

Liebe Mitglieder,

die Sommerferien sind vorbei und der sportliche Alltag in unseren Abteilungen hat bereits wieder begonnen.

Bis zum 11. Oktober könnt ihr unsere TSG ganz einfach durch Euren Einkauf unterstützen. **Scheine für Vereine** ist zurück! Bei REWE und nahkauf, im REWE-Onlineshop sowie in teilnehmenden toom Baumärkten und ZooRoyal Märkten bekommt Ihr pro 15 € Einkaufswert einen Vereinsschein. Diesen könnt ihr entweder in die Boxen vor Ort oder in der TSG-Halle einwerfen oder direkt selbst scannen und der TSG Ketsch zuordnen. Am Ende der Aktion winken unserem Verein tolle Prämien. Also: Macht mit, sammelt fleißig und unterstützt die TSG Ketsch! Gemeinsam für unseren Verein!



Wie im letzten Newsletter ausführlich berichtet, sucht unsere Vorstandschaft weiterhin Unterstützung. Wir brauchen dringend eine/-n Nachfolger/-in für den Posten des **Finanzvorstands** und des **IT-Beauftragten**. Interessenten können sich gerne in der Geschäftsstelle melden!

Neues aus der Turnabteilung

Schon bald ist es so weit - die Kunstturn-Bundesliga kommt nach Ketsch!

Am letzten Septemberwochenende könnt Ihr die Faszination Kunstturnen auf Spitzenniveau und hautnah in der Ketscher Neurothalle miterleben. Zum 5. Mal in Folge präsentiert die TSG gemeinsam mit der Deutschen Turn Liga (DTL) spannende und eindrucksvolle Wettkämpfe.

Alle Infos findet Ihr auf: <https://tsg-ketsch.de/BuLi/>

Es ist für unseren Verein eine große Ehre, Gastgeber für viele talentierte Turnerinnen, Teams und Zuschauer zu sein und die Begeisterung für diesen Sport weiterzugeben. Wir freuen uns schon heute auf Euren Besuch!



Neues aus der Gymnastikabteilung



Wir sind dabei: Die TSG ist Teil der Europäischen Woche des Sports!

Jedes Jahr vom 23. bis 30. September bringt die Europäische Woche des Sports Menschen in ganz Europa in Bewegung. Unter dem Motto **#BeActive** wird gemeinsam ein Zeichen für mehr Bewegung gesetzt.

Auch bei der TSG könnt ihr verschiedene Sportangebote unverbindlich kennenlernen. Die folgenden Angebote finden in der TSG Sporthalle (Walldorfer Straße 5) statt:

Donnerstag, 24. September 2026; 17:00-18:00 Uhr

Er-&Sie-Gymnastik für Paare und Einzelpersonen

Abwechslungsreiche Übungen zu schwungvoller Musik. Training für den ganzen Körper: Stärkung der Muskulatur und Förderung von Beweglichkeit, Gleichgewichtssinn und Koordination. Die Übungen finden im Stehen und auf der Gymnastikmatte statt, können aber auch auf dem Hocker ausgeführt und individuell angepasst werden. Somit ist dieses Angebot für jedes Fitnesslevel geeignet (auch auf dem Hocker ausführbar).

Freitag, 25. September 2026; 20:00-22:00 Uhr

Volleyball & Gymnastik für Herren Ü50 – Freizeitsport

Im Vordergrund steht der Spaß an Bewegung in einer netten Gruppe sportbegeisterter Herren. Leichte Aufwärmgymnastik, danach gemeinsames Volleyballspiel, im Sommer auch draußen auf unserem Beachvolleyballplatz.

Dienstag, 29. September 2026; 10:30-11:30 Uhr

Fitnessgymnastik für Frauen am Vormittag

Training für den ganzen Körper: Kräftigung aller wichtigen Muskelbereiche mit abwechslungsreicher Gymnastik zu Musik. Dehnübungen fördern zusätzlich Beweglichkeit und Wohlbefinden. Für Frauen ab ca. 40+.

BeActive: Kommt zum Schnuppertraining vorbei, probiert etwas Neues aus und erlebt, wie viel Spaß Bewegung in der Gemeinschaft macht. Egal, ob ihr bereits sportlich aktiv seid oder neu einsteigen möchtet – wir freuen uns auf euch!

Seid dabei – denn jede Bewegung zählt!



Ganzkörper-Powertraining startet wieder im Oktober!

Du möchtest stärker und fitter werden und dich rundum energiegeladen fühlen? Dann ist unser Ganzkörper-Powertraining genau das Richtige für Dich!

Dich erwarten effektive Kraftübungen für den ganzen Körper, funktionelles Training für Ausdauer und Beweglichkeit, d.h. abwechslungsreiche Workouts mit Spaßfaktor – alles unter professioneller Betreuung in einer kleinen Gruppe.

Ganz gleich, ob Einsteiger oder Fortgeschrittener: Wir holen dich dort ab, wo du stehst, und begleiten dich

Schritt für Schritt auf deinem Weg.

Das Training findet im kleinen Gymnastikraum der Neurothalle statt, bei schönem Wetter besteht auch die Möglichkeit für Outdoor-Training auf unserem Sportplatz.

Der Kurs startet am Mittwoch, 7. Oktober um 18:00 Uhr, vorgesehen sind insgesamt 10 Einheiten von jeweils 60 Minuten. Dieser Kurs richtet sich ausdrücklich auch an Nichtmitglieder. Für Nichtmitglieder beträgt die Teilnahmegebühr 80 Euro (Barzahlung bei Workshopbeginn gegen Quittung). Die Teilnehmerzahl ist begrenzt auf acht Personen. Anmeldung und weitere Informationen über Stephan Diehl, Fitness-, Reha- und Personaltrainer oder Petra Meyer, Abteilungsleitung unter Telefon: 0157 75702076 oder 0174 7773695 oder per E-Mail: petra.meyer@tsg-ketsch.de oder stepho.2603@gmail.com.

Neues aus unseren Handballabteilungen

Nachdem unsere Kurpfalz Bären in der letzten Saison die Meisterschaft in der 3. Handball-Bundesliga der Frauen geholt hatten, starten sie leider mit einer Niederlage in die neue Saison. Gegen den Vorjahreszweiten TSG Friesenheim verlor die Mannschaft zuhause mit 30:36. Weiter geht es bereits am Samstag, 19. September bei der SG Schozach-Bottwartal.

Unsere Herren- und Jugendmannschaften haben nun ebenfalls die Vorbereitungsphase beendet - sei es mit abwechslungsreichen Trainingseinheiten oder auf Turnieren wie zuletzt dem Mohr-Junior-Cup in Forst und dem Genoba Cup im Schönbuch, bei dem unsere weibliche C1-Mannschaft sich souverän den Turniersieg holte. Herzlichen Glückwunsch!

Nun startet schon in wenigen Tagen die neue Runde. Wir wünschen allen Mannschaften viel Freude, spannende Begegnungen und natürlich viel Erfolg! Tragt unsere Vereinsfarben mit Stolz, zeigt Teamgeist und Zusammenhalt und gebt auf dem Platz gemeinsam euer Bestes.



Auch unsere Fans sind gefragt: Unterstützt unsere Teams lautstark vom Spielfeldrand und lasst uns gemeinsam Handball erleben!

Neues von den Leichtathleten

Bevor die Outdoor-Saison zu Ende geht, stehen für unsere Leichtathleten in den kommenden Wochen noch einige Wettkämpfe und Meisterschaften auf dem Programm. Cara Kempfner, Emmi Mühlinghaus und Eva Montag starten am kommenden Wochenende für die TSG im LG Kurpfalz-Team bei den Baden-Württembergischen Team-Meisterschaften in Singen und unsere Mädels der U12 und U16 haben sich erfolgreich für das BSMM-Finale qualifiziert, das Ende des Monats in Langensteinbach stattfindet. Außerdem ist die TSG traditionsgemäß beim Seckenheimer Herbstsportfest vertreten. Wir drücken die Daumen und wünschen all unseren Teams einen verletzungsfreien Saisonabschluss.

Gerne nehmen wir Eure Hinweise und Anmerkungen zu Themen, die Euch interessieren, entgegen. Rückmeldungen bitte an: oeffentlichkeitsarbeit@tsg-ketsch.de.

Folgt uns auf Instagram: https://www.instagram.com/tsg_ketsch_1902

und Facebook: <https://www.facebook.com/TsgKetsch>

Ihr möchtet keinen Newsletter erhalten? Kurze Nachricht an info@tsg-ketsch.de genügt.