei entspannender Musik.

Ein Einstieg ist jederzeit möglich. Do. 19:00-20:00 Uhr

🕒 Ort: SRK mit Astrid Scheffler 🕒: 15.-€

---

### **Yoga in Bühl**

---

Ruhige Übungen für Körper, Seele und Geist

Geübte (ab 12.9. 2012) Mi. 18:30-20:00 Uhr

🕒: 12x 60.-€

Anfänger (geplant ab 7.11.2012) Mi. 16:45-18:00 Uhr

🕒 Ort: GSB mit Sieglinde Jäckle 🕒: 5x 23.-€

---

### **Pilates in Bühl**

---

Durch diese spezielle Gymnastik wird in ruhigen, konzentrierten Übungen vor allem die tiefe, innere Muskulatur trainiert.

Kurs 1: Mo. 9:00-10:00 Uhr

Kurs 2: Mo. 10:00-11:00 Uhr

🕒 Ort: GSB mit Kathrin Wilhelm 🕒: 28.-€

---

### **Gelenkschonende Gymnastik in Bühl**

---

Gleichgewichtssinn und Gelenkigkeit werden hier trainiert und sorgen auch beim Älterwerden für mehr Lebensqualität.

Frauen ab ca.50 Mo. 19:30-20:45 Uhr

🕒 Ort: THB mit Renate Raidt 🕒: 15.-€

---

## **Gymnastik in Bühl**

In lockerer Atmosphäre wird der ganze Körper gedehnt und gekräftigt.

So hält man sich mobil.

Frauen ab ca.50

Di. 17:00-18:00 Uhr

📍 Ort: THB mit Ingrid Schröder

💰: 15.-€

---

## **Sport für Frauen in Weilheim**

Übungen für verschiedene Altersgruppen, für Ältere (montags) ruhiger,

für Jüngere (mittwochs) fetziger

Präventionsgymnastik für Frauen

Mo. 19:15-20:15 Uhr

Frauengymnastik

Mi. 20:00-21:00 Uhr

Power-Aerobic

Mi. 21:00-22:00 Uhr

📍 Ort: RHW

💰: 15.-€

mit Annegret Mentzel, Gudrun Messner, Gudrun Sinner und Marion Fischer

---

## **Fitness Cocktail in Kilchberg**

Bauch, Beine, Po mit Stepper, Tubes und Hanteln zu fetziger Musik auf mittlerem Trainingsniveau mit Zumba.

Ein Einstieg ist jederzeit möglich.

Mo. 20:00-21:00 Uhr

📍 Ort: SRK mit Christine Seehagen

💰: 15.-€

---

## **Fitness in Bühl**

Kräftigen und Dehnen, ohne zu so später Stunde den Kreislauf zu sehr zu belasten, das ist das Ziel dieses Kurses.

Frauen

Di. 21:00-22:00 Uhr

📍 Ort: THB mit Birgit Pleuler- Kiebele

💰: 15.-€

---

## **Workout-Kurs in Kilchberg**

Kräftigende Wirbelsäulengymnastik mit Musik auf mittlerem Niveau mit anschließenden Entspannungsübungen. Ein Einstieg ist jederzeit möglich.

Mi. 19:00-20:00 Uhr

📍 Ort: SRK mit Christine Seehagen

💰: 15.-€

---

## **Bodyforming in Kilchberg**

Kräftigendes Konditionstraining auf hohem Trainingsniveau.

Männer und Frauen

Mi.20:00-21:00 Uhr

📍 Ort: SRK mit Alica Schmid

💰: 15.-€

---

## **Fitnessgymnastik mit Musik in Bühl**

Abwechslungsreicher Mix aus Kräftigungs- und Ausdauertraining mittleres bis hohes Niveau.

Männer und Frauen

Do. 18:30-19:30 Uhr

📍 Ort: THB mit Daniela Totaro

📍: 15.-€

---

## **Männnergymnastik in Weilheim**

Bewegen um beweglich zu bleiben; erstmal anspannen und dehnen und dann Koordinationsübung beim Volleyball.

Männer

Mo. 20:15-22:00 Uhr

📍 Ort: RHW mit Thomas Wurster

📍: 15.-€

---

## **Männnergymnastik in Bühl**

Ausgleichsgymnastik für fit gebliebenen ab ca. 40 und auch weit darüber. Die Gruppe trifft sich auch zu zahlreichen geselligen Unternehmungen.

Männer

Di. 19:30-21:00 Uhr

📍 Ort: THB mit Jochen Hagner

📍: 15.-€

## **Walking und Nordic-Walking**

Mit und ohne Stöcke trainieren wir flotten Schrittes unsere Ausdauer Ein Einstieg ist jederzeit möglich.

---

## **Walking in Kilchberg**

Im Sommer

Mo.9:00-10:00 Uhr und 19:00-20:00 Uhr

Im Winter

Mo.9:00-10:00 Uhr und 15:00-16:00 Uhr

📍 Start und Ziel ist jeweils der Dreschschuppen in Kilchberg  
Mit Reinhard Lüderitz

---

## **Walking in Bühl**

Mo., Mi. und Sa. Am frühen Abend, abhängig von der Jahreszeit

📍 Treffpunkt ist das Sportheim Bühl

---

## **Walking in Weilheim**

Di.16:00-18:00 Uhr

📍 Treffpunkt: am Schützenhaus mit Louise Bürker

---

## **Sportabzeichen in Weilheim**

Training und Abnahme in Weilheim

Die Trainingstermine sind auf der SVW-Homepage abrufbar

📍 Ort: AW und SV 03-Stadion

mit Kessy Kaiser-Breining, Bernd Siegel und Thomas Wurster

# Ballsport

## Tischtennis in Bühl

---

Für Anfänger und Fortgeschrittene

Männer Mo. und Do. ab 20:30 Uhr

📍 Ort: GSB

## Tischtennis in Weilheim

---

Jugend Di. und Fr. 18:00-20:00 Uhr

Aktive Di. und Fr. 20:00-22:00 Uhr

Es gibt ein Kooperationsmodell mit der Grundschule Weilheim

📍 Ort: RHW

## Tennis in Weilheim

---

Tennispielen ist auf zwei eigenen Plätzen möglich.

Es gibt ein Kooperationsmodell mit der Grundschule Weilheim.

📍 Ort: TPW

## Tennis in Bühl

---

Auf fünf Sandplätzen gibt es von Mai bis Oktober ein qualifiziertes Training für Anfänger im Alter von 4 bis 99 Jahren. Fünf Kinder- und Jugendmannschaften, drei Aktiven- und Seniorenteams sowie zwei Hobbymannschaften nehmen an der WTB-Verbandsrunden teil. Geselliges Beisammensein kommen beim Sonnwendfeuer, Schleiflesturnier und weiteren Aktionen ebenfalls nicht zu kurz!

📍 Ort: SPB

🕒: ist abhängig vom Trainer und Trainingszeitraum.

## Tennis in Kilchberg:

---

Tennis-Treff für Erwachsene auf allen Niveaus

So. 10:00-12:00 Uhr

Di. 9:00-11:00 Uhr

Do. 18:00-20:00 Uhr

Mi. 15:00-17:00 Uhr

🕒: 36.-€ ermäßigt 27.-€

🕒: Kinder-18 J. 25,50 €

Tennis-Treff für Kinder

jeweils nach Vereinbarung,

es wird nur während der Saison gespielt

📍 Ort: TPK

## **Basketball in Weilheim**

Jugend	Mo. 17:00-19:00 Uhr
Rundenspieler (mit Trainer Kenny Jones)	Do. 18:00-20:30 Uhr

● Ort: RHW

## **Fußball in Bühl**

Für Jungs und Männer jeden Alters, egal ob Anfänger oder „alter Hase“. Bühl hat 9 Kinder- und Jugendmannschaften, zwei Aktiventeams und eine Hobbymannschaft, die am Spielbetrieb teilnehmen.

Durch den Neubau des Sportplatzes im Jahr 2013 haben wir auch ideale Trainingsverhältnisse.

● Ort: SPB SV-Bühl-Mitgliedschaft erforderlich

## **Volleyball in Weilheim**

Für Neugierige und Einsteiger	Mi. 18:00-20:00 Uhr
Für Fortgeschrittene	Do. 20:30-22:30 Uhr

mit Teilnahme an der Freizeitrunde ●: 15.-€

● Ort: RHW mit Siggie Haible und Bernd Siegel

## **Volleyball in Kilchberg**

Freies Training für jede Frau und jeden Mann mit Spaß am Spiel.

Anfänger und Fortgeschrittene	Di. 20:00-22:00 Uhr
-------------------------------	---------------------

● Ort: KHD ●: 15.-€

Ein Einstieg ist jederzeit möglich

Start erst ab Anfang November 2012, wegen Umbau der Halle.

## **Badminton in Weilheim**

Freies Spiel für Jedermann	So. 18:00-20:00 Uhr
----------------------------	---------------------

● Ort: RHW

## **Legende:** ●

Sport-Raum Charlottenschule Kilchberg	SRK
Kreissporthalle Derendingen	KHD
Tennisplatz Kilchberg	TPK
Rammerthalle Weilheim	RHW
Tennisplätze Weilheim	TPW
Außenanlagen Weilheim	AAW
Turnhalle Grundschule Bühl	THB
Gymnastikraum Sportheim Bühl	GSB
Sportplatz Bühl	SPB
Gast-bzw. Kursgebühr	●:

(wenn nicht anders angegeben, pro Schulhalbjahr)



# Kontakte:

## Bühl:

1. Vorsitzender	Hubert Kessler	07472 / 8454	1.vorsitztender@sv-buehl.de
2. Vorsitzende	Anne Lohmüller	0171 / 5465661	
Tennis	Anne Lohmüller	0171 / 5465661	abteilungsleiter.tennis@sv-buehl.de
Fußball	Simon Kessler	0160 / 94627834	abteilungsleiter.fussball@sv-buehl.de
Breitensport	Christiane Krafft	07472 / 42430	breitensport@sv-buehl.de
Kinderturnen	Monika Oesterle	07472 / 916066	kinderturnen@sv-buehl.de
Joga/Walking	Marianne Eberle	07472 / 41982	

## Weilheim:

1. Vorsitzender	Thomas Breining	07071 / 72849	erster_vorsitzender@sv-weilheim.de
2. Vorsitzende	Stephanie Haug	07071 / 791496	zweiter_vorsitzender@sv-weilheim.de
Basketball/Badminton	Aman Abraham	07071 / 60 05 14	basketball@sv-weilheim.de
Frauen	Ursula Ansel	07071 / 63 95733	aerobic@sv-weilheim.de
Kinderturnen	Ulrike Seif-Gehr	07071 / 76 38 75	kinderturnen@sv-weilheim.de
Männer	Manfred Weberruß	07071 / 79 16 56	leichtathletik@sv-weilheim.de
Tennis	Hermann Fuchs	07071 / 56 68307	tennis@sv-weilheim.de
Tischtennis	Dirk Naumann	07472 / 1671010	tischtennis@sv-weilheim.de
Volleyball	Jörg Glag	07071 / 40 03 24	glag@sv-weilheim.de

## Kilchberg:

Vorsitzende	Ulricke King,	07071 / 72019	ulliking@gmx.de
Kassiererin	Dorothee Feltkamp-Alberti	07071 / 770075	
Kinderturnen	Silke Kramer	07071 / 977304	
Gerät-Turnen	Daniela Braun	07071 / 856089	
Break Dance	Manuel Koschtjan	07071 / 760880	
Fitness	Margaret Ruck	07071 / 76901	
Qi Gong	Astrid Scheffler	07071 / 763558	
Tennis	Jochen Raecke	07071 / 72514	
Volleyball	Dieter Besser	07071 / 72230	
Walking	Reinhard Lüderitz	07071 / 763618	

Alle Angaben ohne Gewähr

Zeit		MONTAG			DIENSTAG			
14-15	9-10 Uhr Pilates GSB	10-11 Uhr Pilates GSB	9-10 Uhr Walking Dresch- sch.					
15-16	Ki- Turnen 3.-4. Kl. SRK	Ki- Turnen 3-4 Jahre RHW		Walking Winter Dresch- sch.				
16-17	Ki- Turnen 1.-2. Kl. SRK	Ki- Turnen 5-6 Jahre RHW				Walking Schütz- en- haus		
17-18	Ki- Turnen Kiga SRK	Basket ball Jugend RHW		Walking Bühl Zeit variabel	Frauen Gym- nastik ab 50 THB			
18-19							Tisch- tennis Jugend RHW	
19-20			Fitness Cocktail SRK	Walking Sommer Dresch- sch.				
	Frauen	Frauen Gym- nastik RHW						
20-21	Gym- nastik ab 50 THB				Frauen Fitness THB	Männer Gym- nastik THB	Tisch- tennis Aktive RHW	Volley- ball Freies Training KHD
			Männer Gym- nastik mit Volley- ball THW	Tisch- tennis An- fänger Fortg. GSB				
21-22								

### Legende:

Angebote SG Kilchberg	Angebote SV Weilheim	Angebote SV Bühl
-----------------------	----------------------	------------------





### **SV Bühl e.V. 1925**

Postfach 2402  
72 14 Tübingen  
[www.sv-buehl.de](http://www.sv-buehl.de)



### **SG Kilchberg 1978 e.V.**

Birkenrain 3  
72072 Tübingen  
[www.sg78kilchberg.de](http://www.sg78kilchberg.de)



### **SV Weilheim e.V.**

Am Ölacker 10  
72072 Tübingen  
[www.sv-weilheim.de](http://www.sv-weilheim.de)