

DANKE, KARL BINDER!

Foto: Turngau Oberschwaben

Nach vielen Jahren engagierter und zuverlässiger Mitarbeit im Präsidium des Turngau Oberschwaben hat Karl Binder sein Amt als Vizepräsident Finanzen Ende April niedergelegt.

Im Namen des gesamten Präsidiums möchten wir Karl von Herzen für seinen langjährigen Einsatz und seine wertvolle Arbeit für unseren Turngau danken.

Seit seiner Wahl zum Vizepräsidenten Finanzen im Jahr 2020 hat Karl die finanziellen Belange des Turngaus mit großer Sorgfalt, Verantwortungsbewusstsein und Weitblick begleitet. Mit seinem ausgeprägten Zahlenverständnis, seiner strukturierten Arbeitsweise und seiner technischen Affinität war er für das Präsidium stets ein verlässlicher Ansprechpartner.

Doch Karls Engagement ging weit über seinen eigentlichen Aufgabenbereich hinaus. Er hat sich in vielfältiger Weise in die Arbeit des Turngaus eingebracht, bei Veranstaltungen tatkräftig unterstützt, organisatorische Aufgaben übernommen und mit seiner Bereitschaft, anzupacken und Lösungen zu finden, immer wieder zum guten Gelingen beigetragen. Auch bei übergeordneten Themen des Schwäbischen Turnerbundes brachte er seine Erfahrung und sein Wissen ein.

Besonders geschätzt haben wir seine Zuverlässigkeit, seine Sachlichkeit, seine Hilfsbereitschaft und seine ruhige Art, mit der er auch anspruchsvolle Themen angegangen ist. Karl war jemand, auf den man sich verlassen konnte – und genau das ist in einem ehrenamtlich geführten Verband von unschätzbarem Wert.

Mit seinem Ausscheiden aus dem Präsidium verlieren wir nicht nur einen kompetenten Finanzverantwortlichen, sondern auch einen engagierten Mitstreiter und geschätzten Menschen in unserem Team.

Lieber Karl,

wir danken dir für deine Zeit, deine Energie, dein Wissen und deine vielen Stunden, die du in den Turngau Oberschwaben investiert hast. Dein Engagement hat unseren Turngau ein gutes Stück mitgeprägt.

Für deinen weiteren Weg wünschen wir dir von Herzen alles Gute, Gesundheit, Freude und viele schöne Momente – und natürlich hoffen wir, dass die Verbindung zum Turngau Oberschwaben auch weiterhin bestehen bleibt.

Danke für alles und Vergelt's Gott für dein großes ehrenamtliches Engagement!

Das Präsidium des Turngau Oberschwaben

PRELLBALL



Foto: SV Weiler

Weilerer Prellballer Deutscher Meister und Vizemeister

Einen historischen Endspurt legten die Weilerer Prellballer zum Saisonende bei den Deutschen Meisterschaften hin. Verließ die Saison bisher noch im Rahmen der vergangenen Jahre, gelang den Oberschwaben aus Weiler ein noch nie erreichtes Abschneiden bei den Deutschen Meisterschaften.

Ganz groß trumpfte die weibliche Jugend 15/18 auf. Hier wurden die drei aus Weiler stammenden Mädchen Tabea Kirchmann, Alyssa und Laura Kinzelmann durch die Gastspielerinnen Sabrina Glögger (TSV Rißtissen) und Florence Schwab (VfL Waiblingen), die als Einzelspielerinnen in ihren Vereinen keine Spielmöglichkeiten in der Jugendklasse hatten, verstärkt. Als Württembergischer und Süddeutscher Meister für die „Deutsche“ qualifiziert erhoffte man sich hier zwar einen Platz auf dem Treppchen, doch ist die Konkurrenz besonders aus dem Norden und Westen enorm stark. Ein gutes Händchen bewies Trainerin Nicola Hane, die für die bisher nur selten zusammenspielenden Mädchen hier die richtige Einstellung fand. Nach der Auftaktniederlage gegen den späteren Vizemeister Wohnste (32:37) gewann Weiler die folgenden fünf Turnierspiele allesamt und sicherte sich als erstes Frauenteam aus Weiler im Finale durch ein knappes 32:31 den Titel in der weiblichen Jugend 15/18.

Überraschend auch der Vizemeistertitel der Männer 50 aus Weiler. Ohne den starken Abwehrspieler Michael Reichart, der wegen einer Knie-OP nur als Betreuer mit dabei war, hatte man nur geringe Hoffnungen auf einen der vorderen Plätze. Stark steigerten sich jedoch Weilers Senioren mit Karl-Heinz Gaillinger, Thomas Gretler, Josef Hane, Max Röthlingshöfer und Mario Sinz von Spiel zu Spiel. Mit nur einer Niederlage aus der Vorrunde bezwang man in den Kreuzspielen den TV Wohnste (33:29) und den TV Winterhagen (33:30), womit man überraschend das Endspiel erreichte. Hier hingen die Trauben jedoch zu hoch und man musste sich dem Meister SV Werder Bremen doch recht klar mit 26:38 geschlagen geben.

Ein toller Erfolg für Weiler, das nach mehreren Jahren Abstinenz nun wieder Deutsche Prellballtitel nach Oberschwaben holte.

Karl-Heinz Gaillinger, SV Weiler



Foto: SV Weiler

Fortbildung im
Turngau Oberschwaben

Dehnung und mehr mit Yvonne Benz

Warum dehne ich? Kennenlernen
verschiedenen Dehnungsarten.
Unterschied
Dehnen/Mobilisation. Dehnen im
Atemfluss. Warum dehne ich?
Zugangsvoraussetzung:
Keine Voraussetzungen

- 10. Okt. 2026
- 09:00 - 17:00 Uhr
- Rot a.d. Rot

Anmeldung und
weitere Infos
unter
[www.turngau-
oberschwaben.de](http://www.turngau-
oberschwaben.de)
oder über das
GymNet



TURNGAU
OBERSCHWABEN

Fortbildung im
Turngau Oberschwaben

Power Athletiktraining mit Petra Glöggler

Abwechslungsreich, innovativ und
effektiv, aber definitiv nichts für
schwache Muskeln. Beim
PowerAthletik Training werden
sowohl die aerobe als auch anaerobe
Ausdauer, Kraft aber auch
Schnelligkeit und Beweglichkeit
trainiert. Trainiert wird in
unterschiedlichen Intervallen, sowohl
im Team, als Einzelperson, aber auch
als komplette Gruppe. Hierbei kommt
definitiv keine Langeweile auf.

- 17. Okt. 2026
- 09:00 - 18:00 Uhr
- Isny

Anmeldung und
weitere Infos
unter
[www.turngau-
oberschwaben.de](http://www.turngau-
oberschwaben.de)
oder über das
GymNet



TURNGAU
OBERSCHWABEN

Fortbildung im
Turngau Oberschwaben

Funktionelles Ganzkörpertraining mit Alltagsutensilien mit Andrea Stadelmann

Fehlt es dir in deiner Turnhalle auch
immer wieder an den richtigen
Trainingsgeräten? Dann ist dieser
Lehrgang genau das richtige für
dich. Ein Tag rund um die
Klopapierrolle, Wasserflaschen,
Besenstiele uvm. Hole dir Ideen, wie
du mit Haushaltsutensilien
spannende Kursstunden entwickeln
kannst. Easy Warm Ups und etwas
Musiklehre inclusive...

- 07. Nov. 2026
- 09:00 - 18:00 Uhr
- Eisenharz

Anmeldung und
weitere Infos
unter
[www.turngau-
oberschwaben.de](http://www.turngau-
oberschwaben.de)
oder über das
GymNet



TURNGAU
OBERSCHWABEN

Fortbildung im
Turngau Oberschwaben

Neuer Fitnesscocktail mit Katja Willnauer-Merz

Ein zweigeteilter Fortbildungstag: In
der ersten Tageshälfte wird mit
dem Einsatz eines Steps und
einfach gehaltenen Choreografien
geschwitzt. Am Nachmittag liegt
der Fokus auf
rückenstabilisierenden Übungen
und dem Beweglichkeitserhalt der
Wirbelsäule. Eine Stretching-Einheit
für den ganzen Körper rundet den
Tag ab.

- 24. Okt. 2026
- 09:00 - 18:00 Uhr
- Eisenharz

Anmeldung und
weitere Infos
unter
[www.turngau-
oberschwaben.de](http://www.turngau-
oberschwaben.de)
oder über das
GymNet



TURNGAU
OBERSCHWABEN

TURNGAU OBERSCHWABEN

Thema Wechseljahre in Sportgruppen



Die Wechseljahre der Frau werden in jedem Lebensbereich spürbar. In einer
Turn- oder Sportgruppe wird diese neue Lebensphase auch deutlich. In
unserem Seminar werden die Teilnehmerinnen alle wichtigen Informationen
rund um die Wechseljahre erhalten. Die Wechseljahre werden ihr Tabu
verlieren und somit einen offene Gesprächskultur ermöglicht.

Was erwartet euch:

- Allgemeine Informationen zu den
Wechseljahren, sowie deren Auswirkungen
bei einer Frau
- Hilfen und Strategien für den Alltag
- Stressbewältigung und Selbstfürsorge im
persönlichen Leben entwickeln
- Welche Chancen bieten Sport und
regelmäßiges Training
- Anleitung zu Bewegung und Sport in
Sportgruppen
- Welche Herausforderungen haben die
Wechseljahre für eine Sportgruppe
- Erarbeiten von speziellen sportlichen
Angeboten für die Frau im Wechsel
- Wie kann ich als Leiterin gut in dieser
Lebensphase mitwirken, damit die
Teilnehmerinnen beweglich und fit bleiben.
- Checklisten für den privaten Gebrauch bzw.
für die Übungsgruppe werden vorgestellt
und angewandt.

Wann:

Samstag, 14.11.2026
09:00 - 14:30 Uhr

Wo:

Bad Waldsee

Anmeldung:



Referentin:

Frau Sabine Ruthardt-
Storz



TURNGAU
OBERSCHWABEN