

DIE WELT DES TURNENS IN DER REGION

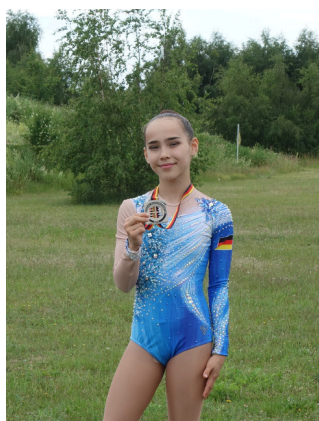
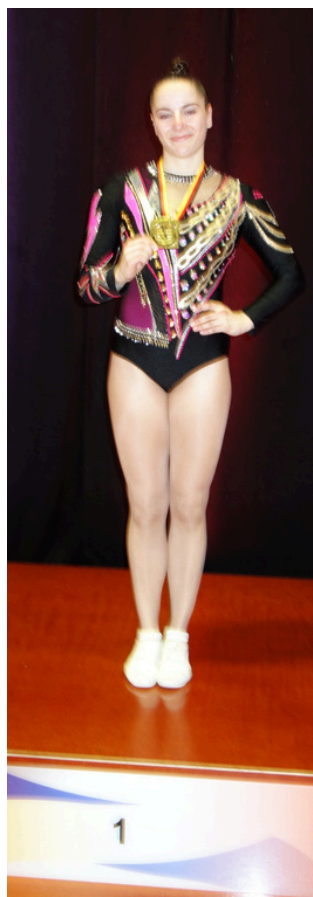
TURNGAU AKTUELL



BEZIRKSKINDERTURNFEST 2026



SAVE THE DATE:
SHOWBÜHNE/ MARKTSONNTAG
AM 4. OKTOBER 2026



Der SSV Ulm 1846 kam mit 2 x Gold, 3 x Silber und 3 x Bronze von der Deutschen Aerobic Meisterschaft in Buchholz zurück. In der Einzelkonkurrenz wurde zum vierten Mal hintereinander Cosma Müller Deutsche Meisterin (oben links). Zusammen mit Eva Gehring, Bronzemedaille Einzel (oben rechts) als Paar wurden sie ebenfalls Deutsche Meister im Duo (Mittlerer Block, oben links). Bronzemedaille Schüler Gruppe, Mia, Luisa, Lorena, Elena, Anna (MB, oben rechts), Bronzemedaille Schüler Duo, Mila Krüger, Anna Schneider (MB, unten links). Deutsche Vizemeisterin Schüler im Einzel, Mila Krüger (unten links). Deutsche Jugend Vize Meister im Duo, Mia Kaufmann, Lily Peter (unten rechts)



gymixed

12. Dezember 2026

17:00 Uhr

Kuhberghalle

Karten ab September unter www.ulmtickets.de



Württembergischer Nachwuchswettkampf

Am 28.06.2026 fand in Stuttgart der erste württembergische Nachwuchswettkampf statt. Trotz extremer Temperaturen ließen es sich 17 Springerinnen und Springer des TSV Blaustein nicht nehmen, ihr Können unter Beweis zu stellen. In den Wochen zuvor wurde fleißig für die Speed-Disziplinen sowie die Compulsory und Freestyles trainiert – mit großem Erfolg. So gingen unter anderem die dritten Plätze im E4-Wettkampf der Altersklassen 4 und 5 sowie eine Bronzemedaille im E3-Wettkampf an den TSV Blaustein.

Herzlichen Glückwunsch an alle Springerinnen und Springer zu ihren tollen Leistungen! Ein besonderes Lob gilt dem Mut, das eigene Können vor einem Kampfgericht zu präsentieren, und dem großartigen Durchhaltevermögen an diesem außergewöhnlich hei-

ßen Wettkampftag. Vielen Dank auch an alle Betreuerinnen und Unterstützer, die diesen erfolgreichen Tag möglich gemacht haben.



IHR VERTRAUEN IST UNSER ERFOLG.

**Ihr Immobilien Partner
im Herzen von Söflingen**

Qualifiziert und sicher –
mit Herz, Leidenschaft und KNOW-HOW

info@ludi-immobilien.de | www.ludi-immobilien.de
Telefon 0731 374 99 93 · Kapellengasse 28 · 89077 Ulm

Heiße Spiele, wenig Punkte

Am Sonntag, den 05.07.2026 begrüßte der TSV Westerstetten zum Rückrundenaufakt die Faustballer des TV Bissingen/Teck, TV Heuchlingen (Ostalbkreis) und TSV Illertissen auf dem Faustballplatz in Westerstetten. Wie bereits in der Hinrunde sahen auch dieses Mal die heimischen Zuschauer Partien auf Augenhöhe. Die Mannschaften schenken sich gegenseitig nichts und so wurde in jeder einzelnen Partie der entscheidende vierte Satz ausgespielt. Im ersten Spiel des Tages gegen den TV Heuchlingen verlor man die ersten beiden Sätze auf Grund vieler Eigenfehler und fehlerfreiem gegnerischem Spiel recht deutlich, ehe unser Heimteam im dritten Satz beim Stand von 2:7 nach einer taktischen Umstellung den Spielverlauf auf den Kopf stellten und sich den Satz mit 11:9 noch sichern konnte. Dieses Momentum konnte der TSV mit in den entscheidenden vierten Satz nehmen und holte sich mit dem Satzgewinn das Unentschieden. Im zweiten Spiel gegen den TV Bissingen starteten die Westerstetter wie sie im

letzten Spiel aufgehört hatten und holten sich den ersten Satz mit 11:6. Der zweite Satz war ein Krimi mit mehreren Führungswechseln und wurde nach Verlängerung leider mit 14:15 unglücklich verloren. Auch der anschließende dritte Satz wurde nach Verlängerung mit 10:12 knapp verloren. Den entscheidenden vierten Satz konnte sich der TV Bissingen ebenfalls mit 11:7 sichern und gewann das Spiel in 1:3 Sätzen. Im letzten Spiel des Tages stand den Westerstettern wieder einmal der Langzeitrivale vom TSV Illertissen gegenüber. Hier erwischte dieses Mal das Heimteam den etwas besseren Start und gewann den ersten Satz nach Verlängerung mit 14:12 Bällen. Ausgelöst durch einige Westerstetter Eigenfehler sicherten sich jedoch die Illertisser die weiteren Durchgänge mit 6:11, 7:11 sowie 7:11 Bällen und damit das Spiel in 1:3 Sätzen.

Es spielten: Max Fenchel, Marc Geis, Marius und Raphael Glöggler, Michael Kögel, Markus Schnalke und Alexander Thomas.



AOK 

Unser Beitrag: Top-Familien- leistungen!

Vorfreude auf einen Leistungs-Zuwachs?
Wir bieten Familien Top-Leistungen bei fairen Beiträgen. Werden auch Sie einer von über 4,6 Millionen Menschen, die dem Marktführer in Baden-Württemberg vertrauen.

Mehr unter [immer-was-du-brauchst.de](https://www.immer-was-du-brauchst.de)

GESUNDNAH

AOK Baden-Württemberg
Die Gesundheitskasse Ulm-Biberach.

Jetzt
zur AOK
wechseln!

Offizieller
Gesundheitspartner

STB 
TURNGAU ULM



Turnverein Dettingen organisiert ein Turnfest voller Höhepunkte

Von Radlerhosen-Grußwort bis Staffellauf-Stimmung: Sport, Spaß und starke Gastgeber Dettingen/Iller - Strahlender Sonnenschein, fröhliches Gewusel und stolze Eltern prägten das große Bezirkskinderturnfest, das der Turnverein Dettingen/Iller gemeinsam mit dem Orga-Team des Ulmer Turngaus ausrichtete. Schon frühmorgens hatten zahlreiche Helferinnen und Helfer aufgebaut, damit die 4- bis 14-jährigen Teilnehmenden optimale Bedingungen vorfanden: Drei Sporthallen sowie der Sportplatz mit Sprunggrube und Tartanbahn boten perfekte Voraussetzungen. Die Kleinsten traten beim eher spielerischen Zwergen- und Turni-Cup an, während sich die Größeren bei Einzelwettkämpfen in Gerätturnen und Leichtathletik maßen.

Für einen heiteren Moment sorgte Bürgermeister Florian Bailer, der seine „erste und einzige Rede in Radlerhose“ hielt und in seinem Grußwort die Bedeutung des aktiven Vereinslebens für die Gemeinde unterstrich. Er lobte insbesondere das große ehrenamtliche Engagement der vielen Helferinnen und Helfer, die eine Veranstaltung dieser Größenordnung überhaupt erst möglich machten. Zwischendrin mischte sich immer wieder das lebensgroße Turngau-Maskottchen Turni unter die Kinder und wurde zum begehrten Fotomotiv. Viele Familien nutzten die Gelegenheit für Erinnerungsfotos, während auf den Wettkampfanlagen um Punkte und Sekunden gekämpft wurde.

Bei den Kleinsten bekamen alle auf der großen Festhallenbühne eine Medaille überreicht, die zuvor balanciert, gehüpft, geflitzt oder gehangelt hatten. Die Freude über die Auszeichnungen war den Kindern deutlich anzumerken und sorgte für zahlreiche strahlende Gesichter. Sportlich lief es für den ausrichtenden Verein hervorragend: In zwölf der vierzehn



Einzelwettbewerbe belegten seine Turnerinnen und Turner den ersten Platz und stellten zugleich die größte Teilnehmergruppe. Insgesamt nahmen rund 290 Kinder und sieben Vereine teil, darunter nahe gelegene wie der BSC Berkheim oder weiter angereiste wie der TSV Erbach.

Für Gänsehaut sorgte ein emotionaler Moment, als ein Mädchen nach einem Sturz mit blutendem Knie weitermachte und bei der Siegerehrung überraschend ganz oben auf dem Treppchen landete. Solche Geschichten machten deutlich, dass beim Kinderturnfest nicht nur sportliche Leistungen, sondern auch Mut, Durchhaltevermögen und Fairness zählen. Viele Zuschauerinnen und Zuschauer belohnten die jungen Sportlerinnen und Sportler deshalb immer wieder mit kräftigem Applaus.

Den Höhepunkt bildeten wie jedes Jahr die Staffelläufe, bei denen die Stimmung entlang der Laufbahnen kochte und laute Anfeuerungsrufe durch die Reihen gingen. Hier zeigte sich noch einmal der besondere Teamgeist, der das Kinderturnfest jedes Jahr auszeichnet. Abteilungsleiterin Renate Gebauer und ihr Übungsleiter-Team hatten das Turnfest bestens organisiert. Zum Abschluss erinnerte Vereinsvorstand Ralf Schindlbeck daran, dass es im Turnen vor allem darum gehe, sich etwas zuzutrauen, wieder aufzustehen und nicht aufzugeben. Mit vielen Medaillen, schönen Erinnerungen und großer Vorfreude auf das nächste Jahr ging ein rundum gelungenes Bezirkskinderturnfest zu Ende.



Ausrichter gesucht

Bezirkskinderturnfest 2027

**Viele Kinder - viel Bewegung
- ein unvergessliches Erlebnis**

Jetzt als Verein melden

info@turngauulm.de







STB
TURNGAU ULM

WIR PRÄSENTIEREN

MATINEE
der Bewegung

ESCAPE

Kennst du die Lösung?

**SONNTAG
18.10.26
11 + 15 UHR
THEATER ULM**

Tauchen Sie ein in eine faszinierende Welt voller Bewegung, Musik und Magie.

90 Minuten voller Rätsel, Emotionen und Bühnenzauber erwarten Sie.

Erleben Sie Tanz, Turnkunst, Akrobatik und Theater mit den Vereinen aus dem Turngau Ulm und ihren Gästen.

Von und mit Annalena Lipp und Petra Weber.



**KARTEN ONLINE UND
AN DER THEATERKASSE
ERHÄLTlich!**

POWERED BY:

Turngau
Ulm



Bezirkskinderturnfest in Berghülen begeistert 495 Kinder

Am Sonntag, den 21. Juni 2026, stand Berghülen ganz im Zeichen des Kinderturnens. Beim Bezirkskinderturnfest des Turngaus Ulm verwandelte sich das Gelände des TSV Berghülen in eine lebendige Sport- und Begegnungsstätte. Insgesamt 495 Kinder aus 15 Vereinen kamen zusammen, um ihr Können zu zeigen, gemeinsam Sport zu treiben und einen unvergesslichen Tag zu erleben. Trotz hochsommerlicher Temperaturen herrschte von Beginn an eine tolle Stimmung auf dem gesamten Veranstaltungsgelände.

Bereits am frühen Vormittag füllten sich die Wettkampfanlagen mit jungen Turnerinnen und Turnern, ihren Betreuerinnen und Betreuern sowie zahlreichen Familienangehörigen. Mit großer Motivation und viel Freude stellten sich die Kinder den verschiedenen Wettkämpfen. Auf dem Programm standen der Wahl-Dreikampf, der Leichtathletik-Dreikampf sowie die beliebten Angebote Turni-Cup und Zwergen-Cup, die insbesondere bei den jüngeren Teilnehmerinnen und Teilnehmern für Begeisterung sorgten.

Trotz der großen Hitze zeigten die Kinder bemerkenswerten Ehrgeiz und beeindruckende Leistungen. Mit Ausdauer, Konzentration und großem sportlichen Einsatz meisterten sie ihre Wettbewerbe und bewiesen dabei nicht nur ihr Können, sondern auch Fairness, Teamgeist und Freude an der Bewegung. Die Sicherheit und Gesundheit der Kinder standen während des gesamten Tages stets im Mittelpunkt. Daher wurde entschieden, die für den Nachmittag vorgesehenen Staffelläufe aufgrund der hohen Temperaturen nicht durchzuführen. Diese Entscheidung wurde von Vereinen, Eltern und Betreuenden gleichermaßen begrüßt und mit großem Verständnis aufgenommen.

Neben den sportlichen Wettbewerben bot das Bezirkskinderturnfest zahlreiche Möglichkeiten zum Spielen, Entdecken und Entspannen. Drei Hüpfburgen, ein Spielmobil sowie eine Malecke sorgten für zusätzliche Abwechslung und wurden von den Kindern

den ganzen Tag über begeistert genutzt. So entstand auf dem Festgelände eine fröhliche Atmosphäre, die weit über den Wettkampfbereich hinausreichte und das Miteinander der Vereine förderte.

Den feierlichen Abschluss bildete der traditionelle Einlauf aller teilnehmenden Vereine. Gemeinsam zogen die Kinder auf das Festgelände ein und sorgten für ein eindrucksvolles Bild der Turngemeinschaft im Bezirk. In ihren Grußworten würdigten Steffen Medwed vom Turngau Ulm sowie Bürgermeister Lukas Walter insbesondere das große Engagement der vielen ehrenamtlichen Helferinnen und Helfer, ohne die eine Veranstaltung dieser Größenordnung nicht möglich wäre. Gleichzeitig sprachen sie den Kindern ihre Anerkennung für die gezeigten Leistungen und ihren sportlichen Einsatz aus.

Für weitere Höhepunkte sorgten zwei Showvorführungen des TSV Berghülen, die das Publikum mit großem Applaus belohnte. Ein besonderes Gemeinschaftserlebnis war die gemeinsame Mitmachaktion mit Nico Seifert vom TSV Berghülen. Mit viel Begeisterung animierte er die gesamte Turnerschar zu einer großen „Robbe“, bei der sich Hunderte Kinder gleichzeitig rhythmisch über den Platz bewegten. Das eindrucksvolle Bild dieser gemeinsamen Aktion wird vielen Teilnehmenden noch lange in Erinnerung bleiben.

Bei den anschließenden Ehrungen wurden die Leistungen aller Kinder gewürdigt. Stolz nahmen die Teilnehmerinnen und Teilnehmer ihre Auszeichnungen entgegen und wurden für ihren Einsatz und ihre sportlichen Erfolge gefeiert.

Das Bezirkskinderturnfest 2026 in Berghülen war damit nicht nur ein sportlicher Wettkampf, sondern vor allem ein Fest der Bewegung, der Gemeinschaft und der Begegnung. Dank der hervorragenden Organisation des TSV Berghülen, der Unterstützung zahlreicher Ehrenamtlicher und der Begeisterung der Kinder wurde die Veranstaltung zu einem rundum gelungenen Erlebnis, das allen Beteiligten noch lange positiv in Erinnerung bleiben wird.





Auszeichnung für langjähriges Engagement

Der Deutsche Turner-Bund hat Manfred Bauer mit dem Ehrenbrief in Silber ausgezeichnet und damit sein langjähriges ehrenamtliches Engagement gewürdigt. Geehrt wurden sowohl seine Verdienste beim TSV Dietenheim als auch sein Einsatz für die Jugendarbeit im Turngau Ulm.

Von 1994 bis 2010 war Manfred Bauer als Jugendwart der Turngaujugend tätig. In dieser Funktion organisierte und begleitete er zahlreiche Wettkämpfe, Veranstaltungen und Bezirkskinderturnfeste. Mit großem Einsatz und viel Herzblut trug er dazu bei, Kindern und Jugendlichen attraktive sportliche Angebote zu ermöglichen und das Turnen im Turngau nachhaltig zu fördern.

Durch seine zuverlässige Arbeit und seine langjährige Erfahrung war er über viele Jahre hinweg eine wichtige Stütze der Turngaujugend. Zahlreiche Projekte und Veranstaltungen tragen seine Handschrift und haben Generationen junger Sportlerinnen und Sportler geprägt.

Auch heute engagiert sich Manfred Bauer weiterhin aktiv in seinem Heimatverein TSV Dietenheim und



unterstützt dort den Turn- und Gesundheitssport. Turngau-Ulm-Präsident Markus Weber gratulierte herzlich zu dieser besonderen Auszeichnung und dankte ihm für seinen jahrzehntelangen Einsatz zugunsten des Turnsports und der Vereinsgemeinschaft.

Erfrischung gefällig?



Ulmer Getränke Vertrieb GmbH

Veitsbrunnenweg 3-8 • 89073 Ulm • 0731 / 164-0 • www.goldochsen.de

SHOWTIME

AM MARKTSONNTAG

Jetzt Bühne frei für
eure Sportgruppe!

**Nachmeldung möglich..
Sichert euch schnell euren Platz**

Marktsontag

04.10.2026

Showbühne
Münsterplatz

13:00 BIS
18:00 UHR

MITTEN IN DER
STADT, SHOW-
BÜHNE AM
MÜNSTERPLATZ!

WER KANN MITMACHEN?

- Gymnastik- und Fitnessgruppen
- Gesundheits- und Natursportgruppen
- Tanz, Akrobatik und Showgruppen
- Vorführ- und Präsentationsgruppen aller Art
- Egal welches Alter oder Leistungsstand

WAS KÖNNT IHR ZEIGEN?

- komplette Programme
- Ausschnitte aus Trainingsstunden
- Sequenzen von 1-2 Minuten
- auch wenn sie gerade erst entstehen

SEID DABEI!

Nur mit eurer Teilnahme wird unsere 10m x 6m große Showbühne mit 4,6m Höhe am Marktsontag ein voller Erfolg.

ANMELDUNG BIS SPÄTESTENS 13.09.2026

beate.vogt-sailer@turngau-ulm.de



TURNGAU FORUM

23. Januar 2027
14:00-17:00 Uhr

bei der TSG Söflingen, Harthäuser Straße 99, 89081 Ulm

2 Workshops für nur 25 €

Programm und Anmeldung unter www.turngau-ulm.de



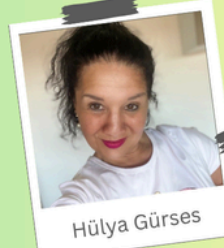
Karin Blattner



Mustafa Karaca



Heike Seemüller



Hülya Gürses



Tanja Geiger



Mirja Bertsch

Tätät Buchen!










14.15-15.15 Uhr 1. Workshop
16.00-17.00 Uhr 2. Workshop

CALISTHENICS – Stärke aus dem eigenen Körper
Keine Maschinen, kein Schnickschnack – nur du und dein Körper! Mit Ziehen, Drücken, Halten und Balancieren entwickelst du funktionelle Kraft, Körperspannung und Beweglichkeit. Entdecke, wie vielseitig und effektiv Training mit dem eigenen Körpergewicht sein kann.

Fließkraft – Die Kunst natürlicher Bewegung
Unser Körper ist für Bewegung gemacht. In diesem Workshop tauchst du in fließende Bewegungsmuster ein, die Kraft, Beweglichkeit und Balance auf natürliche Weise verbinden. Schritt für Schritt entwickelst du mehr Vertrauen in deinen Körper, bewegst dich freier und findest zu einer neuen Qualität von Leichtigkeit und Stärke. Fließend. Natürlich. Kraftvoll.



TURNGAU FORUM

23. Januar 2027
14:00-17:00 Uhr

bei der TSG Söflingen
Harthäuser Straße 99, 89081 Ulm

2 Workshops für nur 25 €

**Frühbucherrabatt
für Gruppen
ab 6 Personen bis
zum 30.11.2026 nur
20 € p.p.**

- **CALISTHENICS**
Stärke aus dem eigenen Körper
- **Fließkraft**
Die Kunst natürlicher Bewegung
- **Intervalltraining 45/15 mit Hanteln**
Mit Power zum Erfolg!
- **Jumping**
Mehr als Hüpfen: ein Workout voller Energie!
- **LachYoga**
Zum verrücktesten Workout ohne Sport
- **Line Dance - Beginner**
Schritt für Schritt zur guten Laune!
- **PARKOUR**
Grenzen neu entdecken
- **Yoga Flow**
Atemzug für Atemzug zu mehr Gelassenheit
- **Zumba Vibes**
Gute Laune in Bewegung!

Programm und Anmeldung unter
www.turngau-ulm.de








Intervalltraining 45/15 mit Hanteln
Ein intensives Ganzkörper-Workout im Intervallformat: 45 Sekunden Belastung, gefolgt von 15 Sekunden Pause. Mit gezielten Übungen und dem Einsatz von Hanteln werden Kraft, Ausdauer und Koordination gleichermaßen trainiert. Durch die abwechslungsreichen Übungen werden verschiedene Muskelgruppen angesprochen und die Fettverbrennung effektiv angekurbelt. Das Training ist für unterschiedliche Fitnesslevel geeignet, da die Intensität individuell angepasst werden kann.

Anmeldung über JoinSports



Jumping Fitness - Mehr als Hüpfen: ein Workout voller Energie!

Erlebe den ultimativen Energie-Kick! Jumping Fitness verbindet effektives Herz-Kreislauf-Training mit jeder Menge Spaß. Die leicht erlernbaren Sprünge sorgen für schnelle Erfolgserlebnisse, während motivierende Musik und das gemeinsame Training für beste Stimmung sorgen. Ein Workout, das auspowert, glücklich macht und begeistert!

Lachyoga - Zum verrücktesten Workout ohne Sport Lachen ist die beste Medizin! Bei Lachyoga erwarten dich spielerische Übungen, die Körper und Geist erfrischen, Stress abbauen und deine Energie spürbar steigern. Einfach ausprobieren und mitlachen!

Line Dance - Beginner, Schritt für Schritt zu guter Laune!

Line Dance hält den Kopf fit, das Herz leicht und bringt jede Menge Spaß auf die Tanzfläche. Gemeinsam lernen wir einfache Choreografien Schritt für Schritt – ganz ohne Tanzpartner und ohne Leistungsdruck. Hier geht es nicht um Perfektion, sondern um Freude an der Bewegung, Musik und dem gemeinsamen Erlebnis. Einfach mittanzen, mitlächeln und den Alltag vergessen!

PARKOUR – Grenzen neu entdecken

Springen, klettern, balancieren und kreativ bewegen! Parkour zeigt dir neue Wege durch deine Umgebung und stärkt gleichzeitig Kraft, Koordination und Selbstvertrauen. Ob Anfänger oder Fortgeschrittene – hier lernst du, Hindernisse sicher und mit Spaß zu überwinden.

Yoga Flow - Atemzug für Atemzug zu mehr Gelassenheit

Komm in Bewegung und finde deinen Rhythmus! Dynamische Flows treffen auf bewusste Atmung – für mehr Energie, Beweglichkeit und ein rundum gutes Gefühl. Perfekt zum Abschalten und Auftanken.

Zumba Vibes - Gute Laune in Bewegung!

Stell dir vor, du bist auf eine Party mit toller Musik und ganz nebenbei machst du Sport. Genau das ist Zumba! Zumba Vibes ist ein energiegeladenes Tanz-Workout zu heißen Latin Rhythmen und coolen Moves. Lasst uns zusammen schwitzen – aber mit einem Lächeln!

Einfach mitmachen und Spaß haben.

Anmeldung über JoinSports



Wir kommen zu euch ...



Informationsveranstaltung rund um die **Aus- und Fortbildungen** im Turngau Ulm

Dienstag, 6. Oktober 2026
19:00 Uhr

im Vereinsheim des TSV Altheim/ Alb



Infos unter ...



Du leitest bereits eine Gruppe oder möchtest als Übungsleiter*in durchstarten, hast aber noch keine Ausbildung? Der Turngau Ulm unterstützt dich dabei! Mit praxisnahen Aus- und Fortbildungen sowie hilfreichen Tipps für den Trainingsalltag bekommst du das nötige Handwerkszeug – ob im Kinderturnen, Fitness- und Gesundheitsbereich oder Gerätturnen. Entdecke bei unserer Infoveranstaltung aktuelle Qualifizierungsmöglichkeiten, tausche dich mit anderen Vereinen aus und gewinne neue Impulse für dein Engagement im Sport.

Wir freuen uns auf viele interessierte Besucherinnen und Besucher aus der Region!

Anmeldung mit Name, Verein und Teilnehmerzahl per Mail an: info@turngauulm.de

Gerne kommen wir auch in weitere Regionen. Bei Interesse schreibt uns an: info@turngauulm.de

Weiberfasnet

03.02.2027

Beginn: 19:00 Uhr

Einlass: 18:30 Uhr

Motto:

OLYMPIA

**SPORT IST
MEIN LEBEN**

SITZPLATZ
10 €
STEHPLATZ
für Gruppen unter
10 Personen
8 €

AUSTRAGUNGSORT:
MEHRZWECKHALLE EGGINGEN
Lauhstraße 25, 89079 Ulm

ANMELDEZEITRAUM:
07.12.26 8 Uhr bis
15.01.27 18 Uhr

ANMELDUNG AUF ADRESSE:
weiberfasnet@turngau-ulm.de





**BEWEGUNG VERBINDET –
SPORT AUS ALLER WELT IN ULM & NEU-ULM!**

**AKTIONSTAG AM
FREITAG, 25. SEPTEMBER**
 UMSONST & DRAUSSEN, OHNE ANMELDUNG!

» **ULM** Donauwiese Metzgerturnm

» **NEU-ULM** Donaustufen Jahnufer

14–19 UHR

Entdecke außergewöhnliche Sportarten wie:

BASEBALL, LACROSSE,
AMERICAN LINE DANCE,
INKLUSIONS-KINDERTANZ,
SHADOWBOXING, KORFBALL,
CROSSMINTON, U.V.M.



Sport kennt keine Grenzen

Der Aktionstag zeigt, wie Sport und Bewegung Menschen unabhängig von Herkunft, Sprache oder Alter zusammenbringen. Im Mittelpunkt steht dabei die Vielfalt unserer Gesellschaft, die sich in den unterschiedlichsten Sportarten, Bewegungstraditionen und kulturellen Einflüssen widerspiegelt. Ganz im Sinne der europäischen Werte von Offenheit, Zusammenhalt und gegenseitigem Respekt wird erlebbar, wie Bewegung Brücken baut und Menschen über kulturelle Grenzen hinweg miteinander verbindet.

Besucherinnen und Besucher können sich auf ein abwechslungsreiches Programm mit Mitmachaktionen, Vorführungen und sportlichen Einblicken aus Europa und darüber hinaus freuen. Ob Capoeira aus Brasilien, Lacrosse aus Nordamerika, bulgarische Kreistänze, Korfball aus den Niederlanden, Roundnet aus den USA oder Salsa aus Kuba: Der Aktionstag bietet die Möglichkeit, vielfältige und oft außergewöhnliche Bewegungsformen kennenzulernen und selbst auszuprobieren. Ergänzt wird das Programm durch weitere Mitmach- und Bewegungsangebote für Kinder und Erwachsene. Zugleich erhalten Interessierte die Möglichkeit, mit den beteiligten Vereinen und Initiativen ins Gespräch zu kommen und mehr über deren Angebote zu erfahren. So entsteht ein bunter Nachmittag, der Menschen. Das ganze Programm unter www.donaubuero.de/bewegung-verbindet/

#BEACTIVE
EUROPÄISCHE WOCHE DES SPORTS
23 - 30 September



Save the date: Treffen der Ehemaligen und Weggefährten am 06. November 2026 um 14 Uhr.

Der SV Oberdischingen ist dieses Jahr Gastgeber für das Treffen der Ehemaligen und Weggefährten. Euch erwartet ein gemütlicher Tag voller Wiedersehen, Erinnerungen und geselligem Zusammensein. Das Organisationsteam freut sich auf zahlreiche bekannte Gesichter. Der genauere Programmverlauf erfolgt mit einer persönlichen Einladung per Mail.



SPORT KENNT KEINE ALTERSGRENZE AKTIONSTAG FÜR ÄLTERE

26. September 2026 beim SV Baltringen

Bewegung · Balance · Wohlbefinden

Der Sportverein Baltringen lädt in Kooperation mit dem Turngau Ulm zu einem besonderen Aktionstag für ältere Menschen ein.

Auch Übungsleiter*innen sind herzlich willkommen.



alle Infos hier

- Von Grund auf: Unsere Füße und die Balance mit Annemarie
- Yoga auf dem Stuhl mit Annemarie
- Gemeinsamer Kaffee und Kuchen

Beginn: 13:00 Uhr
Ort: Turnhalle Baltringen
 Schulstraße 8
 88481 Baltringen
 Unkostenbeitrag: 15 €
 (inkl. Verpflegung)

Anmeldung mit Angabe
 des Vereins unter:
aktionstag@turngau-ulm.de



Zeitzeugen aus Papier Wenn alte Urkunden Turngeschichte erzählen

Alte Urkunden sind weit mehr als Erinnerungsstücke. Sie erzählen von Menschen, von Wettkämpfen und von einer Turnbewegung, die in Ulm und der Region seit über 160 Jahren fest verankert ist. Drei historische Wettbewerbs-Urkunden, die kürzlich in den Besitz des Turngaus Ulm übergegangen sind, geben Anlass für einen Blick zurück auf diese lange Tradition.

Die Geschichte des organisierten Turnens in unserer Region reicht bis in die Mitte des 19. Jahrhunderts zurück. In einer Zeit gesellschaftlicher und politischer Umbrüche war das Turnen weit mehr als Sport. Die Vereine standen für Gemeinschaft, Bildung, Zusammenhalt und Verantwortung.

Ulm spielte von Beginn an eine wichtige Rolle in der württembergischen Turnbewegung. Bereits 1848 gehörte die Turngemeinde Ulm zu den Gründungsvereinen des Schwäbischen Turnerbundes. Am 10. April 1859 gründeten Vertreter der Turngemeinde Ulm, des Turnvereins Ulm, der Turngemeinde Ehingen und des Turnvereins Blaubeuren im Ulmer Gasthaus „Zum Goldenen Rad“ den Gauverein Ulm, den heutigen Turngau Ulm e. V. Damit zählt der Turngau Ulm zu den ältesten Turngaue im Schwäbischen Turnerbund und entwickelte sich früh zu einem wichtigen Bindeglied zwischen den Vereinen der Region.

Die Turngaue hatten damals eine wichtige Aufgabe: Sie verbanden die Vereine einer Region miteinander, organisierten Wettkämpfe und Turnfeste und stärkten den Zusammenhalt über die einzelnen Orte hinaus. Turnfeste waren im 19. und frühen 20. Jahrhundert weit mehr als sportliche Wettkämpfe. Sie verbanden Menschen aus unterschiedlichen Orten, stärkten die Gemeinschaft der Vereine und gehörten zu den bedeutenden gesellschaftlichen Ereignissen ihrer Zeit. Festzüge, Musik, Wettkämpfe und gesellige Begegnungen machten sie zu Höhepunkten des öffentlichen Lebens.

Welche Bedeutung Ulm innerhalb der Turnbewegung besaß, zeigt auch ein Blick auf das Jahr 1925. Damals war die Münsterstadt Gastgeber des 41. Schwäbischen Landesturnfestes. Historische Fotografien, Festpostkarten und Urkunden vermitteln noch heute einen Eindruck von der Atmosphäre dieser Großveranstaltung. Das Ulmer Münster, das Rathaus und die festlich geschmückte Stadt bildeten die Kulisse für Tage voller Sport, Begegnungen und Gemeinschaft. Die nun erhaltenen Urkunden waren einst persönliche Erinnerungsstücke einzelner Turnerinnen und Turner. Hinter jeder Urkunde stand ein Mensch, der trainierte, sich auf Wettkämpfe vorbereitete und stolz seine Auszeichnung mit nach Hause nahm. Auch wenn die

Geschichten der damaligen Besitzer heute oft nicht mehr bekannt sind, haben die Dokumente die Zeit überdauert und machen Geschichte greifbar.

Aus den Turnvereinen des 19. Jahrhunderts ist inzwischen eine vielfältige Vereinslandschaft entstanden. Heute zählt der Turngau Ulm 145 Vereine mit rund 68.000 Mitgliedern und ist damit der größte Sportfachverband im Sportkreis Alb-Donau/Ulm. Vom Kinderturnen über Wettkampf- und Gesundheitssport bis hin zu modernen Bewegungsangeboten begleitet der Turngau Menschen aller Generationen.

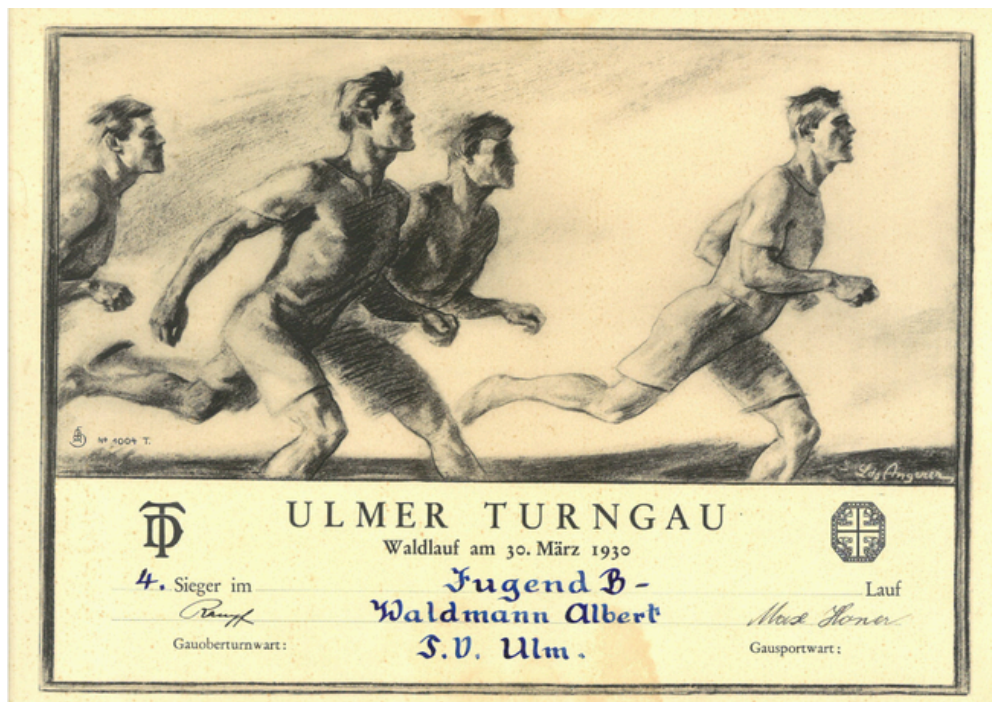
Die historischen Urkunden erinnern daran, dass diese Entwicklung auf einem starken Fundament aufbaut. Sie bewahren die Erinnerung an die Menschen, die den Turnsport in unserer Region gestaltet haben, und machen deutlich, welche wichtige Rolle Ulm und der Turngau Ulm seit mehr als 160 Jahren innerhalb der württembergischen Turnbewegung spielen. Wer heute im Verein aktiv ist, als Sportlerin oder Sportler, Übungsleiter oder Ehrenamtlicher, schreibt diese Geschichte weiter.



Zeitzeugen aus Papier

Historische
Urkunden erzählen
Turngeschichte

Drei Urkunden und ein
Foto geben Einblicke in
die lange Tradition des
Turnens in Ulm und der
Region - seit mehr als
160 Jahren.



Oben: Urkunde Ulmer Turngau zum Waldlauf im März 1930



Links: Urkunde Turnerbund Ulm 1846



Rechts: Landesturnfest in Ulm vom 25.07.-27.07.1925

Bewegung mit Köpfchen – frische Impulse für dein Training!

Von LineDance über Brainfitness bis hin zu Brainwalking – bring Abwechslung und neuen Schwung in deine Kurseinheiten. Freu dich auf ein vielfältiges Bewegungsangebot, das nicht nur den Körper, sondern auch den Geist aktiviert. Trainiert wird in kleinen WODs: Teamspiele, Partnerübungen und Gruppenbattles sorgen für Spaß, Motivation und echten Teamgeist.

19. September 2026 von 9:00 18:00 TSG Söflingen 1864 e.V. mit Yvonne Benz

Buchungsnummer: GF-94-1300-0-0104/26

Abwechslungsreiche Stundenbilder zum Thema Intervalltraining

Intervalltraining ist eine der effektivsten Methoden, um Ausdauer, Kraft und Schnelligkeit zu verbessern. In dieser Fortbildung lernst du, wie du abwechslungsreiche Stundenbilder gestaltest, die sowohl Anfänger als auch Fortgeschrittene motivieren. Mit einer Mischung aus intensiven Belastungs- und Erholungszeiten sorgst du für maximale Trainingseffekte. Egal ob mit dem eigenen Körpergewicht, Kleingeräten oder kreativen Übungen – du bekommst viele praktische Ideen für dynamische und motivierende Workouts. Bringe frischen Schwung in dein Training und begeistere deine Teilnehmer mit neuen Impulsen! Trainiert wird u.a. in kleinen WODs: sowohl Teamspiele, Partnerworkouts als auch Gruppenbattles sorgen für Abwechslung und zusätzlichen Ansporn.

10. Oktober 2026 von 9:00 18:00 TSG Söflingen 1864 e.V. mit Petra Glöggler

Buchungsnummer: GF-94-1200-0-0105/26

Knie- und Hüftprobleme - Wie kann ein Beinachsentraining helfen? - B-Fortbildung

In diesem Lehrgang widmen wir uns den Herausforderungen rund um Knie- und Hüftprobleme. Wir analysieren die Bedeutung der Beinachse und wie ein gezieltes Beinachsentraining helfen kann, diese Gelenke zu entlasten und vor weiteren Problemen zu schützen. Ziel ist es, ein gelenkschonendes Trainingsprogramm zu entwickeln, das sowohl zur Prävention als auch zur Rehabilitation von Hüft- und Kniebeschwerden beiträgt.

10. Oktober 2026 von 9:00 16:00 TSG Söflingen 1864 e.V. mit Katja Fessler

Buchungsnummer: GF-94-1800-0-0106/26

Achtung, bei dieser Fortbildung hatte sich ein Fehlerteufel im Gymnet eingeschlichen und war bisher leider nicht buchbar!!!

Tanz, Spiel & Bewegung: Kreative Fitnessideen für Senioren

Ihr erhaltet Ideen für: Spielerisches Aufwärmen für Senioren (einfache Spielformen ohne Geräte), Square Dance für Senioren (Koordination, Gehirnjogging, Gruppenerlebnisse), Spiel- und Übungsformen mit dem Pezziball (Fitball) mit kleiner Choreografie für Vorführungen im Verein), Rock'n'Roll für Ältere.

17. Oktober 2026 von 9:00 18:00 TSG Söflingen 1864 e.V. mit Richard Wieser

Buchungsnummer: GF-94-1300-0-0107/26

Mobilisation und Stabilisation

Im Alltag und beim Sport müssen unsere Gelenke einerseits genügend Beweglichkeit zulassen und andererseits Positionen und Bewegungen stabilisieren können, ohne belastet oder gar verletzt zu werden. Dieser Lehrgang beinhaltet einen Fundus an Mobilisierungs- und Stabilisierungsübungen für die wichtigsten Gelenke. Dazu werden Kenntnisse über Sensomotorik, Stretching und Kräftigung anschaulich vermittelt.

07. November 2026 von 9:00 18:00 TSG Söflingen 1864 e.V. mit Gerald Lechner

Buchungsnummer: GF-94-1200-0-0108/26

Stuhlgymnastik für Senioren Bewegung hält fit – auch im Sitzen!

In dieser Fortbildung lernst du, wie du mit einfachen, aber effektiven Übungen Senioren zu mehr Mobilität, Kraft und Lebensfreude verhilfst. Du bekommst praxisnahe Ideen für: Übungen auf dem Stuhl – zur Förderung von Beweglichkeit und Haltung; Übungen mit dem Stuhl – für Balance, Kräftigung und Koordination; Übungen rund um den Stuhl – zur Sturzprophylaxe und Ganzkörperaktivierung, Einsatz von Alltagsgegenständen – für spielerische und kreative Bewegungseinheiten, mit leicht umsetzbaren Übungen und motivierenden Methoden kannst du Senioren aktiv begleiten – ob in Gruppen oder einzeln.

07. November 2026 von 9:00 18:00 TSG Söflingen 1864 e.V. mit Martina Wieland

Buchungsnummer: GF-94-1300-0-0119/26

Informationen + Buchungslink
Homepage Turngau Ulm e.V.



Kampfrichter Ausbildung D-Lizenz weiblich

Werde Kampfrichter*in im Gerätturnen! Du möchtest Wettkämpfe aktiv mitgestalten und dein Wissen im Gerätturnen erweitern? Dann ist die Kampfrichter-Ausbildung D-Lizenz weiblich genau das Richtige für dich! In der Ausbildung lernst du die Wertung der P-Stufen an allen vier Geräten kennen und erhältst das nötige Rüstzeug für deinen ersten Einsatz als Kampfrichter*in. Die Ausbildung richtet sich an alle Interessierten ab 14 Jahren.

Ausbildungstermin 08. + 15.11.2026 in Laichingen

Prüfung am 29.01.2026 in Illerrieden

Buchungsnummer: KaRi_Ausb_w_01/2026

Yoga - Vom Stuhl auf die Matte

Du kommst nicht auf den Boden? Kein Problem! Ich zeige dir Alternativen, wie dich Yoga-Elemente wohltuend weiterbringen. Mit sanften Übungen auf dem Stuhl und der Matte fördern wir deine Rückengesundheit, Beweglichkeit und Entspannung - ganz ohne Vorkenntnisse. Keine Yoga-Erfahrung nötig! 14. November 2026 von 9:00 18:00 TSG Söflingen 1864 e.V. mit Heike Seemüller

Buchungsnummer: GF-94-1250-0-0123/26

Fortbildungsprogramm 2027 ab dem 21.09.2026 auf unserer Homepage und im Gymnet

Werde Kampfrichter*in im Gerätturnen!

Du möchtest Wettkämpfe aktiv mitgestalten und dein Wissen im Gerätturnen erweitern? Dann ist die Kampfrichterausbildung D-Lizenz weiblich genau das Richtige für dich! Da der Termin im November in kurzer Zeit ausge-bucht war, gibt es einen weiteren Ausbildungstermin am:

**20. und 21. Februar 2027, Prüfung am 7. März 2027
Laichingen & Illerrieden**

In der Ausbildung lernst du die Wertung der P-Stufen an allen vier Geräten kennen und erhältst das nötige Rüstzeug für deinen ersten Einsatz als Kampfrichter*in. Kampfrichter*innen leisten einen wichtigen Beitrag zu fairen und reibungslosen Wettkämpfen. Gleichzeitig vertieft die Ausbildung dein Verständnis für Technik, Übungsaufbau und Bewertungskriterien im Gerätturnen. Nutze die Chance, Verantwortung zu übernehmen und Teil eines engagierten Kampfrichterteams zu werden. Die Ausbildung richtet sich an alle Interessierten ab 14 Jahren.








BERUFSEINSTIEG MIT ZUKUNFTSCHANCE

WIR BILDEN AUS:

- Kaufmann für Büromanagement (m/w/d)
- Industriekaufmann (m/w/d)
- Kaufmann für Groß- und Außenhandelsmanagement (m/w/d)
- Fachkraft für Lagerlogistik (m/w/d)
- Produktionsfachkraft Chemie (m/w/d)

UNSERE SCHMIERSTOFFE UND LÖSUNGEN BEWEGEN DIE WELT.

WERDE TEIL UNSERER B-FAMILY!

Jetzt bewerben: jobs.bantleon.de



Hermann Bantleon GmbH | Blaubeurer Straße 32 | 89077 Ulm/Donau
Ansprechpartnerin: Frau Lea Buck | Tel. 0731 39 90 - 132


[avia_bantleon](https://www.instagram.com/avia_bantleon)

Herzlichen Glückwunsch an die TSG Söflingen und den TV Wiblingen zum Erhalt des Prädikates „**PLUSPUNKT GESUNDHEIT / SPORT PRO GESUNDHEIT**“!
Mit ihren hochwertigen Angeboten leisten beide Vereine einen wichtigen Beitrag zum Gesundheitssport in der Region.

TSG Söflingen – Anne Linsenmaier

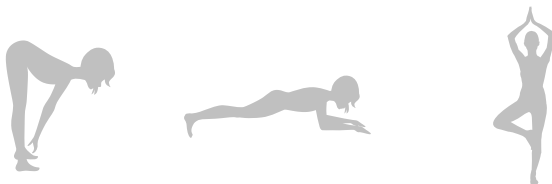
- Ganzkörperkräftigung & Beweglichkeit – sanft und effektiv
- Gültig bis 20.07.2029



TV Wiblingen - Doris Friedrich

- Fit und Gesund
- Ganzkörperkräftigung & Beweglichkeit – sanft und effektiv
- Fit bis ins hohe Alter
- Bewegen statt schonen (10x90)
- Gültig bis 03.08.2029

Wir gratulieren herzlich und wünschen weiterhin viel Erfolg bei den gesundheitsorientierten Angeboten!



PRÄSENTIERT VON
Sparda-Bank
BADEN-WÜRTTEMBERG

STB SCHWÄBISCHER TURNERBUND
BTB

TURNGALA

lumina

TICKETS AUF
TURNGALA.DE

04. JANUAR
2027

ratiopharm
Arena

STB TURNGAU ULM

SWR1

LOTTO Baden-Württemberg

AOK

Termin	Titel	Ort
12.09.2026	Trainerassistent*in Ausbildung Gerätturnen	Illerrieden
19.09.2026	Bewegung mit Köpfchen - frische Impulse für dein Training!	TSG Söflingen
23.09.2026	Europäische Woche des Sports	Turngau Ulm
26.09.2026	Aktionstag für Ältere	SV Baltringen
26.09.2026	Gaufinale P-Stufen Mannschaften weiblich, Meldeschluss 07.09.2026	SF Schwendi
04.10.2026	Verkaufsoffener Sonntag mit Showbühne	Ulm, Innenstadt
10.10.2026	Abwechslungsreiche Stundenbilder zum Thema Intervalltraining	TSG Söflingen
10.10.2026	Knie- und Hüftprobleme - Beinachsentraining B-Lizenz	TSG Söflingen ELH
14.10.2026	Gauausschuss-Sitzung	Dornstadt
17.10.2026	Tanz, Spiel & Bewegung: Kreative Fitnessideen für Senioren	TSG Söflingen ELH
17.10.2026	Bezirksfinale P-Stufen Mannschaft weiblich, Meldeschluss 28.09.2026	Laichingen
18.10.2026	Bezirksfinale P-Stufen Mannschaft männlich, Meldeschluss 28.09.2026	Laichingen
18.10.2026	Matinee der Bewegung - Kartenverkauf ab 22.06.2026	Theater Ulm
08.-29.11.2026	Ausbildung für Kampfrichter weiblich 9.00-16.00 Uhr	Laichingen + Illerrieden
06.11.2026	Tag des Kinderturnens	Turngau Ulm
06.11.2026	Treffen Ehemalige und Weggefährten	Oberdischingen
07.11.2026	Mobilisation und Stabilisation	TSG Söflingen
07.11.2026	Stuhlgymnastik für Senioren	TSG Söflingen
07.11.2026	K-Stufe Vorrunde	Laichingen
13.-15.11.2026	Tag des Kinderturnens	
14.11.2026	Yoga - vom Stuhl auf die Matte	TSG Söflingen
21.11.2026	K-Stufe Rückrunde	Munderkingen
12.12.2026	Gymixed - Kartenverkauf ab 01.09.2026	Kuhberghalle Ulm
04.01.2027	TurnGala "lumina" - Kartenverkauf ab sofort	ratiopharm arena
23.01.2027	Turngau Forum	TSG Söflingen

Das Fortbildungsprogramm 2027 steht ab dem 21.09.2026 auf unserer Homepage und im Gymnet zur Verfügung.



DONAUBAD
RUTSCHENWELT



Erlebe das

WOW!

- ... Highspeed & Rekorde
- ... einzigartige Effekte & maximaler Funfaktor
- ... Abenteuer & Nervenkitzel für Groß & Klein

Unsere vier neuen Rutschen im Erlebnisbad.

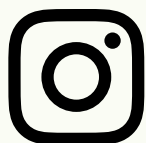
www.donaubad.de

Donaubad Ulm / Neu-Ulm · Wiblinger Straße 55 · 89231 Neu-Ulm

Redaktionsschluss der TG-aktuell 2026

Ab sofort wird der Redaktionsschluss für die TG-Aktuell früher angesetzt. Bitte beachtet für die nächsten Ausgaben folgende Daten:

- Ausgabe November: 20.10.2026
- Ausgabe Januar: 15.12.2026



@turngauulm1859



@turngauulm
@turngauulm.zeltlager



www.turngau-ulm.de

IMPRESSUM

Turngau Ulm e.V.
Geschäftsstelle

Weinhof 9
89073 Ulm

Telefon 0731/29879513
info@turngauulm.de

Öffnungszeiten Geschäftsstelle:

Dienstag 9:00-12:00 Uhr

Donnerstag 14:00-17:00 Uhr

sonstige Termine nach Absprache

Bankverbindung:
Sparkasse Ulm

IBAN: DE35 6305 0000 0000 1033 23

SFIFT-BIC: SOLADES1ULM

Steuernummer: 88048/29400

Redaktion Turngau aktuell: Maren Majert

Jetzt
Projekt
wahr
machen



WIRWUNDER

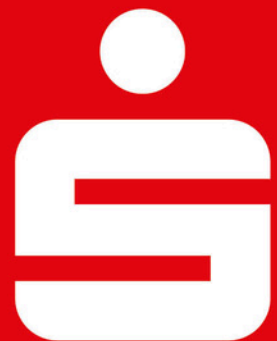


betterplace

WirWunder: Die Spenden- plattform, die euer Projekt Wirklichkeit werden lässt!

**Bei WirWunder finden gute
Ideen ihre Unterstützer – und
Unterstützer finden gute Ideen.**

- ▷ Projekt vorstellen und finden
- ▷ Spenden sammeln und geben
- ▷ Gemeinsam Gutes bewirken



Sparkasse
Ulm

LB≡BW

