PSK kurier

Dezember 2021

Post Südstadt Karlsruhe e. V. – Der große Verein für Sport, Freizeit, Gesundheit und Integration

Gestaltung Martin Noth

Löwenstark: unser digitaler ModernisierungsCheck.

Haus oder Wohnung renovierungsbedürftig?
Jetzt den Modernisierungsbedarf Ihrer Immobilie ermitteln und ausführlichen Bericht erhalten unter
www.psd-kn.de/Modernisieren

Kostenlos & unverbindlich

Die Bank für Ihr Zuhause.

Allgemeine Informationen

Herausgeber	***P**ost **S**üdstadt **K**arlsruhe e.V.*	
Geschäftsstelle	Ettlinger Allee 9 76199 Karlsruhe Fon (0721) 88 74 44 Fax (0721) 88 33 04	
Internet	www.online-psk.de	
Social Media	www.facebook.com/pskarlsruhe	
E-Mail	psk@post-suedstadt-ka.de	
Bankverbindungen	Sparkasse Karlsruhe	IBAN DE97 6605 0101 0009 3242 94 BIC KARS DE 66XXX
	PSD Bank	IBAN DE91 6609 0900 7309 5546 06 BIC GENODEF1P10
Vereinskurier	psk@post-suedstadt-ka.de Erscheint vierteljährlich (März/Juni/September/Dezember) Auflage 3.500 (print und online) Der Bezugspreis ist im Mitgliedsbeitrag enthalten.	
Marketing	psk@post-suedstadt-ka.de	
Ehrenvorsitzender	Horst Sedlag (07243) 65 333 horst.sedlag@web.de	

Geschäftsführende Vorstände

Felix Banz (organisatorischer Bereich)	felix.banz@post-suedstadt-ka.de
Rainer Reker (Finanzen)	rainer.reker@post-suedstadt-ka.de

Aufsichtsrat

Aufsichtsratvorsitzender	Stefan Schwärzler	stefan.schwaerzler@post-suedstadt-ka.de
stellv. Aufsichtsratvorsitzende	Karola-Beatrice Winter	karola.winter@post-suedstadt-ka.de
	Beate Brockerhoff	beate.brockerhoff@post-suedstadt-ka.de
	Dr. Rainer Dorn	rainer.dorn@post-suedstadt-ka.de
	Heidi Mußgnug	heidi.mussgnug@post-suedstadt-ka.de
	Martin Pfistermeister	martin.pfistermeister@post-suedstadt-ka.de
	Christian Piri	christian.piri@post-suedstadt-ka.de

Sportanlagen	Anlage „Am Dammerstock“, Ettlinger Allee 9 Anlage „Zur Südstadt“, Ettlinger Allee 3
Tennishalle	Ettlinger Allee 9 Hallenwart Dieter Scherer 0171 65 78 966 Einzelstunden / ABO - abo-tennishalle@post-suedstadt-ka.de
Gaststätte	Gaststätte „Alte Post“, Ettlinger Allee 9, (0721) 98 96 19 95
Oberwaldbad	Erlenweg 2 (Wohnstift Rüppurr), 76199 Karlsruhe (0721) 88 01-609 oberwaldbad@post-suedstadt-ka.de (0721) 88 01-784
Fitness-Studio	Ettlinger Allee 9, (0721) 89 09 32, fitnessstudio@post-suedstadt-ka.de

Öffnungszeiten

Geschäftsstelle

Montag	10:00 - 12:00 Uhr
Dienstag	15:00 - 17:00 Uhr
Donnerstag	15:00 - 18:00 Uhr

Falls Sie zu den Öffnungszeiten in die Geschäftsstelle kommen, tragen Sie bitte einen Mundschutz. Sie erreichen uns zudem per Telefon (0721) 88 74 44 und per Email psk@post-suedstadt-ka.de.

Die Geschäftsstelle ist in den Winterferien vom 23. Dezember 2021 bis 02. Januar 2022 geschlossen. In der 1. Januarwoche 2022 ist die Geschäftsstelle zu den gewohnten Zeiten erreichbar.

In den Faschingsferien gelten die gewohnten Sprechzeiten.

Fitness-Studio

Die aktuellen Öffnungszeiten finden Sie auf unserer Homepage unter Abteilungen „Fitness-Studio".

Oberwaldbad

Die aktuellen Öffnungszeiten finden Sie auf unserer Homepage unter „Oberwaldbad".

Unser Kurier ist online zu lesen.
Bezug in Druckform bitte in der Geschäftsstelle beantragen.

Bitte die Beiträge

- als Fließtext,
- mit Namen kennzeichnen und **– wichtig –**

Bilder separat und in MAXIMALER Auflösung.

Beiträge, die mit dem Namen des Verfassers gekennzeichnet sind, stellen die Meinung des Verfassers dar, aber nicht unbedingt die Ansicht des Vereins. Die Redaktion behält sich Kürzungen, Streichungen und Bildauswahl, sowie notwendige nicht sinnentstellende Korrekturen in den Artikeln vor.

Schicken Sie doch bitte Ihren Bericht, wenn irgend möglich, nicht auf den letzten „Drücker". Sie erleichtern damit uns allen die Arbeit.

Der nächste Kurier erscheint im März 2022

Beiträge bitte **bis spätestens Freitag, 11. Februar 2022, 11:00 Uhr**

an folgende Email-Adresse:

psk@post-suedstadt-ka.de

Bitte keine Termine vor dem 15. März in die Berichte aufnehmen.

Abteilungen

Aikido	Bernd Reinhardt	(0721) 48 15 14	bernd.max.reinhardt@web.de
Badminton	Sven König		info@badminton-karlsruhe.de
Basketball	Danijel Ljubic	0162 15 72 812	danijel.ljubic@psk-lions.de
Breitensport	Norbert Schmidt	0171 78 34 979	nschmidt2005@t-online.de
Darts	René Wornest		darts@post-suedstadt-ka.de
Foto	Werner Hermann	(07244) 91 499	m.w.hermann@t-online.de
Fußball	Klaus Adam	0172 61 86 110	klaus.adam0105@gmail.com
Fußball-Jugendleiter	Norman Durand	01520 85 45 122	norman.durand@gmx.de
Fußball-Mädchen	Thomas Hettich	(0721) 3 26 64	hettichtho@aol.com
Handball	Uwe Bretzinger	0171 55 26 364	handball@post-suedstadt-ka.de
Judo	Melanie Förster	0176 767 654 04	melanie.foerster@gmx.de
Leichtathletik	Benedikt Rieker	(0721) 59 66 64 97	benedikt.rieker@post-suedstadt-ka.de
Rollstuhlsport	Peter Rabl	(0623) 65 69 79	rablpflug@gmx.de
Schach	Rainer Dorn	(07245) 83 234	rainer.dorn@kabelbw.de
Selbstverteidigung	Jörg Knyrim	0179 11 15 514	knyrim@gmail.com
Senioren und Wandern	Erich Nägele	(0721) 989 210 28	erich.naegele@t-online.de
Taekwon-Do	Kai Pustlauk	(0721) 94 54 00 70	info@nonconform.biz
Tennis	Nico Maurath	0176 63 42 49 30	tennis@post-suedstadt-ka.de
Tischtennis	Ralf Kern	(0721) 57 26 00	rkern@flowserve.com
Triathlon	Christian Piri	0176 47 39 58 58	triathlon@post-suedstadt-ka.de
Volleyball	Annette Maurath	(0721) 89 23 55	amaurath@web.de

Angebote

Ballschule Heidelberg	Laura Gülich	(0721) 989 294 09	ballschule@post-suedstadt-ka.de
Capoeira	Diogo Marinho	0152 14 47 50 48	diogomarinho_ef@yahoo.com.br
Fitness-Studio	Timo Zöller	(0721) 597 897 66	fitnessstudio@post-suedstadt-ka.de
Floorball	Michael Schumann	0173 54 55 187	m_schumann_88@web.de
Gesundheits- & Fitnesskurse	Timo Zöller	(0721) 597 897 66	fitundgesund@post-suedstadt-ka.de
Integrativsport	Sophia Ehnis		psk-integrativsport@web.de
KINDERSPORTSCHULEaktiv	Laura Gülich	(0721) 989 294 09	kindersportschule@post-suedstadt-ka.de
Quidditch	David Bentz		quidditch@post-suedstadt-ka.de
Rehasport	Georg Vengert	(0721) 88 74 44	georg.vengert@post-suedstadt-ka.de
Schwimmsport, Sauna & medizinische Abteilung	über Oberwaldbad	(0721) 88 01 609	oberwaldbad@post-suedstadt-ka.de
Sportabzeichen	Bernd Großhans	(07202) 34 34	bernd@grosshans.eu

Aktuelle Informationen zu den **Öffnungszeiten** der Geschäftsstelle, des Fitness-Studios und des Oberwaldbades finden Sie auf unserer Homepage **www.online–PSK.de**

Die neue Führungsstruktur des PSK

59 Delegierte aus sämtlichen Abteilungen des PSK haben am 23. Juli entschieden und auf der Delegiertenversammlung in geheimer Wahl einen siebenköpfigen Aufsichtsrat bestimmt. Dieser wird künftig eine tragende Rolle in der Vereinsführung sowie bei der strategischen Ausrichtung für die Zukunft spielen und löst den bisherigen Vorstand um den ersten Vorsitzenden Hans-Joachim Kögele ab.

Der Aufsichtsrat arbeitet eng mit der Geschäftsführung zusammen. Auch hier gibt es eine Neuerung, denn die neue Satzung sieht die Bestellung von mindestens zwei geschäftsführenden Vorständen durch den Aufsichtsrat vor.

Welche Aufgaben hat die Geschäftsführung?

Die Geschäftsführung des PSK ist für sämtliche Angelegenheiten des Vereins zuständig und wird für die Dauer von drei Jahren vom Aufsichtsrat bestellt. Ihre Zuständigkeitsbereiche teilen sich in Finanzen und Organisation. Im Sinne des § 26 BGB vertreten die Geschäftsführer als Vorstände den Verein und verantworten sämtliche Geschäftsvorgänge bis zu einer Höhe von 30.000 €. Über höhere Investitionen entscheidet der Aufsichtsrat.
Felix Banz, bisher alleiniger Geschäftsführer, konzentriert sich künftig auf den organisatorischen Bereich. Die Finanzen werden von Rainer Reker übernommen. Wie sämtliche Mitglieder des Aufsichtsrats, die wir weiter unten vorstellen, sind auch Felix und Rainer keine „Externen", sondern im PSK verwurzelt.

Felix Banz...

...hat als Jugendlicher beim PSK aktiv Fußball gespielt und tut dies heute noch in einer unserer Freizeit-Gruppen. Da er aber im Sport gerne über den eigenen Tellerrand hinausblickt, fühlt er sich auch in anderen Sportarten wie Tennis wohl.
Sein Aufgabengebiet als Geschäftsführer ist ebenfalls vielfältig. Nach fast sieben Jahren als alleiniger Geschäftsführer liegen seine Schwerpunkte nun unter anderem auf der Personalführung, dem Vertragswesen, der Leitung der Verwaltung von Gesamtverein, Oberwaldbad und PS Karlsruhe LIONS, dem Sponsoring sowie dem Zuschusswesen, der Vereinsentwicklung sowie der Zusammenarbeit mit den Partnern des PSK wie zum Beispiel der Stadtverwaltung Karlsruhe und den Fachverbänden.

Rainer Reker...

...kam 2015 zum PSK und war an der Gründung sowie am weiteren Aufbau der Triathlon-Abteilung beteiligt, deren stellvertretende Leitung er innehat. Er engagiert sich zusätzlich ehrenamtlich bei der Organisation des PSK-Kindertriathlons und fungiert als Kampfrichter bei Wettkämpfen. Als Diplom-Volkswirt bringt Rainer 30 Jahre berufliche Erfahrung als IT-Manager in mehreren größeren internationalen Konzernen mit. Schwerpunkt seiner geschäftsführenden Tätigkeit wird zunächst die Einführung eines effektiven Controllings sein. Die Vereinsfinanzen werden auf diese Weise detaillierter, transparenter, digitalisierter und schneller abrufbar sein.

Welche Aufgaben hat der Aufsichtsrat?

Der Aufsichtsrat überwacht die Tätigkeit der Geschäftsführung im Hinblick auf deren Rechtmäßigkeit, Ordnungsmäßigkeit, Zweckmäßigkeit und Wirtschaftlichkeit.
Darüber hinaus nimmt er eine regelmäßige Kontrolle der Vereinsfinanzen vor und kann zu diesem Zweck auch fachkundige Mitglieder sowie externe Berater einbeziehen. Außerdem prüft und genehmigt der Aufsichtsrat den Jahresabschluss des PSK.

Neben seiner Aufsichtsfunktion ist das Gremium auch beratend tätig. Es steht in engem Austausch mit dem geschäftsführenden Vorstand und unterstützt diesen mit seiner Expertise bei den anstehenden Entscheidungen im Geschäftsbetrieb.

Auch mit den Abteilungen sucht der Aufsichtsrat den Austausch und hat bereits entsprechende Maßnahmen in die Wege geleitet. Sämtliche Abteilungsleitungen haben eine Einladung für den 19. November erhalten. Bei diesem Treffen wird sich der Aufsichtsrat ausführlich den Abteilungen vorstellen. Zur Vorbereitung des Termins wurden die Abteilungsleitungen um die Teilnahme an einer Online-Umfrage gebeten, deren Ziel es ist, bereits im Vorfeld Erwartungshaltungen und Probleme in den Abteilungen identifizieren zu können.

Wer sind die Mitglieder des Aufsichtsrats?

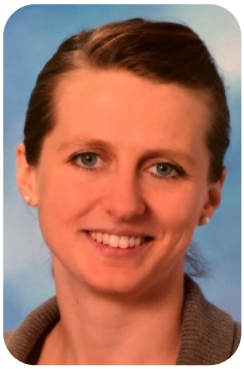
Vorsitzender des Aufsichtsrats ist Stefan Schwärzler. Seine Stellvertreterin ist Karola Winter. Die weiteren Mitglieder sind Beate Brockerhoff, Heidi Mußgnug, Rainer Dorn, Martin Pfistermeister und Christian Piri.
Alle sieben Aufsichtsräte sind langjährige Vereinsmitglieder und dem PSK eng verbunden, was sie in der Vergangenheit bereits mit großem persönlichem Engagement in ihren Abteilungen bewiesen haben. Sie verfügen dementsprechend über vielfältige Netzwerke und somit über einen Überblick hinsichtlich der Aktivitäten, der Bedürfnisse sowie der Stimmung in den Abteilungen.

Stefan Schwärzler...

...war über mehrere Jahre hinweg Tennis-Abteilungsleiter sowie Vorstandsmitglied im Gesamtverein. Der Unternehmer fördert mit seiner Firma „Objektkultur Software GmbH“ seit längerem die Digitalisierung des PSK.
Vor diesem Hintergrund definiert er seine vereinspolitischen Ziele in der Verbesserung von Transparenz, Effizienz und Wirtschaftlichkeit sämtlicher internen Abläufe. Darüber hinaus möchte er die Zusammenarbeit mit externen Partnern wie Sponsoren und der Stadtverwaltung Karlsruhe stärken.

Karola Winter...

...ist dem Basketball beim PSK eng verbunden. Die ehemalige Regionalliga-Spielerin engagiert sich inzwischen hauptsächlich als Trainerin und Mitarbeiterin im LIONS-Helfer-Team.
Sie möchte künftig vereinsintern eine bessere Vernetzung und das Definieren gemeinsamer Ziele voranbringen und damit Synergien schaffen sowie für eine bessere Ressourcen-Nutzung sorgen. Auch Karola steht für eine vertiefte Zusammenarbeit mit der Stadt Karlsruhe.



Beate Brockerhoff...

...war über 15 Jahre lang Vorstandsmitglied und von 2014 bis 2021 stellvertretende Vorsitzende des PSK. Sie ist aktives Mitglied der Tennis-Abteilung und vielfältig ehrenamtlich engagiert - sowohl in der Abteilung als auch in der Organisation des Gesamtvereins.
Neben einer beschleunigten Digitalisierung nennt Beate vor allem die Modernisierung sowie den Ausbau unserer Vereinsinfrastruktur als Themenschwerpunkt. Durch die Verwirklichung von zukunftsorientierten Projekten auf den Sportanlagen möchte sie die Unabhängigkeit und Eigenständigkeit des PSK fördern. Trotzdem soll die Stadt Karlsruhe weiterhin ein wichtiger Partner bleiben.

Heidi Mußgnug...

...ist seit mehreren Jahrzehnten als Spielerin und Trainerin in der Handball-Abteilung aktiv. Sie war auch Mitglied des im Juli 2021 verabschiedeten Vorstands des Gesamtvereins. Im Hinblick auf die künftige strategische Ausrichtung des PSK steht auch Heidi für die vertiefte interne Zusammenarbeit und die Förderung einer offenen sowie zukunftsorientieren Vereinskultur.

Rainer Dorn...

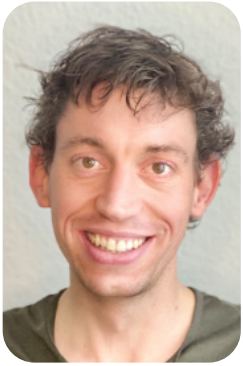
...ist seit vielen Jahrzehnten PSK-Mitglied und leitet die Schach-Abteilung. Er hat sich maßgeblich beim Entwurf und der Formulierung der neuen Vereinssatzung eingebracht. Rainer sieht den Schlüssel für eine erfolgreiche Zukunft des Vereins ebenfalls in der Stärkung der Zusammenarbeit der Abteilungen untereinander, aber auch mit der Führungsebene des PSK. Ein weiteres wichtiges Instrument stellt für ihn das Erschließen finanzieller Spielräume dar.

Martin Pfistermeister...

...ist Handballer und war bis 2021 Abteilungsleiter. Er blickt auf über 20 Jahre ehrenamtliches Engagement als Trainer zurück und fungiert derzeit als Kassenprüfer des Gesamtvereins.
Administrative verwaltungsbezogene Aufgaben müssen Martin zufolge möglichst intelligent gestaltet werden, um die Arbeit für hauptamtliche genauso wie für ehrenamtliche Mitarbeitende zu vereinfachen. Auf diese Weise soll auch das Ehrenamt attraktiver und die Last auf viele starke Schultern verteilt werden.

Christian Piri...

...ist seit seiner Geburt PSK-Mitglied. früher im Fußball und im Tennis aktiv, gründete er 2015 die Triathlon-Abteilung, die er bis heute leitet.
Kommunikation, Transparenz, Zusammenarbeit, effektive Ressourcennutzung sind die Stichworte für Christian beim Blick in die Zukunft des PSK. Wichtige Punkte sind für ihn auch die Förderung des Ehrenamts und die Stärkung des „Wir-Gefühls". Die Kommunikation mit den städtischen Ämtern sowie mit den Verbänden will Christian ebenfalls weiter ausbauen.



Durch die neu geschaffene Struktur hat der PSK die Möglichkeit, einerseits Stärke durch Erfahrung und Kontinuität zu entfalten. Andererseits ist der Verein in der Lage mittels eines offenen und innovativen Miteinanders neue Potenziale zu erschließen. Wir wünschen dem Aufsichtsrat und der Geschäftsführung gutes Gelingen!

Mitgliedsbeiträge

Gültig ab 1. Januar 2022

Darstellung: monatliche Beiträge in Euro (€)

Einmalige Bearbeitungsgebühr: 10 €
SEPA Lastschrift: Einzug halbjährlich zum 01.01. bzw. 01.07. eines Jahres

Tarif	Kinder/ Jugendliche bis einschl. 17 J.	Schüler/Student/Azubi/ Bund/FSJ ab 18 J.	Einzelmitglieder ab 18 J.	Ehepaare, Familien & Alleinerziehende mit Kindern bis einschl. 17 J.
allgemeiner Beitrag	**16 €**	**12 €**	**17,50 €**	**35 €**
Zusätzlicher Abteilungsbeitrag				
Aikido	1,50 €	1,50 €	1,50 €	1,50 € *
Badminton	2 €	2 €	2 €	2 € *
Basketball	7 €	/	/	7 € pro Kind/Jugendlicher
Capoeira	2 €	2 €	2 €	2 € *
Floorball	5 €	5 €	5 €	5 € *
Integrativsport	5 €	5 €	5 €	/
Judo	1,50 €	1,50 €	1,50 €	1,50 € *
Selbstverteidigung	2 €	2 €	2 €	2 € *
Taekwon-Do	1 €	1 €	1 €	1 € *
Tennis	4 €	8 €	8 €	12,50 €
Tischtennis	2,50 €	2,50 €	2,50 €	3,50 €
Triathlon	5 €	5 €	5 €	5 € *
Passive Mitgliedschaft	48 € jährlich			

* = pro Person

Für nachstehende Abteilungen gelten folgende Monatsbeiträge

Dartsabteilung / Schachabteilung	
Kinder/Jugendliche bis einschl. 17 Jahre	7,50 €
Einzelmitglieder ab 18 Jahre	12 €

Seniorenabteilung	12 €
Wanderabteilung	12 €

POST SÜDSTADT KARLSRUHE e.V.
Ettlinger Allee 9 · 76199 Karlsruhe
Tel 0721–88 74 44 · Fax 0721–88 33 04
psk@post-suedstadt-ka.de · www.online-PSK.de

Erfolge PSK-Sportler September bis November 2021

Judo

Rudi Sossai	Dt. Meisterschaft der Veteranen, Homburg, M4	1. Platz (-73 kg)
Larissa Greis	Süddt. Einzelmeisterschaft U21, Nürtingen	3. Platz (-52 kg
Jasper Kotte	Süddt. Einzelmeisterschaft U21, Nürtingen	3. Platz (-60 kg)

Leichtathletik

Lena Kröpelin	Vereinsmeisterschaften LG Region Karlsruhe, 3-Kampf	2. Platz W12

Triathlon

Franka Straub	SIKA Triathlon, Kornwestheim, Volkstriathlon	3. Platz gesamt
Manuel Kuhn	SIKA Triathlon, Kornwestheim, Schüler A/Jugend B	1. Platz gesamt
Marlene Beinert	SIKA Triathlon, Kornwestheim, Schüler A/Jugend B	2. Platz W14-15

Volkslauf

Silke Piri	Bienwald-Marathon, Kandel	2. Platz gesamt
Silke Piri	Baden-Marathon, Halbmarathon	1. Platz W35
Silke Piri	Oberwaldlauf, Rüppurr, 10 km	1. Platz W35
Christian Piri	Oberwaldlauf, Rüppurr, 10 km	2. Platz W35
Dieter Bury	Oberwaldlauf, Rüppurr, 10 km	3. Platz M80
Dieter Bury	Karlsruher Sommermeile, 8,8889 km	1. Platz M80
Hannes Huber	Oberwaldlauf, Rüppurr, 10 km	3. Platz M35
Franka Straub	Oberwaldlauf, Rüppurr, 10 km	1. Platz WJ20
Aurelia Kuhn	Oberwaldlauf, Rüppurr, 10 km	2. Platz WJ20

IBA
Ibapur IBACLEAN IBA SAFE
Das IBA-Team sagt DANKE für Ihr Vertrauen!
48 JAHRE
„Mehr als nur ein Lieferant…“
IBAPUR ..... zuverlässige Badewasserhygiene
IBACLEAN ..... Sauberkeit und Desinfektion
IBASAFE ..... Personalschulungen und –Unterweisungen, Qualitätsmanagement
IBA GmbH
Bruchstücker 56-58 • 76661 Philippsburg
Tel. +49 7256 92308-0 • Fax -11
info@iba-aqua.com • www.iba-aqua.com

levita
Ihr professioneller Partner im Sauna- und Wellness-Bereich
(Mehr)Werte für Gäste und Personal, Umweltgedanken, Nachhaltigkeit, Exklusivität und Einzigartigkeit, Limitierungen.
www.levita-spa.com
Levita GmbH
Schanzenstraße 28
D-68794 Oberhausen
Telefon +49 7254 710970-0
info@levita-spa.com

Was mer um de Brunne rum so uff'gfalle isch!

Also wenn d' ebe nauskomme dusch uff d'Alag „Am Dammerschdogg", do wuselds faschd wie frijer, also bevor uns des Virus eighold un schdelleweis sogar ibberhold habbe dud. Do isch wiedder Schbiel- un Dräiningsbedrieb. Wie 's vorne isch uff de Alag "Zur Sidschdadt" kann e gar ned sage, weil do kommd mer jo laaider so gud wie gar nimeh na. Kaai Wirdschafd un bei unsere Fußballer laafds ebe gar ned gud.

Manchmol frooge e me scho, isch do ibberhaabd als noch jemand vorne? Also seid m'r den Kunschdrasebladz do habbe dun, do rädsle immer, wo hen die denn die vorher alle dräinierd un gschield, bevor der neie Bladz do eigweihd worre isch?

Dass mir den Schbiel-un Draäiningsbedrieb ibberhaabd hen uffrechd erhalde kenne? Also ned nur bei de Fußballer, do renne bledzlich a en Haufe annere Schborddreibende rum!

Do isch immer granadevoll beim Dräining, abber uff dem richdiche Rase a! Un do laaider immer an der gleiche Schdelle! Un wo hen den mir vorher unser Punggdschbiel alle durchgfihrd?

Vorne do kann jo gar kaainer meh sei! Un um die Johreszeid sin doch alle Nadurraseblädz gud bschbielbar. Un Lichd isch doch vorne a e gudes. Aaigeardich wie des so ablaafe dud! D' Raseblädz alle in gudem Zuschdand, abber nur noch de Kunschdrase isch gfroogd! Do dud a immer 's Lichd brenne! A wenn d' Sonn noch scheine dud! Wenn uff den Bladz komme dusch, misse scheinds soford d'Lambe ibberbrifd werre! Die kennde jo sonschder, wenn mer se zwaai Schdund dann brauche dud, vielleichd ned ageh! Also wie scho gsagd ohne Scheiwerfer gehd do gar nix!

Des isch wie wenn d' eme Kind e neis Schbielzeig gebbe dusch! Alles annere bleibd liege, des brauche m'r nimeh! 's dud nur noch des Aaine gebbe, bis 's vielleichd hi isch!

's waaiß jo a aainer immer ebbes besser odder des gehd ned oder a selles! Do wird dra drehd, dord was probierd, lauder Fachleid ebe! Wie Kinner ebe mid em Zeigs als umgeh du!

Un außerum laaider scho Zigarreddekibbe un annere Hinnerlasseschafde! Also des isch ned em Hausmaaischder sei Sach. Do kann un muss mer a mol selber, ned immer nach Hilf schreie, a beim Bladz zaaichne! Selbschd isch de Fußballer.

Jedzerd hab e noch e annere Visjon!

Drei Raseschbielfelder, aains voll mid Lichd, aains halber mid Lichd, en Kunschdrasebladz mid Lichd, en Käfich mid Lichd! Alderle do missd's jo abgeh, Dräinigsmeeglichkaaide fir Junge un Erwachsene grad gnug. Do missd 's doch uffwärds geh! Also d'Hoffnung schderbd z'leschd! Bei de Jugend, bei de Bube un Mädlen dud mer scho was seh! So kann's weidergeh! Do wachsd was zamme! Zamme isch mer schdargg! Des Immergrine am Waldesrand isch de Beweis! Do hab e jedzerd noch was ganz perseenlichs, also en Vorschlag. Kennd mer den neie Bladz in Erinnerung an de Hardy, der wo die Abdaailung fuffzich Johr lang glaaided had, ned Hartmut- Melcher- Platz haaiße? Ich maain jo nur! Zukunfd isch wich-

dich, abber Erinnerung a!

Un in dem Zammehang isch m'r beim ledschde Mol laaider ebbes durchgange! Gheerd ned a unser langjähricher Vorsitzender Kögele schnellschdens zum Ehrevorsitzende gmachd? Wenn ned jedzerd, wann dann? Wenn ned er, wer dann?

Was m'r sonschder noch uffgfalle isch. Also ich komm immer meh zu de Ibberzeigung, dass do an de schiefe Ebene, nebbe derre ausufernde Millschdazion dringend e Dor nagheere dud. Aains, wo mer obends zumache kennd. So mache m'r hald e Agebod fir alle rund um d' Uhr. A fir d' Radler e Brems, fir die, wo ebe bis an de Dräiningsord nafahre dun. Jo kaain Schridd zviel! Des dud abber a fir die gelde, die, wo mid ihrm Audo jedzerd bis kurz vor de neie Bladz fahre dun. In baaidene Fäll isch des abber aaideidich agezaaigd, dass des ned erlaubd isch! Abber des indressierd hald kaai, also maain kaai Mensch!

's isch e bissle schbeziell diesmol worre, abber ebbes Neies schdehd hald immer im Vordergrund. Un wem 's Herz voll isch, dem laafd de Mund ibber!

Ned vergesse will e abber a 's weihnachded sehr! Die beschde Winsch fir alle, dangge, dass e glese werre du un rudsched gud nibber!

So isch worre, so had's solle sei, bis bal!

BeSi

ROTE RADLER

UMZÜGE & TRANSPORTE

seit 1909

- Privat-, Firmen- und Objektumzüge
- Umzüge im In- und Ausland
- Packen und Verpacken
- Möbel Ab- und Aufbau
- Vermietung Schrägaufzug inkl. Fachkraft
- Montagearbeiten
- Entsorgung von Möbel und Hausrat
- Einrichten von Halteverbotszonen
- Vermietung von Umzugskartons und Kleiderkisten
- Verkauf von Verpackungsmaterial

ROTE RADLER · Umzüge & Transporte · Inhaber: Patrick Theis e.K. · Pfarrstraße 17a · 76189 Karlsruhe
Telefon: 0721 57 23 98 · E-Mail: info@rote-radler-ka.de · www.rote-radler-ka.de

Wir sind Ausrüster zahlreicher Team- und Einzelsportarten!

FUßBALL - HANDBALL - LAUFEN - RADFAHREN - TURNEN - SCHWIMMEN
BASKETBALL - VOLLEYBALL - TENNIS - YOGA - OUTDOOR - U.V.M.

DAS SPORTGESCHÄFT
NICHT NUR FÜR FUßBALLER

SPORTAGENTUR KIRCHEIS

- **Ausstattung, Textilien und Accessoires**
  für Vereine, Firmen und Privatpersonen
- **Ausrüsterverträge**
  für Team- oder Einzelsportarten
- **Freizeitbekleidung**
- **Bedruckung von Textilien**
- **Pokale und Medaillen**

Geschäft WAGHÄUSEL:
Tel. 07254 95 85 767
Waghäuseler Straße 31
68753 Waghäusel-Kirrlach

Öffnungszeiten:
Mo-Fr: 10:00-19:30 Uhr
Sa: 9:00-14:00 Uhr

Geschäft KARLSRUHE:
Tel. 0721 47 05 35 85
Ettlinger Allee 9
76199 Karlsruhe

Öffnungszeiten:
Di+Do: 15:00-19:30 Uhr

info@sportagentur-kircheis.de
www.sportagentur-kircheis.de

Abteilungsleitersitzung vom 19.11.2021

Fotos Margarete+Werner Hermann

Unser **Oberwaldbad** ... mehr als nur Wasser

Für Babys und Kinder

Schwimmschule
Wasserspaß für Kids
Baby- und Bambinischwimmen

Für Erwachsene

Aquakurse
Rheumaliga

Medizinische Abteilung

Massagen und Lymphdrainage
Fango und Heißluft
Fußpflege
Sauna und Sonnenbank

Das Jahr geht zu Ende ...

Das Oberwaldbad bleibt diesen Winter vom 24.12.21 bis zum 09.01.22 geschlossen. Ebenfalls geschlossen bleiben das Bad und die Sauna am Rosenmontag und am Faschingsdienstag (28.02. + 01.03.22).

Die neuen Kurse beginnen ab 10.01.2022. Neu im Programm ist unser Anfängerschwimmkurs für Erwachsene. Hierfür sind noch Plätze frei. Alle anderen Kurse sind belegt, Sie können sich gerne trotzdem anmelden und rutschen automatisch auf die Warteliste.

Und: Merken sich schon mal den Anmeldebeginn für die im April startenden Kurse vor. Am 01.02.22 ist es so weit. Ab 8 Uhr ist das Anmeldeportal freigeschaltet.

Sonstige Öffnungszeiten bzw. Schließtage entnehmen Sie bitte unserer Homepage unter „Aktuelles".

Bitte informieren Sie sich online, telefonisch oder auch an den Aushängen über eventuelle Änderungen aufgrund der Pandemielage!

Kinder- und Jugendsport

KINDERSPORTSCHULEaktiv und Ballschule Heidelberg

Die Kinder der KINDERSPORTSCHULEaktiv und der Ballschule Heidelberg konnten im September endlich wieder in den Regelbetrieb starten und in die Sporthallen zurückkehren. Dank eines gut ausgearbeiteten Hygienekonzepts ist ein sicheres Sporttreiben für die Kinder wieder möglich. Die Kinder und auch die Trainer*innen sind mit viel Spaß und Motivation wieder dabei. Gerade die letzten Wochen haben den Trainern*innen der Kindersportschule und Ballschule gezeigt, wie sehr ihre Schützlinge die Bewegung und das sportliche Miteinander vermisst haben. Besonders nach einer so einschneidenden Zeit ist es wichtig, dass die Kinder ihren natürlichen Bewegungsdrang ausleben können, denn die zielgerichtete körperliche Bewegung und das Ausleben des natürlichen Bewegungsdrangs sind für die Entwicklung von elementarer Bedeutung.

Die Kindersportschule und Ballschule sind in der Umsetzung an die Vorgaben von Bund und Land gebunden. Sollten durch sich ändernde Gesetzgebungen Änderungen auftreten, werden unsere Mitglieder umgehend darüber informiert.

Wir hoffen für die Kinder auf eine weiterhin tolle Zeit in der Ballschule und Kindersportschule.

Plätze in Ballschule und Kindersportschule für die Jahrgänge 2012 - 2014

Auch wenn wir gerade bei unseren jüngsten Sportlern in den Jahrgängen 2017 - 2015 mit langen Wartelisten zu kämpfen haben, suchen wir gerade bei unseren Großen Verstärkung. In der Ballschule Heidelberg sind für die Jahrgänge 2012 und 2013 noch Plätze frei. Und auch in der KINDERSPORTSCHULEaktiv können bei den Jahrgängen 2012 – 2014 noch einige Plätze besetzt werden.

Bei Interesse bitte einfach unter

laura.guelich@post-suedstadt-ka.de

»Der große Verein für
Sport, Freizeit, Gesundheit
und Integration.«

PSK

Kinderfreizeiten 2022

Programm 2022

Zeitraum	Uhrzeit	Alter	Art	Gebühr
19. - 22.04.2022	09:00 - 14:00	8-12	**Osterfreizeit**	€ 120 / Mitglieder € 80
07. - 10.06.2022	09:00 - 14:00	8-12	**Pfingstfreizeit**	€ 120 / Mitglieder € 80
13. - 15.06.2022	09:00 - 16:30	8-12	**Ballsportfreizeit PF**	€ 120 / Mitglieder € 80
01. - 05.08.2022	09:00 - 16:30	8-12	**1. Sommerfreizeit**	€ 160 / Mitglieder € 120
01. - 05.08.2022	09:00 - 15:00	6-18	**1. Tenniscamp**	€ 170
08. - 12.08.2022	09:00 - 16:30	8-12	**mhPlus-Freizeit ***	€ 140
08. - 12.08.2022	09:00 - 14:00	11-18	**Beachvolleyball-Camp**	€ 125 / Mitglieder € 90
15. - 19.08.2022	09:00 - 16:30	6-8	**2. Sommerfreizeit**	€ 160 / Mitglieder € 120
05. - 09.09.2022	09:00 - 16:30	8-12	**Ballsportfreizeit**	€ 160 / Mitglieder € 120
05. - 08.09.2022	09:00 - 15:00	6-18	**2. Tenniscamp**	€ 150

Die Durchführung sämtlicher Freizeiten ist abhängig vom weiteren Verlauf der Pandemie und von der jeweils aktuell gültigen Corona-Verordnung. Daher behalten wir uns Absagen wie auch die kurzfristige Anpassung der genauen Inhalte und Organisationsformen vor.

Anmeldung unter www.online-psk.de -> Bereich „Kinder & Jugendliche“

Die Tennis-Camps werden von der Tennis-Abteilung angeboten. Anmeldung unter edo@tennispsk.de

Die Teilnahme an der mhplus Freizeit ist nur für Mitglieder der Krankenkasse. Die Anmeldung erfolgt direkt über die Krankenkasse. Restplätze werden kurzfristig durch PSK-Mitglieder oder Nichtmitglieder aufgefüllt.

Post Südstadt Karlsruhe e.V.
Ettlinger Allee 9 · 76199 Karlsruhe
Tel 0721-88 74 44 · Fax 0721-88 33 04
www.online-psk.de · www.facebook.com/pskarlsruhe

Alle Angaben ohne Gewähr!

»Der große Verein
für Sport, Freizeit,
Gesundheit und Integration.«

PSK

Kinderfasching 2022

Motto:

• Erkunden wir die Lüfte ...

20. Februar 2022 • PSK Halle 1

Kinderfasching

Datum:	Sonntag, 20. Februar 2022 um 14:11 Uhr (Hallenöffnung ab 13:45 Uhr)
Ort:	PSK Halle 1, Ettlinger Allee 9 in 76199 Karlsruhe
Eintritt:	2,- € Kinder; 3,- € Erwachsene (Ticketkauf s. Homepage) Bei Kuchenspenden erhalten ein Erwachsener und ein Kind freien Eintritt.
Programm:	Tombola, Live-Musik und Tanz, kleine Spielstationen, Vorführungen, Kostümprämierung (Motto „Erkunden wir die Lüfte ...“)

Wir hoffen, dass die Corona-Lage im Februar die Durchführung des Kinderfaschings zulässt, behalten uns jedoch eine Absage vor, sofern unbeschwertes Feiern nicht vertretbar scheint.

PSK-Kinderfasching 2022 – die Vorbereitungen laufen

Ausgerechnet im Jubiläumsjahr – 2021 hätte man beim Post Südstadt Karlsruhe (PSK) 50 Jahre Kinderfasching gefeiert – musste das beliebte Fest erstmals in seiner Geschichte ersatzlos ausfallen. Der zu diesem Zeitpunkt herrschende bundesweite Lockdown machte die Entscheidung einfach. Ein Jahr später ist die Lage anders, aber immer noch komplex. Niemand kann derzeit vorhersagen (Stand 12. November), wie sich die Inzidenz und die Hospitalisierungsrate im Winter entwickeln werden und ob an Fasching 2022 Saalveranstaltungen möglich sind. Doch ein Event wie der PSK-Kinderfasching benötigt mehrere Monate Vorlaufzeit, weshalb sich das Organisationsteam des Vereins vor kurzem dazu entschlossen hat, die Planungen aufzunehmen, um sämtliche Zeitschienen einzuhalten. Ob dann im Februar gemeinsam gefeiert werden kann, wird sich im Lauf der nächsten Wochen und Monate zeigen.

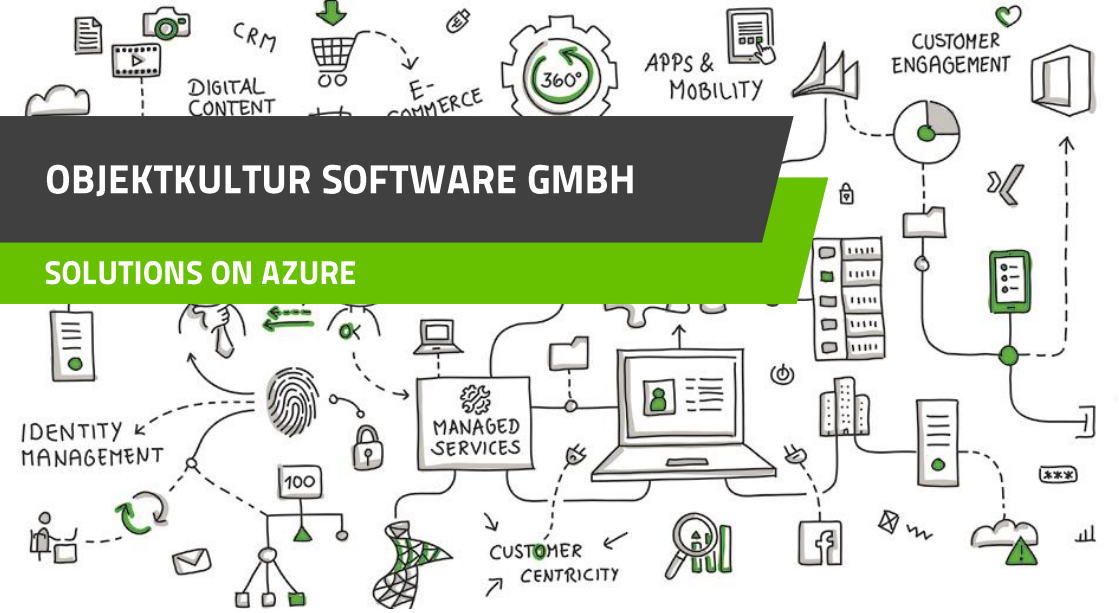
Der PSK-Kinderfasching wird erneut alles bieten, was ihn in der Vergangenheit so erfolgreich gemacht hat. Live-Musik, Moderation, Spiele, Tanz, Aufführungen, Tombola, Kuchenbuffet und eine liebevolle Dekoration werden für reichlich Atmosphäre in der Halle 1 auf den Sportanlagen „Am Dammerstock“ sorgen. Los geht es am 20. Februar – wie immer um 14:11 Uhr. Ein Motto darf natürlich ebenfalls nicht fehlen. Diesmal heißt es: „Wir erkunden die Lüfte“! Bei der Kostümwahl sind der Kreativität keine Grenzen gesetzt. Als Anreiz lockt auch diesmal eine Prämierung der schönsten Verkleidungen.

Abhängig von der Corona-Lage im Februar und von der dann geltenden Verordnung wird es keine Tageskasse, sondern einen Ticket-Vorverkauf geben, in dessen Rahmen dann gleich die Registrierung für die Veranstaltung erfolgen kann. Der Unkostenbeitrag liegt bei 3 € für Erwachsene und 2 € für Kinder. Bei einer Kuchenspende erhalten ein Erwachsener sowie ein Kind vor Ort den Eintritt zurückerstattet.

Der PSK hofft darauf, dass die Corona-Lage im Februar die Durchführung des Kinderfaschings zulässt, behält sich jedoch eine Absage vor, sofern unbeschwertes Feiern nicht vertretbar scheint.

OBJEKTKULTUR SOFTWARE GMBH

SOLUTIONS ON AZURE



Innovativ, kreativ und kundenorientiert – Das ist Objektkultur. Auf Basis von Microsoft Technologien konzipieren und entwickeln wir Softwarelösungen individuell und passend zu jeder Kundenanforderung.

UNSERE KOMPETENZEN

/ IDENTITY & SECURITY

Konsistente und umfassende Sicherheitskonzepte zum Schutz vor unbefugten Datenzugriffen und Cyberbedrohungen

/ BUSINESS TRANSFORMATION & INTEGRATION

Mit dem digitalen Wandel einhergehende, moderne Formen der Zusammenarbeit, der Kundenansprache und der Cloud-Nutzung

/ AZURE SERVICES

Sichere Nutzung von Cloud-Diensten und deren Verknüpfung mit lokalen Anwendungen

UNSERE STÄRKEN

Consulting, die zielgerichtete und fachkompetente Beratung, ist unser Aushängeschild. Development, das Lösen von komplexen Herausforderungen, ist unsere Leidenschaft. Und somit IT-Consulting das, was uns als Goldzertifizierter Microsoft-Partner täglich auszeichnet.

WEITERE INFOS?

Gibt es auf unserer Website und auf unseren Social Media-Auftritten:

www.objektkultur.de

OBJEKTKULTUR Software GmbH // Ritterstraße 5 // 76133 Karlsruhe // Fon: +49 (0) 721 830 40 500

Bewegung im PSK Fitness-Studio

Alle vier Jahre werden im PSK Fitness-Studio Geräte ausgetauscht und erneuert. Im April 2022 liegt der Fokus auf dem Ausdauerbereich und den Geräten für das Beintraining. Zusätzlich erhalten wir ein neues Gerät zum Treppensteigen auf der Stelle und ein Hip-Thrust-Gerät, den Booty Builder V8.
Im Trainerstamm dürfen wir Nikolai Scheib recht herzlich begrüßen. Niko hat im November seine Ausbildung zum Fitnesstrainer (B-Lizenz) abgeschlossen und besetzt aktuell die Abendschicht am Donnerstag.

Von Marius Bernhardt und Stefan Aschenbrenner müssen wir uns leider verabschieden. Dennoch stehen beide für Vertretungsschichten immer bereit. Vielen Dank für eure jahrelange Trainertätigkeit beim PSK!

Hier sind unsere aktuellen PSK-Trainer und PSK-Trainerinnen

Timo Zöller, Matti Peltonen, Enrico Lang, Katja Martin, Tim Wagner, Niko Scheib

Neben den festen Mitarbeitern zählen auch unsere Springer zum Studio-Team. Sie übernehmen kurzfristig Schichten und gewährleisten so ein reibungsloser Ablauf in unserem Studio. Die Suche nach neuen Trainerinnen und Trainern steht aktuell im Vordergrund. Solltest du eine Trainerlizenz haben oder jemand kennen der Fitness-Studio-Schichten übernehmen möchte, darfst du dich gerne unter fitnessstudio@post-suedstadt-ka.de melden. Wir freuen uns auf dich!

PS.: Sie haben noch kein Weihnachtsgeschenk für ihre Familie oder Freunde? Lassen Sie sich von unseren Trainern beraten 0721/890932 oder schicken Sie eine Anfrage an fitnessstudio@post-suedstadt-ka.de.

Das PSK Fitness Studio-Team wünscht allen Vereinssportlern eine erholsame Weihnachtszeit und einen gesunden Start ins Jahr 2022!

METZGER
KÄLTE/KLIMA/LUFTTECHNIK

Metzger Kälte- Klimatechnik GmbH
Greschbachstr. 32
76229 Karlsruhe
Tel. 0721-961750
www.klimasysteme.de

Heimspieltage & Termine 19.12.2021 - 19.03.2022

Badminton

19.03.2022	PSK 1 vs. TV Helmsheim 1, 15:00 Uhr	Rennbuckelhalle
19.03.2022	PSK 1 vs. TuS Bietigheim, 19:00 Uhr	Rennbuckelhalle

Basketball

26.12.2021	LIONS vs. ROSTOCK SEAWOLVES, 17:30 Uhr	Lina-Radke-Halle
08.01.2022	LIONS vs. Itzehoe Eagles, 19:30 Uhr	Lina-Radke-Halle
14.01.2022	LIONS vs. Phoenix Hagen, 19:30 Uhr	Lina-Radke-Halle
22.01.2022	LIONS vs. Medipolis SC Jena, 19:30 Uhr	Lina-Radke-Halle
05.02.2022	LIONS vs. Bayer Giants Leverkursen, 19:30 Uhr	Lina-Radke-Halle
09.02.2022	LIONS vs. TEAM Ehingen Urspring, 19:30 Uhr	Lina-Radke-Halle
06.03.2022	LIONS vs. Rasta Vechta, 17:30 Uhr	Lina-Radke-Halle

Fußball

06.03.2022	Herren vs. SpG Burbach/Pfaffenrot, 15:00 Uhr	Anlage „Zur Südstadt“

Senioren

27.01.2022	NF	Leopoldshafen „Andreasbräu“, Anton Eberhardt	0721/88 64 83
24.02.2022	NF	Blankenloch „Café Seeger“, Erich Nägele	0721/989 210 28
12.03.2022	SW	Rheinstrandbad - Saumseen, Erich Nägele	0721/989 210 28

Tischtennis

15.01.2022	Herren 1 vs. 1. TC Ittersbach, 18:00 Uhr	PSD Bank-Halle
20.01.2022	Damen 1 vs. VSV Büchig 2, 19:45 Uhr	PSD Bank-Halle
03.02.2022	Damen 1 vs. SG Rüppurr 2, 19:45 Uhr	PSD Bank-Halle
19.02.2022	Herren 1 vs. SG Rüppurr, 18:00 Uhr	PSD Bank-Halle
03.03.2022	Damen 1 vs. TC Eggenstein, 19:45 Uhr	PSD Bank-Halle
19.03.2022	Herren 1 vs. TTC Weingarten, 18:00 Uhr	PSD Bank-Halle

Volleyball

30.01.2022	Herren 1 vs. VSG Ubstadt/Forst, 11:00 Uhr	Halle 1
30.01.2022	Herren 1 vs. TV Flehingen, ca. 14:00 Uhr	Halle 1

Wandern

09.01.2022	Leopoldshafen - Hochstetten, Wanderführerin: Alice Alldinger
06.02.2022	Grötzingen und Umgebung, Wanderführerin: Karin Gremmelmaier
06.03.2022	Monchbachtal, Wanderführer: Wilfried Hartmann

Allgemeine Termine

10.01.2022	Start Fitness-&Gesundheitskurse 1. Zyklus, Anlage „Am Dammerst.“/„Zur Südstadt“	
10.01.2022	Start Aqua- und Schwimmkurse 1. Zyklus, Oberwaldbad	
20.02.2022	Kinderfasching, 14:11 Uhr	Halle 1

Für die bereits feststehenden Termine besteht keine Gewähr, da durch das Corona-bedingte Infektionsgeschehen generell Verschiebungen oder auch kurzfristige Absagen möglich sind.

Start der Fitness- und Gesundheitskurse im Jahr 2022

Nach dem holprigen Start der Fitness- und Gesundheitskurse im Jahr 2021 starten die Kurse im Jahr 2022 hoffentlich wieder wie gewohnt in unseren Hallen. Kurzer Rückblick: Die Kurse im Januar und April 2021 mussten Corona-bedingt online durchgeführt werden. Erst im Sommer 2021 konnten wir die Kurse wieder vor Ort auf unserem Außengelände stattfinden lassen. Erst zu den Septemberkursen war das Hallentraining wieder möglich. Das ganze PSK-Team hofft sehr, dass der Durchführung der Fitness- und Gesundheitskurse im Jahr 2022 durch die Pandemie keine weiteren Steine in den Weg gelegt werden.

Das Kursangebot erweitert sich im Jahr 2022 mit Zumba GOLD und Zumba Toning auf insgesamt 35 angebotene Kurse pro Woche.

Zumba GOLD ist ein choreografiertes Tanz-Fitness Programm, speziell zugeschnitten auf Anfänger*innen und Menschen, die nach einem weniger intensiven Workout suchen. Ebenso ist Zumba GOLD auf die Bedürfnisse aktiver älterer Erwachsenen eingestellt. Hier konzentrieren wir uns auf die Grundschritte, es gibt keine komplizierten Choreografien. Es sind keine Vorkenntnisse notwendig, die Teilnehmenden bestimmen selbst die Intensität.

Zumba Toning ist eine leicht abgewandelte Form des klassischen Zumba-Trainings, in dem ergänzende Übungen mit dem Körpergewicht und speziellen Zumba Sticks eingesetzt werden. Durch den gesteigerten Widerstand kommt im Zumba Toning zusätzlich der Aspekt der Stärkung von Kraft und Ausdauer zum Tragen.

Für beide Kurse begrüßen wir unsere neue Kursleiterin Carla Zepp. Carla kommt mit 5-jähriger Zumba-Erfahrung zum PSK und freut sich auf ihre neuen Kursteilnehmerinnen und Kursteilnehmer.

Haben Sie Interesse, an unseren Fitness- & Gesundheitskurse im Jahr 2022 teilzunehmen?

Die Anmelde-Portale sind ab dem 01. Dezember 2021 geöffnet. Zur einfachen Anmeldung gelangen auf unserer Homepage www.online-psk.de/fitness-gesundheitskurse.

Sie haben noch kein Weihnachtsgeschenk?

Auch die Teilnahme an unseren Kursen kann verschenkt werden. Sende Sie einfach eine Anfrage an

fitundgesund@post-suedstadt-ka.de.

Im Mäusenest wird fleißig Wasser gespart
Nachhaltigkeits-Auszeichnung für Kita in Stupferich

Die Kita „Mäusenest" in Stupferich darf sich freuen: Zum zweiten Mal in Folge geht der Nachhaltigkeitspreis „Kleine HeldeN!" des Landes Baden-Württemberg an das engagierte Kinder- und Familienzentrum. In diesem Jahr haben sich die Kinder mit dem Thema „Wasser" beschäftigt – und dabei jede Menge gelernt, auch für Zuhause.

Spannende Fotos der durchgeführten Experimente und Ideen der Kinder rund um das Thema Wassersparen zieren große Plakate im „Mäusenest". Stellvertretend für die Kinder-Gruppe stellen zwei Vierjährige den anwesenden Gästen ihre Wasser-Projekte vor. Staatssekretärin Dr. Ute Leidig und Alexander Salomon, Grüne Landtagsabgeordnete für Karlsruhe, hören gespannt zu – geht es doch um den Wasserkreislauf, darum, dass man beim Zähneputzen das Wasser abstellt – und das Hochwasser im Ahrtal mit seinen Folgen für Natur und Menschen.

Gemeinsam mit Ihren Betreuerinnen haben sich die Kita-Kinder einem „Alltagsthema" angenommen und sich diesem über drei Blickwinkel genähert: Nachhaltigkeit, Naturpädagogik sowie Forschen und Experimentieren. Durch Partizipation und eigenständiges Entdecken wurden die Kleinen in viele verschiedene, kleine Projekte eingebunden und haben wichtige Fragen beantwortet: „Woher kommt das Wasser?", „Gibt es überall Wasser?", „Wieso kann man Wasser trinken" und „Wie kann man Wasser in der Kita und Zuhause sparen?" Das Ergebnis kann sich sehen lassen, beispielsweise mit dem neuen Regenwasserfass sowie in Form einer Auszeichnung des Landes Baden-Württemberg. Die „Kleinen HeldeN!" freuen sich über den 3. Platz und 250 € Preisgeld.

„Hervorheben wollen wir, wie die Kinder Empathie für Menschen aus Ländern mit Wasserarmut entwickeln konnten, durch persönliche Erfahrungsberichte der Einrichtungsleitung sowie einer Mitarbeiterin. Dieses Wissen hat zur Sensibilisierung geführt, sowohl für den hohen Stellenwert des Wassers als auch für den eigenen Wasserverbrauch", begründet die Jury ihre Entscheidung. Ihren Glückwünschen an die Kinder fügten die Landtagsabgeordneten ein Kompliment an: „Es ist toll zu sehen, wie engagiert ihr bei diesem wichtigen Nachhaltigkeits-Thema seid und wie gut ihr euch informiert habt. Euer Wissen führt zu weiteren wichtigen Maßnahmen im Kindergarten und Zuhause." Die Familien wurden bewusst ins Projekt einbezogen, um die Ideen der Kinder in den Alltag zu integrieren und nachhaltig weiterzuführen.

Peer Giemsch, Geschäftsführer des privaten Kita-Trägers Pro-Liberis, lobte diese umfangreiche Arbeit im Mäusenest, noch dazu unter Pandemiebedingungen. Bereits im vergangenen Jahr durfte sich die Kita in Karlsruhe-Stupferich über die Nachhaltigkeitsauszeichnung „Kleine HeldeN!" freuen. „Für uns sind die Ziele für nachhaltige Entwicklung der Vereinten Nationen ausschlaggebend. Wir engagieren uns an vielen Stellen und transportieren das gerne auch nach außen. So möchten wir unseren Familien zeigen, wie wichtig uns das Thema Nachhaltigkeit ist und dass bereits im Kleinen wichtige Grundlagen entwickelt werden können." Themen wie das prämierte Wassersparen werden anschließend verankert, für weitere Kitas zur Verfügung gestellt und somit an verschiedenen Stellen fortlaufend weitergeführt.

Zusätzlich befasst sich die Pro-Liberis gGmbH mit weiteren Maßnahmen. So ist

beispielsweise im Herbst über einen Bundesantrag gelungen, einen Energiemanager für vier Jahre einzustellen. Dieser unterstützt sämtliche Kitas des freien Karlsruher Sozialträgers auf dem Weg zur Klimaneutralität. Die Kinder sind schon gespannt auf neue Alltagsprojekte, die dieses Vorhaben unterstützen. Die Ideen der Kleinen werden schon fleißig zusammengetragen, denn dass man auch im kommenden Jahr teilnehmen möchte, steht bereits fest. Und vielleicht klappt's dann ja sogar mit der dritten Auszeichnung in Folge.

Mehr Informationen zum Nachhaltigkeitspreis des Landes Baden-Württemberg gibt es unter

www.kleinehelden-bw.de,

weitere Nachhaltigkeitsprojekte des Kita-Trägers finden Interessierte unter

www.pro-liberis.org.

N! Nachhaltig handeln Baden-Württemberg

Voraussichtliches Programm Oberwaldbad ab 10. Januar 2022

MONTAG	Kurse		Kosten €
09:15 - 09:55	13 - Aqua-Fit	10-wöchig	N 100/M 45
14:15 - 14:45	Wasserspaß für Kids (3-5 Jahre)	fortlaufend	N 100/M 35
15:00 - 15:40	11 - Seepferdchen	10-wöchig	N 105/M 60
15:50 - 16:30	12 - Seepferdchen	10-wöchig	N 105/M 60
16:40 - 17:20	16 - Schwimmen für Fortgeschrittene	10-wöchig	N 105/M 60
17:30 - 18:10	17 - Sicheres Schwimmen zum Bronze	10-wöchig	N 105/M 60
18:20 - 19:00	14 - Aqua-Fit (flaches und tiefes Wasser)	10-wöchig	N 100/M 45
19:10 - 19:50	15 - Aqua-Fit (Tiefwasser)	10-wöchig	N 100/M 45
DIENSTAG			
09:15 - 09:55	23 - Aqua-Fit	10-wöchig	N 100/M 45
15:30 - 16:10	21 - Seepferdchen	10-wöchig	N 105/M 60
16:20 - 17:00	22 - Seepferdchen	10-wöchig	N 105/M 60
17:15 - 17:55	24 - Aqua-Fit	10-wöchig	N 100/M 45
18:05 - 18:45	25 - Aqua-Fit	10-wöchig	N 100/M 45
MITTWOCH			
09:15 - 09:45	Wassergymnastik PSK-Senioren	fortlaufend	M 2,00
09:55 - 10:20	Rheuma-Liga	fortlaufend	mit Bescheinigung
10:30 - 10:55	Rheuma-Liga	fortlaufend	mit Bescheinigung
11:05 - 11:30	Rheuma-Liga	fortlaufend	mit Bescheinigung
13:00 - 13:45	Wassergymnastik PSK-Senioren	fortlaufend	M 3,00
13:55 - 14:35	35 - Babyschwimmen (6 Wo. - 18.Mo.)	10-wöchig	N 100/M 35
14:40 - 15:20	36 - Bambinischwimmen (19 Mo. - 4 J.)	10-wöchig	N 100/M 35
15:30 - 16:10	31 - Seepferdchen	10-wöchig	N 105/M 60
16:20 - 17:00	32 - Seepferdchen	10-wöchig	N 105/M 60
17:10 - 17:50	33 - Seepferdchen	10-wöchig	N 105/M 60
18:00 - 18:25	Rheuma-Liga	fortlaufend	mit Bescheinigung
18:35 - 19:00	Rheuma-Liga	fortlaufend	mit Bescheinigung
DONNERSTAG			
11:00 - 11:40	45 - Babyschwimmen (6 Wo. - 18 Mo.)	10-wöchig	N 100/M 35
11:50 - 12:15	Rheuma-Liga	fortlaufend	mit Bescheinigung
12:25 - 12:50	Rheuma-Liga	fortlaufend	mit Bescheinigung
13:00 - 13:25	Rheuma-Liga	fortlaufend	mit Bescheinigung
13:35 - 14:00	Rheuma-Liga	fortlaufend	mit Bescheinigung
14:15 - 14:55	41 - Seepferdchen	10-wöchig	N 105/M 60
15:05 - 15:45	42 - Seepferdchen	10-wöchig	N 105/M 60
15:55 - 16:20	Rheuma-Liga	fortlaufend	mit Bescheinigung
16:30 - 16:55	Rheuma-Liga	fortlaufend	mit Bescheinigung
17:05 - 17:30	Rheuma-Liga	fortlaufend	mit Bescheinigung
17:40 - 18:05	Rheuma-Liga	fortlaufend	mit Bescheinigung
18:15 - 18:55	43 - Aqua-Rücken-Fit	10-wöchig	N 100/M 45
19:05 - 19:45	46 - Anfängerschwimmkurs Erwachsene	10-wöchig	N 105/M 50
FREITAG			
14:05 - 14:45	50 - Schwimmen für Fortgeschrittene	10-wöchig	N 105/M 60
14:55 - 15:35	51 - Schwimmen für Fortgeschrittene	10-wöchig	N 105/M 60
15:45 - 16:25	52 - Seepferdchen	10-wöchig	N 105/M 60
16:35 - 17:15	53 - Seepferdchen	10-wöchig	N 105/M 60
18:00 - 19:00	Wassergymnastik PSK-Senioren	fortlaufend	M 2,00
SAMSTAG			
10:00 - 10:40	62 - Seepferdchen Kurs	10-wöchig	N 105/M 60
10:50 - 11:30	63 - Seepferdchen Kurs	10-wöchig	N 105/M 60
11:40 - 12:20	64 - Seepferdchen Kurs	10-wöchig	N 105/M 60
12:30 - 13:10	65 - Seepferdchen Kurs	10-wöchig	N 105/M 60

Voraussichtliches Programm Gesundheitssport ab 10. Januar 2022

MONTAG	Kurse	Ort	Kosten €
09:00 - 09:55	16 - Pilates	GYM III Südstadt	N 80/M 20
10:10 - 11:05	17 - MamaFit - mit Kinder-Laufstall	GYM III Südstadt	N 80/M 20
17:00 - 17:55	14 - Zumba®	GYM III Südstadt	N 80/M 20
17:00 - 17:55	**NEU 13 – Yoga für Anfänger**	**GYM II Dammerstock**	**N 80/M 20**
18:00 - 18:55	**NEU 110 – Yoga für Fortgeschrittene**	**GYM II Dammerstock**	**N 80/M 20**
18:00 - 18:55	11 - Hatha Yoga	Weiherwaldschule	N 80/M 20
18:00 - 19:00	19 - Outdoor-Fitness	Gelände „Am Dammerstock"	N 80/M 20
18:10 - 19:05	15 - BodyWorkout	GYM III Südstadt	N 80/M 20
18:45 - 19:40	10 - Tôsô X - Fight Workout	PSD Bank-Halle	N 80/M 20
19:30 - 20:25	12 - Indoorcycling	GYM III Südstadt	N 90/M 30
20:40 - 21:35	18 - Indoorcycling	GYM III Südstadt	N 90/M 30
DIENSTAG			
09:00 - 09:55	21 - WSG (Wirbelsäulengymnastik) ✎	GYM III Südstadt	N 80/M 20
17:00 - 17:55	27 - Zumba® (Start: 18.01.2022)	GYM III Südstadt	N 80/M 20
18:10 - 19:05	25 - STRONG Nation (Start: 18.01.2022)	GYM III Südstadt	N 80/M 20
19:20 - 20:15	26 - Pilates ✎	GYM III Südstadt	N 80/M 20
19:45 - 21:15	22 - Yoga ✎	PSD Bank-Halle	N 100/M 30
20:30 - 21:25	28 - Bauch-Beine-Po ✎	GYM III Südstadt	N 80/M 20
MITTWOCH			
09:00 - 09:55	31 - Pilates	GYM III Südstadt	N 80/M 20
10:10 - 11:05	37 - BodyShape	GYM III Südstadt	N 80/M 20
17:00 - 17:55	33 - WSG (Wirbelsäulengymnastik)	GYM II Dammerstock	N 80/M 20
18:00 - 18:55	34 - Pilates (Fortgeschrittene)	GYM II Dammerstock	N 80/M 20
19:30 - 20:25	35 - Indoorcycling	GYM III Südstadt	N 90/M 30
20:40 - 21:35	36 - Indoorcycling	GYM III Südstadt	N 90/M 30
DONNERSTAG			
09:00 - 09:55	41 - WSG (Wirbelsäulengymnastik) ✎	GYM III Südstadt	N 80/M 20
17:30 - 18:25	43 - Bauch-Beine-Po ✎	GYM III Südstadt	N 80/M 20
18:30 - 19:25	47 - Do-In	GYM II Dammerstock	N 80/M 20
18:30 - 19:25	44 - BodyStyling	GYM III Südstadt	N 80/M 20
19:30 - 20:25	45 - WSG (Wirbelsäulengymnastik) ✎	GYM III Südstadt	N 80/M 20
20:30 - 21:25	46 - BodyPower	GYM III Südstadt	N 80/M 20
FREITAG			
09:00 - 09:55	51 - WSG (Wirbelsäulengymnastik) ✎	GYM III Südstadt	N 80/M 20
14:15 - 15:45	53 - Yoga und Entspannung ✎	Dojo	N 100/M 30
16:00 - 16:55	54 - Deep Stretch & Beweglichkeit	GYM III Südstadt	N 80/M 20
17:00 - 17:55	55 - Booty Extreme - Alles für den Po	GYM III Südstadt	N 80/M 20
18:00 - 18:55	57 - Zumba®	GS am Wasserturm	N 80/M 20
18:10 - 19:05	**NEU 50 - Zumba® Gold**	**GYM III Südstadt**	**N 80/M 20**
19:20 - 20:15	**NEU 52 - Zumba® Toning**	**GYM III Südstadt**	**N 80/M 20**
19:20 - 20:15	58 - Pilates	GYM II Dammerstock	N 80/M 20

Anmeldestart: 01. Dezember 2021

N = Nichtmitglieder
M = Mitglieder

Kurse jeweils 10 Einheiten
✎ = Bitte Handtücher und Isomatten mitbringen

Alle Angaben ohne Gewähr

POST SÜDSTADT KARLSRUHE e.V.
Ettlinger Allee 9 · 76199 Karlsruhe
Tel 0721–88 74 44 · Fax 0721–88 33 04
psk@post-suedstadt-ka.de · www.online-PSK.de

Programm Reha-Angebote

	Kurse	Ort	Kosten €
MONTAG			
18:00 - 19:00	Gefäßsport	Gutenbergschule	auf Anfrage
19:00 - 20:00	Koronarsport (Erwachsene)	Gutenbergschule	auf Anfrage
DIENSTAG			
16:00 - 17:00	Diabetessport	GYM II Dammerstock	auf Anfrage
MITTWOCH			
17:30 - 18:30	Koronarsport (Erwachsene)	PSD Bank-Halle	auf Anfrage
18:45 - 19:45	Koronarsport (Erwachsene)	PSD Bank-Halle	auf Anfrage
FREITAG			
10:00 - 11:00	Asthmasport/Long-Covid	GYM II Dammerstock	auf Anfrage
17:00 - 18:00	Rehasport/Orthopädie	GYM II Dammerstock	auf Anfrage
18:00 - 19:00	Rehasport/Orthopädie	GYM II Dammerstock	auf Anfrage

Fortlaufendes Angebote
Anmeldung und Fragen an: Hr. Vengert - georg.vengert@post-suedstadt-ka.de

BNN BADISCHE NEUESTE NACHRICHTEN Donnerstag, 9. September 2021 KARLSRUHE

Vorreiter bei Frauenfußball und Quidditch

PSK feiert 125-jähriges Bestehen / Fusion von VfB Südstadt und Postsport-Verein

Von unserem Mitarbeiter Klaus Müller

Da war schnell mal die Rede von Fußball-Amazonen. So titelte die BNN 1966, als die erste Frauenfußballmannschaft des damaligen VfB Südstadt auflief. Eben zu einer Zeit, als der Deutsche Fußball Bund (DFB) kickenden Frauen die Rote Karte zeigte. Übrigens: Erst Anfang der 1970er Jahre wurde das Verbot aufgehoben. Dass just der DFB keine Frauen

4.400

Mitglieder
hat der Verein
Post Südstadt Karlsruhe (PSK)
derzeit.

auf dem Fußballplatz eines seiner Gründungsmitglieder sehen wollte, ist ein weiteres historisches Schmankerl aus der Vereinsgeschichte. Und dann gibt es ja noch den Mann, der den Fußball nach Deutschland und nach Karlsruhe brachte: Walther Bensemann. Er war 1896 an der Gründung des VfB Südstadt und des DFB beteiligt.

Demnach wäre der VfB Südstadt dieses Jahr 125 Jahre alt. Jetzt freilich wird's etwas kompliziert. 2001 fusionierte der „badische" VfB mit dem 1927 gegründeten Postsport-Verein Karlsruhe. Die beiden schlossen sich zum heutigen PSK, zum Verein Post Südstadt Karlsruhe, zusammen. Aus zwei wurde eins, aus dem Gründungsdatum des älteren Vereins der historische Ankerpunkt für den PSK. Kurzum: Dieses Jahr feiert der PSK 125 Jahre Bestehen. „Nach reiflicher Überlegung haben wir uns auf diesen niedrigsten gemeinsamen Nenner geeinigt", sagt PSK-Geschäftsführer Felix Banz.

Die zwei früheren eigenständigen Vereine sind zu einer Einheit geworden. Und zwar zu einer in vielerlei Hinsicht beachtlichen. Der Verein verfügt laut Banz über eine Sportfläche von 38.000 Quadratmeter, über vier (Fußball-)Großfelder, 13 Tennisplätze, zwei Hallen, eine Tennishalle, drei Gymnastikräume, ein Fitnessstudio, ein Dojo oder genauso über ein Hallenbad (Oberwaldhallenbad). 20 Sparten – vom Breitensport bis zum professionellen Basketball mit den PSK Lions oder Spitzensport mit Weitspringer Julian Howard – stehen den derzeit 4.400 Mitgliedern zur Verfügung. Und noch eine Zahl: „Auf der Gehaltsliste des Vereins stehen 44 Mitarbeiter", so Banz.

Soweit die Gegenwart. Der Weg dorthin, bis zur Fusion 2001, war ein langer: vom Fußballverein und seinen Spielern, die anfangs auf dem Engländerplatz dem etwas eckigen „runden" Leder hinterherjagten; vom Postsport Verein, in dem Postbedienstete quasi von Amtswegen dem Verein angehörten. Mitgliederschwund, auch bedingt durch die Abschaffung des Post-Dienstsportes, rückläufige Einnahmen beider Vereine und schließlich der Gedanke, durch einen großen Sportverein die Südstadt stärker in den sportlichen Fokus zu rücken, beförderten die Fusionsgespräche.

Dass die Zeiten ihren Tribut fordern, zeigte sich beim Werdegang von einzelnen Abteilungen. „In den 1980er Jahren hatten wir eine Skateboard-Abteilung und eine der modernsten Skateranlagen in Europa", berichtet Leichtathletik-Abteilungsleiter Benedikt Rieker. Die Abteilung gehört der Vergangenheit an. Genauso, ergänzt Banz, wie die Kegler, die Schützen oder Ringtennis. Dafür kamen neue Sparten hinzu – wie Triathlon, Darts oder Quidditch (frei nach Harry Potter). Und dann gibt's ja noch Corona. „Natürlich spüren wir die Auswirkungen", so Banz und Rieker. „Langsam steuern wir aber wieder auf Normalbetrieb zu." Und ja, der PSK hat einen Jubiläumswunsch, einen lang gehegten: „Wir brauchen eine Drei-Sporthalle. Der Bedarf ist da. Vor allem bei Kindern."

Die Jubiläumsfeier ist coronabedingt fürs nächste Jahr vorgesehen. Immerhin steht am 11. September die Eröffnung des neuen Rasensportplatzes an – für geladene Gäste. Fürs „Fußvolk" gibt's dennoch was zu sehen: viele Fußballspiele. Das Spitzenspiel dürfen die „PSK-Amazonen", sorry die Frauen des PSK, gegen den FC Montreux-Sports bestreiten. Die genauen Termine finden sich auf der PSK-Homepage: www.online-psk.de.

Ihrer Zeit voraus: *Bereits 1966 schnürten die Damen des VfB Südstadt ihre Fußballschuhe. Erst in den 1970ern ließ der DFB Frauenfußball in seinen Reihen zu.* *Archivfoto: PSK Karlsruhe*

BNN BADISCHE NEUESTE NACHRICHTEN Montag, 13. September 2021 KARLSRUHE

Gewichtiger Beitrag zur Sportstadt

PSK eröffnet neuen Rasensportplatz und erhält für Engagement Lob von offizieller Seite

Von unserem Redaktionsmitglied Wolfgang Voigt

Es ist ein Datum, das in die Geschichte des Vereins Post Südstadt Karlsruhe (PSK) eingehen wird: Am Samstag hat der derzeit rund 4.400 Mitglieder zählende Traditionsverein seinen neuen Rasensportplatz eingeweiht. Vor allem die Fußballer aber auch viele andere Sportlerinnen und Sportler beim PSK profitieren von dem frisch gestalteten Kunstrasenplatz.

4.400

Mitglieder
zählt der PSK, der sich vor 20 Jahren aus dem VfB Südstadt und dem Postsport-Verein gebildet hat.

Mit dem Kunstrasen-Platz auf dem Vereinsgelände an der Ettlinger Allee steht nun auch ausgiebigen Trainings und Wettkämpfen bei frostigen Temperaturen nichts mehr im Weg. Dafür nämlich sind herkömmliche Rasenplätze während der kalten Jahreszeit nur bedingt zu gebrauchen. Bei der feierlichen Eröffnung betonte Karlsruhes Sportbürgermeister Martin Lenz die Bedeutung des Projekts für die Sportstadt Karlsruhe. Lenz erinnerte an Walther Bensemann, der 1896 an der Gründung des VfB Südstadt beteiligt war, aus dem sich nach Fusion mit dem 1927 gegründeten Postsport-Verein vor 20 Jahren der PSK entwickelt hat. Der Sportbürgermeister beschrieb Karlsruhe und die Vorläufer des PSK als eine der Keimzellen des deutschen Fußballs.

Der langjährige und demnächst aus dem Amt scheidende PSK-Vorsitzende Hans-Joachim Kögele ließ in seiner Ansprache die umfangreichen Bauarbeiten Revue passieren und machte die Bedeutung des Projekts vor allem für die Fußballabteilung des Vereins an der Ettlinger Allee deutlich.

Eröffnung: *Der Verein Post Südstadt Karlsruhe schlägt mit seinem neuen Kunstrasenplatz ein weiteres Kapitel seiner Vereinsgeschichte auf. Am Rednerpult PSK-Vorsitzender Hans-Joachim Kögele.* *Foto: Peter Sandbiller*

Die große Freude des Badischen Fußballverbands (bfv) über den neuen Kunstrasenplatz unterstrich Verbands-Vizepräsident Rüdiger Heiß. Es sei gut, dass der PSK das Großprojekt geschultert habe, lobte Heiß. Eine gute Ausstattung helfe, den Vereinsmitgliedern und vor allem der Jugend, das Vereinsleben mitzugestalten, Freunde zu treffen, Bindungen einzugehen und Verantwortung zu übernehmen, so der Verbands-Vize.

Nach dem Festakt traten die Fußball-Damen des PSK gegen die Frauen des FC Montreux Sports gegeneinander an. Beide Vereine sind eng mit dem Namen Walther Bensemann verbunden, wie die Zuschauer erfuhren: Bensemann, damals auf einer Privatschule in der Schweiz, hatte bereits als 14-Jähriger im Jahr 1887 mit Mitschülern den „Footballclub Montreux“ gegründet. Nachfolger-Verein ist der FC Montreux Sports.

Kunstrasenpflege Foto Jens Clajus

Rüppurr bestens versorgt:

★ HATZ ★

der Bäcker ★ das Brot ★ die Leidenschaft

...in der

Bäckerei Hatz
Nürnberger Str. 5a
KA-Dammerstock

...an der

bft Tankstelle der EFA
Battstr. 2
KA-Rüppurr

...nicht nur in Rüppurr.
Weitere Standorte unter
www.ich-geh-zum-hatz.de

Aus den Abteilungen und Angeboten

BADMINTON

Sven König 0152 55766585

Nachdem die letzte Saison 20/21 wegen der Corona-Pandemie abgesagt wurde, konnte der Spielbetrieb dieses Jahr unter Einhaltung der vorgegebenen Corona-Regeln erst einmal gestartet werden.

Unsere vier Mannschaften treten in zwei Ligen an. Die erste und die zweite Mannschaft spielen in der Landesliga. In der Kreisliga kämpfen die dritte und die vierte Mannschaft um eine gute Platzierung.

Trotz vieler krankheitsbedingter Ausfälle konnten alle vier Mannschaften einen guten Start in die Saison verbuchen.

Am ersten Spieltag mussten die Mannschaften in ihren Liegen gegeneinander spielen und konnten dabei ein wenig Spielpraxis unter Wettkampfbedingungen sammeln, bevor es am zweiten Spieltag dann gegen die anderen Teams losging.

Nachdem sich die erste Mannschaft im internen Duell wie erwartet durchgesetzt hatte, folgte am zweiten Spieltag das erste Treffen auf externe Mannschaften, mit denen man endlich wieder die Kräfte messen konnte. Erster Gegner war der BSV Eggenstein-Leopoldshafen IV bei dem sich der PSK mit 6:2 den Sieg holte. Im zweiten Spiel trat die SG Waghäusel/Rot gegen unsere erste Mannschaft an. Auch hier konnte sich der PSK mit 7:1 behaupten. Damit steht die erste Mannschaft auf dem ersten Tabellenplatz, den es nun zu verteidigen gilt.

Die zweite Mannschaft trat in anderer Reihenfolge gegen die gleichen Gegner an. Erwartungsgemäß tat sie sich schwerer, zu Punkten. Im Spiel gegen die SG Waghäusel/Rot musste sich die zweite Mannschaft mit 2:6 geschlagen geben. In ihrem zweiten Spiel konnte sie ein 4:4 herausholen und steht nun auf dem siebten Tabellenplatz.

In der Kreisliga konnte sich die dritte Mannschaft an die Tabellenspitze setzen. Mit einem 5:3 gegen den BC Spöck III und einem 6:2 gegen den TV Helmsheim II startet das Team ohne Punktverlust in die Saison und ist somit voll auf seinem Zielkurs, dem Wiederaufstieg in die Bezirksliga.

Die vierte Mannschaft, die ebenfalls gegen Spöck und Helmsheim antrat, hielt sich erstaunlich gut und konnte mit zwei Unentschieden in die Saison starten. Damit hat sie sich im unteren Mittelfeld einsortiert mit dem Wissen, dass noch mehr möglich ist.

BASKETBALL

Danijel Ljubic 0162 1572812

Die professionelle Arbeit im Umfeld unserer ersten Herren-Mannschaft wird nach wie vor von den Bedingungen der Pandemie erschwert. Immerhin konnten die LIONS sämtliche bisherigen acht Spiele in der BARMER 2. Basketball Bundesliga ProA regulär austragen (Stand: 12. November). Die Voraussetzungen dafür schafft die Einhaltung eines differenzierten Hygienekonzepts, das auch regelmäßige Testungen umfasst und von allen Beteiligten mitgetragen wird.

Die Lina-Radke-Halle hat am 25. September einen tollen Einstand gefeiert. Trotz einiger Beschränkungen wie der Maskenpflicht kommt bei den Begegnungen in der ProA eine mitreißende Atmosphäre auf. Die Zuschauer sind nun viel näher am Geschehen als dies in der Europahalle der Fall war. Damit hat Karlsruhe nun endlich eine kleine, aber feine Basketball-Arena. Das Derby gegen die Tigers Tübingen verfolgten 1.300 Fans auf den Rängen. Seit November gilt bei den Heimspielen die 2G-Regelung, die für noch mehr Sicherheit sorgen soll. Sportlich betrachtet befinden wir uns in keiner einfachen Situation. Nach einer kleinen Negativ-Serie stehen den bisherigen drei Erfolgen unserer Herren I fünf Niederlagen gegenüber. Die ProA besteht diese Saison aus 17 Mannschaften, von denen drei absteigen werden. Wir werden alles daransetzen, dass sich die Lage bis zum Erscheinen dieses Kuriers wieder stabilisiert. Die Herren II sind hingegen bereits zum aktuellen Zeitpunkt in der Regionalliga Baden-Württemberg auf Kurs.

Nachwuchsförderung wird bei den LIONS großgeschrieben, und so sind wir sehr erleichtert, dass sich auch die Jugendteams wieder im regulären Spielbetrieb befinden. Unsere U16 hat sich in der Jugend Basketball Bundesliga (JBBL) einen Platz in den PlayOffs gesichert und damit bereits frühzeitig die Qualifikation für die kommende Saison in der höchsten Spielklasse sicher. In der U12 und der U14 verfügen wir ebenfalls über sehr leistungsstarke Jahrgänge und konzentrieren unsere Energie unter anderem darauf, talentierte Spieler auf dem Weg nach oben zu fördern. Das wichtigste ist allerdings, dass nach über 1 ½ Jahren Pandemie der Basketball wieder zum Leben erwacht und die Stimmung in die Hallen zurückgekehrt ist. Vielen Dank an alle Mitarbeitenden, Volunteers und sonstige Ehrenamtliche, die mit ihrem Einsatz die Entwicklung der vergangenen Jahre erst ermöglicht haben und weiterhin ermöglichen.

BREITENSPORT

Norbert Schmidt 0171 7834979

Abteilungsversammlung

Am Dienstag, den 21. September 2021, um 17:30 Uhr haben sich die Mitglieder des Breitensports im Mehrzweckraum zur Abteilungsversammlung eingefunden. Nach der Begrüßung und den obligatorischen Formalitäten wie die Feststellung der rechtzeitigen Einladung, Anwesenheit und Zustimmung zur Tagesordnung, blickte der Abteilungsleiter in seinem Bericht auf die Aktivitäten der Abteilung des abgelaufenen Jahres zurück. Er bedankte sich für die erfolgreiche Arbeit der Übungsleiterinnen und Übungsleiter, für das Miteinander und die gute Zusammenarbeit mit dem Team der Geschäftsstelle in dem vergangenen Berichtszeitraum. Es folgten der Kassenbericht und anschließend die Aussprache zu den Berichten. Es wurden Anregungen und Wünsche, Lob und Anerkennung geäußert. Die Entlastung der Abteilungsleitung viel einstimmig positiv aus.
Im Anschluss daran folgte die Wahl der Delegierten. Nach einer guten Stunde bedankte sich Norbert Schmidt bei den Anwesenden für die aktive Teilnahme. Mit dem Wunsch, beim nächsten Mal noch mehr Mitglieder zu sehen, wurde die Sitzung geschlossen.

Dankeschön!

Im Kalenderlied von Franz Grothe heißt es: „Kalender, Kalender, du bist ja schon so dünn, jetzt ist es bis Weihnachten nicht mehr lange hin." Ich möchte an dieser Stelle, erst recht in diesem nicht einfachen und ungewöhnlichen Jahr, herzlich „Dankeschön" sagen, den Übungsleiterinnen und Übungsleitern, Helferinnen und Helfern, für die gute Arbeit und das Engagement in den doch zahlreich geleisteten Übungsstunden. Auch all denen sei gedankt, die unsere Abteilung tatkräftig unterstützt haben, ganz besonders allen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern der Geschäftsstelle.
Ich freue mich auf eine gute Zusammenarbeit im neuen Jahr und wünsche allen, die den PSK-Kurier lesen, ein frohes und gesegnetes Weihnachtsfest und ein friedvolles und gesundes Jahr 2022.

Norbert Schmidt

Unsere Homecare

KÖSTLICH VERSORGT
MIT UNSERER TRINKNAHRUNG

Hochkalorische Trinknahrung mit löslichen Ballaststoffen.
Viele verschiedene Sorten. Wir beraten Sie gerne.

Sprechen Sie uns einfach an!

Langmann SANITÄTSHAUS

Karlsruhe-Mühlburg · Rheinstr. 25 · Tel. (0721) 2018024-40
Rheinstetten · Badener Str. 7 · Tel. (07242) 2577327
info@langmann.de

www.langmann.de
Für mich. Besser. Menschlich.

HANDBALL

Uwe Bretzinger 0171 55 26 364

Mit Vorfreude in die Weihnachtspause

„Einen guten und vor allem gesunden Start in ein hoffentlich besseres Jahr", mit diesen Wünschen endete unser Bericht im Dezember 2020. Jetzt ist auch dieses Jahr so gut wie vorbei. War es tatsächlich ein besseres? Insgesamt schwer zu sagen. Aus sportlicher Sicht aber auf jeden Fall, denn nach der langen Zwangspause sind unsere Handballteams endlich wieder voll im Spiel- und Trainingsbetrieb angekommen und blicken auf eine durchaus erfolgreiche erste Saisonhälfte zurück (Stand: Redaktionsschluss 12. November).

Für die 1. Mannschaft startete die neue Runde in der Landesliga mit einer Enttäuschung: Denkbar unglücklich musste sich das Team von Trainer Thomas Grimm beim Auftaktspiel in Langensteinbach geschlagen geben. Doch danach folgten drei überragende Siege, unter anderem ein unglaublicher 48:26-Heimerfolg gegen die SG KIT/MTV Karlsruhe. Das Team ist zurück bei alter Stärke, und auch junge Nachwuchsspieler, die an die Mannschaft herangeführt werden, drehen mächtig auf. So steht der PSK derzeit auf Platz zwei und hat die Top-Drei damit in der eigenen Hand. Diese sind wichtig, um sich für die Aufstiegsrunde im neuen Jahr zu qualifizieren und den Klassenerhalt somit schon 2021 perfekt zu machen. Es geht also mit Spannung und Vorfreude in die Winterpause.

An der Spitze in der 3. Bezirksliga thront unsere 2. Mannschaft um Trainer Jürgen Ohlhäuser – mit makelloser Bilanz. Durch Verstärkung aus der eigenen Jugend sowie

einige externe Zugänge hat das Team nicht nur in der Breite, sondern auch qualitativ einen großen Schritt nach vorne gemacht. Ziel bleibt es weiterhin, die A-Jugendspieler behutsam an den Seniorenbereich heranzuführen und mit einer Mischung aus Jung und Alt schönen Handball zu zeigen.

Etwas schwer tat sich so mancher Jugendspieler nach der langen Abstinenz: Laufen, Prellen und dabei noch Passen und Werfen? Die Trainerinnen und Trainer mussten teilweise ganz von vorne anfangen. Inzwischen läuft es wieder rund, und der Spaß am gemeinsamen Spiel ist in jeder Partie zu sehen. Eine sehr gute Rolle mit ausgeglichener Bilanz spielt bislang unsere A-Jugend in der Badenliga. Die Jungs haben großes Potenzial und zeigen das auch immer mehr auf dem Spielfeld. Nur knapp hinter der Spitze liegen unsere C2-Jugend sowie die E-Jugend. Hier ist sicherlich ein Platz ganz vorne drin, denn die Saison ist noch lang. Einsame Spitze im weiblichen Bereich ist die D-Jugend, mit 4:0 Punkten und einem Torverhältnis von 42:19. Obwohl viele Jahre nicht existent, hat Mädchenhandball beim PSK Tradition. Umso mehr freuen sich die Verantwortlichen, dass dieser Bereich nach und nach wächst. An dieser Stelle können wir immer nur einen kurzen Einblick geben. Die Ergebnisse und Platzierungen aller PSK-Teams finden Sie unter diesem Link:

https://ogy.de/psk-handball

Was war sonst noch los? Abseits der Halle schränkte und schränkt Corona noch immer ein. Dennoch konnte die Handballabteilung am 15. Oktober wieder einen Grundschulaktionstag mit der Weiherwaldschule sowie Kindern aus der Inklusionsklasse der Albschule veranstalten. Fünf Trainerinnen und Trainer hatten verschiedene Übungen für die Kinder vorbereitet, etwa ein Slalomlauf oder ein Zielwerfen. Die Grundschüler hatten sichtlich Spaß und bekamen am Ende jeweils eine Urkunde, einen Button sowie ein kleines Handballheft.

Abschließend möchten die PSK-Handballer allen Mitgliedern, Aktiven, Fans und Sponsoren ein frohes Weihnachtsfest sowie einen guten und gesunden Start ins Jahr 2022 wünschen. Bleiben Sie dem Team Handball gewogen.

Weitere Informationen
www.online-psk.de/handball
www.instagram.com/psk_team_handball/?hl=de

Handball Herren I Saison 2021/22

JUDO

Melanie Förster 0176 76 76 5404

Anfragen per E-Mail bitte an melanie.foerster@gmx.de

Endlich gibt es wieder viel zu berichten – fangen wir mit organisatorischem an.

Abteilungsversammlung

Am 15. September auf der Judo-Abteilungsversammlung verabschiedeten sich der langjährige Abteilungsleiter Peter Kraus sowie der ebenfalls lange im Abteilungsvorstand tätige Andreas (Andi) Friedrich in den wohlverdienten Ruhestand. Die Judoabteilung bedankt sich bei den beiden ganz herzlich für das langjährige und unermüdliche Engagement. Wir hoffen sie noch häufig auf und neben der Matte zu treffen. Aber auch weiterhin bleibt die Judoabteilung in kompetenten, erfahrenen und engagierten Händen. So konnten Melanie Förster als neue Abteilungsleiterin und Annette Eder als ihre Stellvertreterin gewonnen werden. Beide wurden einstimmig gewählt. Wir danken für ihre Bereitschaft und wissen dies sehr zu schätzen!

Erfolgreich in die Judokarriere gestartet.

Am 19. September 2021 haben alle Teilnehmer und Teilnehmerinnen unseres Anfängerkurses vom Februar 2020 erfolgreich die Prüfungen zum 8. Kyu abgelegt. Die jungen Judokas haben damit die Berechtigung und Verpflichtung erworben, zukünftig den weiß-gelben Gürtel zu tragen. Wir gratulieren!

Trainerausbildung

Jannic Kern konnte während seines Studiums bei der Polizei die Trainer C Ausbildung absolvieren. Herzlichen Glückwunsch zur bestandenen Prüfung.

Wettkampfbetrieb

Der lang ersehnte Wettkampfbetrieb nahm langsam wieder Fahrt auf.
Deutsche Meisterschaften
Am ersten Wochenende im September fanden die Deutschen Meisterschaften der Frauen und Männer in Stuttgart statt. Seit langem der erste Wettkampf für viele Athleten.

Einen sehr guten Einstand ins Wettkampfgeschehen gab es für Larissa Greis, die vom Landesverband für diese Meisterschaft nominiert wurde.
Larissa startete im ersten Kampf gleich gegen die Nationalkaderathletin Mascha Ballhaus. Leider konnte sie dem starken Griff ihrer Gegnerin nichts entgegensetzen und verlor mit Ippon. Im zweiten Kampf hochkonzentriert gegen Aurelia Hoeps gelang ihr kurz vor Kampfende ein Konter, der den Sieg beutete. Im dritten Kampf gegen Naimi Günther konnte sie anfangs mehr Vorteile erarbeiten, leider gab es eine Gegenwertung, die Larissa nicht mehr aufholen konnte. Nach langer Wettkampfpause ein gutes Ergebnis mit dem 7. Platz.

Tanja Schmadel, ebenfalls von ihrem Landesverband nominiert, verlor leider unglücklich ihre zwei Kämpfe.

Rudi Sossai zum 6. Mal Deutscher Meister bei den Veteranen

Rudi Sossai und Martin Silva fuhren hochmotiviert zu den Deutschen Meisterschaften der Veteranen nach Bad Homburg. Es war für beide der erste Wettkampf nach knapp zwei Jahren.

In einer für ihn ungewohnten Gewichtsklasse dominierte Rudi Sossai den ersten Kampf mit einer Griffüberlegenheit und guten Aktionen, sodass der Kampfrichtentscheid zu seinen Gunsten ausfiel. Im nächsten Kampf gelang ihm nach kurzer Zeit ein Stand/ Bodenübergang mit Fußtechnik, der den Sieg bedeutete.
Herzlichen Glückwunsch!

Martin konnte seinen ersten Kampf noch weitgehend ausgeglichen gestalten, so dass er sich erst in der letzten Minute mit Seoi-nage geschlagen geben musste. Den zweiten Kampf verlor er leider auch und konnte nicht in die Medaillenränge vordringen - dennoch ein guter Wettkampfeinstieg.

Beide werden in naher Zukunft weitere Turniere bestreiten. Hierfür wünschen wir ihnen bereits viel Erfolg.

Auf dem **internationalen Veteranenturnier** in Tours errang Martin Silva den 5. Platz. Herzlichen Glückwunsch!

Auch aus dem **Kinder- und Jugendbereich** gibt es Erfolgreiches zu vermelden.

Süddeutsche Einzelmeisterschaft

In der Altersklasse U21 erzielten Jasper Kotte und Larissa Greis in ihren jeweiligen Gewichtsklassen den 3. Platz. Levente Hartstang absolvierte 3 Kämpfe.

In der Altersklasse bis U18 errang Lörinc Hartstang als Jahrgangsjüngster einen beeindruckenden 5. Platz. Mit dieser guten Qualifizierung verpasste er knapp die Qualifikation zur Deutschen Einzelmeisterschaft.

Badische Einzelmeisterschaft U12

Zum Glück für unsere Wettkämpfer/innen fand die Meisterschaft in Karlsruhe im Budo Club statt. Die Hygieneauflagen waren streng und erlaubten nur eine eingeschränkte Zuschauerzahl, so dass leider nicht alle Eltern in den Genuss kamen ihre Kinder kämpfen zu sehen. Den 1. Platz in ihrer jeweiligen Gewichtsklasse erreichten Mia Förster, Niclas Voss und Sumaja Jebli. Über ihre 2. Plätze konnten sich Anna Lenz, Marius Passarella, Marius Bergdolt, Sofia Zack und Hidaya Morou freuen. Anais Bär rundete mit ihrem 3. Platz die erfolgreiche Teilnahme ab. Weiter nahmen vom PSK Alexander Götze, Paul Knebel, Luke Maternus und Amin Dakhlaoui am Wettkampf teil. Zusammenfassend lässt sich sagen, dass der PSK mit 3 ersten, 5 zweiten und 1 dritten Platz der erfolgreichste Verein an diesem Tag war.

Badische Einzelmeisterschaft U15

Unsere U15 Athleten hatten eine weitere Anreise, da das Turnier in Freiburg - ebenfalls unter strengen Hygieneauflagen - stattfand. Hier erzielten in ihren jeweiligen Gewichtsklassen Johannes Augenstein und Patricia Aranyos den 1. und Amira Jebli den 2. Platz. Olivia Passarella und Rike Schuhknecht freuten sich über ihre 3. Plätze. Yackoob Jebli und Maya Bergdolt errangen jeweils den 5. Platz.

Süddeutsche Einzelmeisterschaft U15

Der Wettkampf fand dieses Jahr in Abersberg (Bayern) statt. Den Auftakt bildeten die männlichen Athleten am Samstag, 6. November. Der PSK war hier durch Johannes Augenstein vertreten. Er erreichte einen guten 7. Platz. Am Sonntag folgten die Mädchen. Hier konnte sich Olivia Passarella den 5. Platz sichern. Patricia Aranyos absolvierte 2 Kämpfe.

Judo Safari

Am Sonntag, 7. November fand unsere alljährliche Judo-Safari gleichzeitig mit unserem Elternnachmittag statt. 32 Kinder waren eifrig dabei, Judobilder zu malen sowie mehrere sportliche Disziplinen und Schiebekämpfe zu absolvieren. Sobald die Ergebnisse ausgewertet sind, erhält jeder Teilnehmer eine Urkunde und ein Abzeichen. Während sich die Kinder körperlich betätigten, konnten sich die Eltern bei Kaffee und Kuchen über den Judosport informieren und austauschen. Wir danken allen fürs Teilnehmen und Mithelfen. Uns hat es wie immer viel Freude bereitet.

Weihnachtsfeiern

Am Samstag, den 18. Dezember 2021 findet unsere Kinderweihnachtsfeier von 13.15 Uhr bis ca. 16.30 Uhr statt. Hier werden wir mit den Kindern unseren "Spiele-Marathon" veranstalten. Danach wird es eine Siegerehrung (jeder Teilnehmer bekommt etwas!), die Ehrungen der Trainer und Athleten so-

wie den Krabbelsack beim gemütlichen Beisammensein geben. Am gleichen Tag findet ab 20 Uhr im Dojo die Weihnachtsfeier für die Erwachsenen/älteren Jugendlichen unter den zu diesem Zeitpunkt gültigen Coronaregeln statt.

T. Bergdolt

Vorschau

Am 2. Dezemberwochenende finden unsere Gürtelprüfungen statt. Das Ergebnis wird im nächsten Kurier veröffentlicht.

Bei den im Februar 2022 startenden Anfängerkursen besteht für judointeressierte Kinder/Jugendliche/Erwachsene die Möglichkeit, sich einen ersten Eindruck vom Judosport zu verschaffen.

Peter Kraus und Melanie Förster

Melanie Förster und Andreas Friedrich

Larissa Greis
Siegerehrung Süddeutsche Einzelmeisterschaft

Teilnehmer Badische Einzelmeisterschaft weiblich U15

Rudi Sossai
Siegerehrung Deutsche Meisterschaft Veteranen

Japser Kotte
Siegerehrung Süddeutsche Einzelmeisterschaft

柔道

Teilnehmer Badische Einzelmeisterschaft männlich U15

Teilnehmer Gürtelprüfung zum 8. Kyu

PSK – DER GROßE VEREIN FÜR SPORT, FREIZEIT, ...

Kindersportschulen aktiv e. V.

Die Kindersportschule ist das Premiumangebot unter den Kindersportangeboten. Hier erhalten zurzeit knapp 80 Kinder ein umfangreiches und ausgeglichenes Sportangebot.

Ballschule Heidelberg

Bälle, Bälle, Bälle - in der Ballschule Heidelberg dreht sich alles um die kleinen und großen Bälle. Die Ballschule wurde vom Sportinsititut der Universität Heidelberg entwickelt.

Anerkannte Einsatzstelle im Bereich Freiwilligendienste

Egal ob ein Freiwilliges Soziales Jahr oder der Bundesfreiwilligendienst - Interessierte können sich beim PSK sozialengagieren.

... GESUNDHEIT ...

Pluspunkt Gesundheit - in der Halle sowie im Wasser

Die Kurse werden von qualifizierten Übungsleitern geleitet. Viele Kurse sind von den Krankenkassen anerkannt und werden bezuschusst.

Anerkannte Rehagruppen

Unsere Rehagruppen - Koronar, Gefäß, Diabetes und Behindertensport - sind vom Deutschen Behindertenverband anerkannt.

Vereinsinitiative Gesundheitssport e. V.

Vorsorge/Prävention und Nachsorge/Rehabilitation zählen zu den Aufgaben der Vereine, die der Iniatitive angehören.

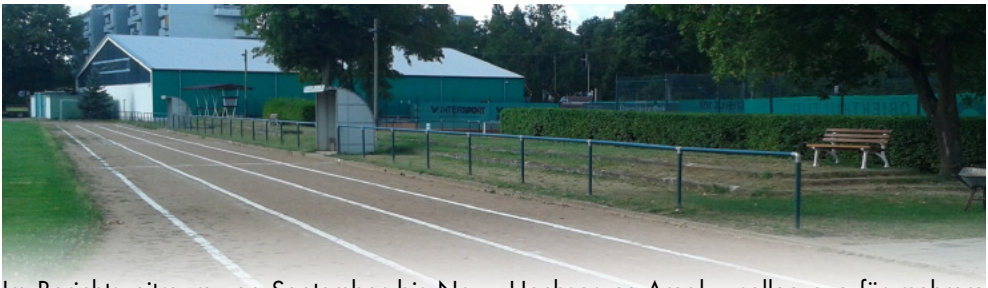
... UND INTEGRATION

Anerkannter Stützpunktverein

Ein Programm des Deutschen Olympischen Sportbunds (DOSB), das die Vereine bei der Integration unterstützt.

LEICHTATHLETIK

Benedikt Rieker 0721 59 666 497



Im Berichtszeitraum von September bis November haben wir oft von günstigem Wetter profitiert und hatten damit beste Bedingungen für das Leichtathletik-Training auf den Außenanlagen. Seit den Herbstferien hat sich der Trainingsbetrieb wieder vermehrt nach drinnen verlagert. Zum Zeitpunkt des Redaktionsschlusses (12. November) befanden wir uns in einer Phase stark ansteigender Inzidenzwerte. Durch die Anpassung der Kapazitäten, die Einführung eines Einbahnstraßensystems (damit sich aufeinander folgende Sportgruppen nicht begegnen) und die gewissenhafte Orientierung am PSK-Hygienekonzept hoffen wir, unseren Sportler*innen dennoch gute Trainingsbedingungen bieten zu können.

Mit Spannung warten wir darauf, wie das Wintertraining unserer aktiven Leistungsgruppe und der 9-15-Jährigen im Carl-Kaufmann-Stadion anläuft und ob alles so funktioniert wie erhofft. Denn nachdem bereits seit langem klar war, dass die Karlsruher Leichtathletik über mehrere Jahre hinweg den sanierungsbedingten Ausfall der Europahalle kompensieren muss, steuerte das Drama um diese Problematik diesen Sommer auf seinen vorläufigen Höhepunkt zu. Zuvor waren die Verhandlungen zwischen der LG Region Karlsruhe und der Stadtverwaltung lange auf der Stelle getreten. Im September wurde dann die vermeintliche Lösung präsentiert. Zwei Zeltkonstruktionen im Carl-Kaufmann-Stadion – eine über die Länge von 80 Metern auf der Laufbahn, eine über dem Weit- und Hochsprung-Areal – sollen nun für mehrere Monate die Heimat von Athlet*innen aus elf Mitgliedsvereinen der LG Region Karlsruhe werden. Skepsis scheint angebracht, denn gute Bedingungen sehen sicher anders aus. Ab 18. November sollen dort Trainings möglich sein. Darauf ist sowohl unsere Leistungsgruppe um Coach Udo Metzler als auch die Donnerstagsgruppe der 9-15-Jährigen angewiesen, die früher im Winter immer in der Europahalle war. Wir werden sehen…

Zum Abschluss gibt es noch gute Nachrichten aus der Altersgruppe 6-9 Jahre. Mit Beginn der Öffnungen im Frühjahr hatte sich schnell abgezeichnet, dass in diesem Segment ein überdurchschnittlich hoher Bedarf besteht, den wir mit unseren Kapazitäten nicht decken konnten. Die Warteliste wuchs und wuchs. Im Sommer kam die Abteilungsleitung im Gespräch mit der PSK-Geschäftsführung auf die Lösung und etablierte mit Beginn des Schuljahrs eine neue Trainingsgruppe, in der bis zu 20 Kinder untergebracht sind. Im Hebst wurden die Möglichkeiten der Außenanlage mit Laufbahn und Sprunggrube noch ausgiebig genutzt. Nun verschieben ich die Trainingsschwerpunkte etwas, da die PSD Bank-Halle nicht so viel Platz bietet, aber auch mit einigen Vorteilen aufwarten kann.

Wir hoffen, dass in sämtlichen Trainingsgruppen über den gesamten Winter hinweg ein regulärer Sportbetrieb stattfinden kann und wünschen allen Mitgliedern starke Abwehrkräfte sowie viel Spaß im Sport.

Durchstarten.
Mit Teamgeist.

Egal wie alt, egal wie stark, egal woher, egal ob mit oder ohne Behinderung – Sport muss erlebbar und für alle Menschen zugänglich bleiben. Der Sport schafft es, dass Menschen etwas gemeinsam erleben. Dieses Miteinander fördern wir.

TEAM D Top Partner

Weil's um mehr als Geld geht.

Sparkasse Karlsruhe

Quidditch

David Bentz

Unser Jugendtraining hat begonnen

Seit Anfang November veranstalten wir ein wöchentliches Jugendtraining für Kinder und Jugendliche zwischen 10 und 15 Jahren. Dieses findet immer freitags zwischen 17:00 und 18:30 Uhr auf dem "Käfig-Platz" des PSK statt. Neue Spielerinnen und Spieler sind immer willkommen, sei es zum einmaligen Ausprobieren oder zum regelmäßigen Spielen. Über eine kurze Voranmeldung an **quidditch@post-suedstadt-ka.de** freuen wir uns, man kann aber auch spontan vorbeikommen (aufgrund der aktuellen Corona-Pandemie benötigen wir allerdings Kontaktnachverfolgungsdaten).

Anfängertraining voller Erfolg

Am 05. September und am 24. Oktober fanden Anfängertrainings statt, in denen wir Interessierten unsere Sportart näherbringen konnten. Diese waren ein voller Erfolg, es wurde gut trainiert, viel gespielt und vor allem hatten wir viel Spaß. Wir bedanken uns bei allen, die da waren und natürlich insbesondere bei allen, die danach wiedergekommen und jetzt Teil unseres Teams sind.

Unser nächstes Anfängertraining wird voraussichtlich im Frühling stattfinden, jedoch sind auch im regelmäßigen Training Di./Do. 18:15-20:00 Uhr auf dem PSK "Käfigplatz" Neulinge immer willkommen.
Aktuelle Infos finden sich immer auf unserer Website: **https://online-psk.de/quidditch/**

Wohnstift Karlsruhe

Alle Facetten des Lebens genießen

Residenz Rüppurr
Erlenweg 2 | 76199 Karlsruhe
0721 / 8801-0

FächerResidenz
Rhode-Island-Allee 4 | 76149 Karlsruhe
0721 / 60285-0

Sicher und gut versorgt

Unsere Mitarbeitenden beider Residenzen sorgen dafür, dass unsere Bewohner sicher und stets gut versorgt werden. Wir setzen alles daran, Ihnen das Leben so angenehm wie möglich zu gestalten.

Informieren Sie sich bei unseren Vermietungsbüros über freie Appartements.

info@wohnstift-karlsruhe.de **www.wohnstift-karlsruhe.de**

DECKERS BIO HOF

Christoph Decker

IHR BIO-LIEFERSERVICE

Online bestellen auf:
www.deckersbiohof.de
oder Einfach anrufen:
07223/80 62 230

ökokiste
Einfach. Wertvoll.

demeter

ÜBER 4.000 PRODUKTE. 100 % BIO.

SCHACH

Rainer Dorn 07245 83234

Nach der langen Corona-bedingten Unterbrechung hat der Spielbetrieb im Sommer wieder mit Einschränkungen begonnen.

Wie in den vergangenen Jahren kann ich auch in diesem Jahr nur über erste Ergebnisse zum Spielbetrieb in der noch jungen Saison berichten. In der Clubmeisterschaft wurde bislang die zweite Runde gespielt, zudem sind etliche Spielpaarungen ausgefallen und müssen nachgeholt werden.

Die Mannschaftskämpfe haben im Oktober angefangen, bis zum Redaktionsschluss wurden lediglich die Auftaktrunde und die zweite Runde ausgetragen. Nach etlichen Verwerfungen, der Abmeldung von Mannschaften anderer Vereine, Vereinsauflösungen etc. konnte die erste Mannschaft am grünen Tisch den Abstieg vermeiden und spielt wie in der letzten Saison in der Bezirksklasse. Gegen Ettlingen gelang zum Auftakt ein souveränes 5,5-2,5, gegen Bretten unterlagen wir stark ersatzgeschwächt wegen des verlängerten Wochenendes mit dem gleichen Ergebnis.

Die zweite Mannschaft spielt in seit dieser Saison nur noch mit 4 Spielern, da in Reaktion auf Spieleraustritte, die durch die Bank alle Vereine in der Pandemie getroffen haben, die Anzahl der Spieler auf Bezirksebene reduziert wurde. Gegen die Karlsruher Schachfreunde und gegen Rheinstetten spielten wir jeweils 2-2 Unentschieden.

Alle Ergebnisse sind tagesaktuell auf der Seite BSV Ergebnisdienst veröffentlicht.

Auch dieses Jahr tragen wir wieder unser traditionelles Weihnachtsblitzturnier am 17.12.2017 aus. Die Blitzturniere Nummer 3 und 4 der Blitzmeisterschaft werden am 04.02. und 04.03.2022 ausgetragen. Interessierte Teilnehmer sind wie immer herzlich willkommen.

Zum Jahresende möchte ich mich ganz herzlich bei all denen bedanken, die mich das Jahr über tatkräftig in der Schachabteilung unterstützt haben. Ich wünsche ihnen sowie allen Abteilungs- und Vereinsmitgliedern und ihren Angehörigen frohe und besinnliche Festtage, Gesundheit und einen guten Rutsch ins neue Jahr.

Rainer Dorn

KÖGELE
Elektro · Gas · Wasser · Baublechner
Werderstr. 62 · 76137 Karlsruhe · Tel. (0721) 93 21 10
Fax 93 21 18 · www.koegele.de · info@koegele.de

SENIOREN- UND WANDERABTEILUNG Erich Nägele 98921028

Trotz Corona ein erfolgreiches Jahr

Zum Jahresbeginn habe ich die Leitung der Seniorenabteilung übernommen und gleich hat der Corona-Lockdown unsere Planung gehörig durcheinander gewirbelt.

Glücklicherweise sind wir Senioren recht früh geimpft worden, sodaß je nach Lockerung der Maßnahmen der Übungsbetrieb baldmöglichst wieder aufgenommen werden konnte.

Ich danke allen unseren Übungsleitern für ihren Einsatz und ihr Engagement, den Sportbetrieb zum frühest möglichen Zeitpunkt wieder aufzunehmen.

Wir hatten dort auch einen Wechsel. Frau Klopp hat uns im Sommer verlassen. Glücklicherweise haben wir in Frau Heyer schnell einen engagierten Ersatz gefunden.

Auch die Wanderungen konnten schon im Sommer wieder aufgenommen werden, die erste im Juni noch ohne Einkehr, aber seitdem wieder wie gewohnt, wenn auch mit kurzfristigen Programmänderungen. Am stärksten gelitten haben unsere Mittagsfahrten, von denen bis Ende Oktober nur zwei stattfinden konnten. In 2022 wollen wir eine alte Tradition wieder aufnehmen und nicht nur Mittagsfahrten mit Mittagessen sondern versuchsweise auch wieder Nachmittagsfahrten mit Kaffee und Kuchen unternehmen.

Im folgenden das Seniorenprogramm der Wanderungen und Mittagsfahrten für 2022. Wie im Vorjahr steht auch dieses Jahr die Planung unter Vorbehalt, da es immer kurzfristige Änderungen z.B. wegen Restaurantschließungen, KVV-Bauarbeiten oder Corona geben kann. Bitte daher zeitnah auf die Aushänge bzw. die Website achten.

Seniorenwanderungen 2022

Datum	Wandergebiet	Wanderführer	Telefon
12. Mrz.	Rheinstrandbad-Saumseen	Erich Nägele	98921028
09. Apr.	Kleinsteinbach-Singen	Klaus Bonnet	07232-72148
14. Mai	Mörsch-Durmersheim	Rupert Gabel	468930
11. Jun.	Rüppurr-Forchheim	Wolfgang Lange	07242-7061297
09. Jul.	Forchheim-Daxlanden	Rupert Gabel	468930
13.Aug	Spielberg-Ittersbach	Gerlinde Mößner	572093
10.Sep.	Messe Forchheim-Mörsch	Wolfgang Lange	07242-7061297
08.Okt.	Steinweiler-Winden	Klaus Bonnet	07232-72148
12. Nov.	Maxau-Knielingen	Gerlinde Mößner	572093
10.Dez.	Wolfartsweier-Dammerstock	Erich Nägele	98921028

Mittagsfahrten

Datum	Ausflugsziel	Verantwortlich	Telefon
27. Jan.	Leopoldshafen, Andreasbräu	A. Eberhardt	886483
24.Feb.	Blankenloch, Café Seeger	E. Nägele	98921028
31.Mrz.	Großvillars, Kelterhof	A. Eberhardt	886483
28.Apr	Tiefenbach, Kreuzberghof	E. Nägele	98921028
19.Mai	Pforzheim, Lehners Wirtshaus	A. Eberhardt	886483
30.Jun.	Mörsch Bei Lilo	E. Nägele	98921028
28.Jul.	Baden-Baden, Waldcafé	A. Eberhardt	886483
25.Aug.	Unteröwisheim, Kannebesen	E. Nägele	98921028
29.Sep.	Germersheim, Rhenania	A. Eberhardt	886483
27.Okt.	Knielingen, Fischerhaus	E. Nägele	98921028
24.Nov.	Landau, Raddegaggel	A. Eberhardt	886483

Allen Seniorinnen und Senioren wünsche ich frohe Weihnachten, ein glückliches neues Jahr und vor allem Gesundheit. Ich freue mich auf ein Wiedersehen und viele gemeinsame Aktivitäten im neuen Jahr.

Erich Nägele

SPORTABZEICHEN

Bernd Großhans 07202 3434

90-Jähriger erwirbt Deutsches Sportabzeichen

Erstmals in der Geschichte des Vereins hat in diesem Jahr ein 90 Jahre alter „Senior", der im Wohnstift in Rüppurr wohnt, die Prüfung für das Deutsche Sportabzeichen bei uns erfolgreich abgelegt. Ohne größere Vorbereitung hat er mit unserer Unterstützung die vier Disziplinen Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit und Koordination - bei der ersten Beteiligung überhaupt! - geschafft.

Drei Sportfreunde unserer Leichtathletik-Senioren, die bereits über 80 Jahre alt sind, waren auch in diesem Jahr wieder dabei. Sollte dies nicht Ansporn sein für Kinder, Jugendliche, Frauen und Männer des Vereins, es auch einmal auszuprobieren!? Wir sind gerne bereit, Auskünfte zu erteilen, bei der Vorbereitung behilflich zu sein und schließlich die Abnahme durchzuführen.

Im Jahr 2021 mussten wir – wohl Coronabedingt - eine verhältnismäßig geringe Beteiligung registrieren. Vom PSK haben folgende Männer erfolgreich teilegenommen (in Klammern die Zahl der Wiederholungen):

Othmar Tanner	(53)
Dieter Bury	(47)
Bernd Großhans	(44)
Bernd Sina	(40)
Georg Geiser	(38)
Jürgen Thiart	(37)
Hannes Czastka	(22)
Andreas Maurath	(16)

Darüber hinaus konnten wir unter anderem wieder mehreren Bewerberinnen und Bewerbern für die Polizei nach Erfüllung der Voraussetzungen die begehrte Urkunde aushändigen.

Wir würden uns freuen, wenn 2022 die „alten" erneut mitmachen würden und wir „neue" Interessentinnen und Interessenten des Vereins begrüßen könnten.

Bernd Großhans

TENNIS

Nico Maurath 0176 63 42 49 30

A5-Turnier in Saarbrücken von 04. bis 07.11.2021

Neuzugang Marisa Schmidt gewinnt die Damenkonkurrenz (A5) des Dunlop-Südwest-Cups in Saarbrücken. Sie erreichte das Finale ohne Satzverlust. In einem hochklassigen und spannenden Finale schlug sie die an Position 1 gesetzte Steffi Bachofer (TC Bernhausen, WTB) mit 6:2, 6:7 und 11:9 im Matchtiebreak des dritten Satzes.

Gratulation zu dieser hervorragenden Leistung.

Mach weiter so!

Marisa Schmidt

Bezirksmeisterschaften U9 – U10

Am 16.10 und 17.10.2021 fanden die Hallen-Bezirksmeisterschaften Mittelbaden der Jugend U9-U10 statt. 5 Spieler:innen des PSK gingen dieses Jahr an den Start: Laetitia Mustafic (U9w), Annika Müller-Mall (U9w), Jana Felten (U10w), Mika Krismeyer (U9m) und Nils Müller-Mall (U10m). Trainer Edo Mustafic war ebenfalls vor Ort und betreute die Kinder an beiden Tagen bei ihren Spielen. Laetitia Mustafic schaffte es bis ins Finale, unterlag dort aber knapp ihrer Gegnerin Jasmin Brommler (TC Blau-Weiß Gaggenau) mit 5:3 0:4 2:7. Glückwunsch zum 2.Platz! Mika Krismeyer schaffte es ebenfalls ins Finale und konnte sich dort gegen Niclas Krieg (Karlsruher Eislauf- und Tennisverein) mit 1:4 4:2 7:2 durchsetzen.

Gratulation zum Turniersieg!

Toll, dass ihr alle an diesem Wettkampf teilgenommen habt.

Nach einjähriger Pause, bedingt durch die Corona Pandemie, kehrt das sehr beliebte GEBAKA GmbH Hallentennisturnier in seiner 20. Auflage zurück. Vom 02. bis 06 Januar 2022 wird sich die regionale Damen- und Herrentennis-Elite in der Tennishalle beim Post Südstadt Karlsruhe duellieren. Ein Gesamtpreisgeld von 1100 € und eine Einstufung in die DTB-Turnierserie, bei der es um wichtige Punkte für die deutsche Rangliste geht, locken Jahr für Jahr deutsche Top 200-Spielerinnen und Spieler aus der Region zu dieser Veranstaltung. „Die Felder bei Damen und Herren werden wieder hervorragend besetzt sein. Wir werden tollen Tennissport sehen", so Turnierleiter Constantin Ernstberger in freudiger Erwartung der zahlreichen Meldungen. Die Endrundenspiele werden am Donnerstag, 06. Januar, ab 13:00 beginnen. Die allgemein gültige Corona Verordnung des Landes Baden-Württemberg ist unbedingt für die Teilnahme und den Besuch zu beachten.

Wir freuen uns auf Ihre Unterstützung!

PSK
Wir bedanken uns
bei unseren Werbepartnern

Bauunternehmung
Meisterfachbetrieb MIZIOCH

Mergelackerstrasse 1
76228 Karlsruhe
mizioch@t-online.de

Fon 07 21 / 9 41 62 11
Fax 07 21 / 9 41 62 12
Mobil 01 72 7 63 22 03

Wir führen gerne für Sie aus...

- Altbausanierung
- Beton und Stahlbeton
- Anbau- / Umbauarbeiten
- Trockenbau
- Aussenanlagen
- Fliesenverlegung
- Natursteinarbeiten
- Brandschutz
- Reparaturservice
- Balkonsanierung

...einfach alles rund ums Haus!

GENAU MEIN FALL

Auf allen Feldern gut aufgestellt.

Wir bieten Ihnen Rechtsberatung und Rechtsvertretung in allen wesentlichen Rechtsgebieten sowie ergänzend Steuerberatung. Mit Weitblick, Wissen und Können unterstützen wir unsere Mandanten in der Gewissheit, dass vorausschauendes Handeln immer ein guter Zug ist. Dies gilt sowohl für die Zusammenarbeit mit Privatpersonen, Unternehmen als auch für die Beratung und Vertretung der öffentlichen Hand.

Für effiziente und zielführende Lösungen.

Nonnenmacher

Rechtsanwälte & Steuerberater
in Kooperation

Nonnenmacher Rechtsanwälte
Partnerschaft mbB
Wendtstraße 17 · 76185 Karlsruhe
Telefon 07 21 / 98 522 - 0
www.nonnenmacher.de

VOLLEYBALL

Annette Maurath (0721) 89 23 55

Bericht Abteilungsleitung

Hallo liebe Volleyballer/-innen,

erste Welle, zweite Welle, dritte Welle, vierte Welle, nein wir sind nicht im Schwimmbad und auch nicht am Meer, schön wär's. Corona ist das Ding, das uns abwechselnd in Bewegung bringt und dann wieder zur Bewegungslosigkeit verdammt. Aber in diesem Herbst hoffen wir, trotz stark steigender Inzidenzen, auf eine relativ normale Trainings- und Wettkampfzeit. Da, wenn man sich in den verschiedenen Gruppen so umhört, sehr viele Abteilungsmitglieder mittlerweile geimpft sind, treffen uns die Einschränkungen, die die Landesregierung vorsieht, nicht so hart. Nur der Verwaltungsaufwand ist durch die ständigen Änderungen der Verordnungen und die darin enthaltenen Vorgaben riesig. Aber was macht man nicht alles, um den schönsten Sport der Welt ausüben zu können? Seit der Öffnung der Beachfelder und der Hallen im Mai/Juni, haben auch wieder etliche Neue den Weg zu uns gefunden, sodass wir den Mitgliederverlust in der Lockdownzeit sicher bald ausgeglichen haben. Die Beachfelder haben wir am 30.10.2021 winterfest gemacht. Leider hat das Wetter nicht so ganz mitgespielt, und wir wurden ganz schön nass. Die Spielzeit 2021/2022 hat auch wieder begonnen. Wir sind gespannt, ob die Saison dieses Mal bis zum Ende ohne Unterbrechungen stattfinden kann. Eine große Weihnachtsfeier für alle Abteilungsmitglieder wollen wir aus Sicherheitsgründen in diesem Jahr noch nicht machen, aber die einzelnen Teams können zumindest innerhalb ihrer Gruppe eine kleine Weihnachtsfeier ausrichten. Jetzt wünschen wir allen Abteilungsmitgliedern schöne Weihnachten, einen guten Rutsch und bleibt gesund.
Eure Abteilungsleitung Antje und Annette

Damen 1 (Bezirksliga)

Der Winter naht - und wir freuen uns nach einer zuletzt langen Phase der Unsicherheit und der Entbehrung, endlich wieder die Aussicht auf eine relativ sichere Spielsaison zu haben. Auch wenn wir im letzten Winter und Frühjahr lange Zeit nicht miteinander trainieren konnten, haben wir im Spiel schnell wieder zusammengefunden. Außerdem freuen wir uns, tatkräftige Verstärkung im Team begrüßen zu dürfen: Yannick Schaelow, selbst ebenfalls aktiv bei den Herren 1, unterstützt unseren Coach Chris bei der Trainingsgestaltung und am Spieltag. Außerdem freuen wir uns, dass mit Yasmin, Milena und Lea gleich drei neue Spielerinnen unser Team verstärken und sich schon super bei uns eingefunden haben. Wie bereits im letzten Jahr konnten wir unseren Saisonauftakt mit einem gelungenen Auftritt beim Bezirkspokal am 10.10. beginnen und ziehen in die nächste Runde ein. Nach den ersten 3 Spieltagen in unserer sehr kleinen Bezirksliga 3 haben wir die ersten wichtigen Tabellenpunkte auf dem Konto. In allen drei Spielen haben wir uns jeweils über 5 Sätze mit Nervenstärke, starkem Teamgeist und Kampfeswillen die ersten 4 Tabellenpunkte erkämpft. Ein Dank geht raus an unsere Ehrenfans! Auch wenn spielerisch sicherlich noch Luft nach oben besteht in der jungen Saison, haben wir diese ersten Punkte mit großem Anteil einem ganz besonderen Faktor zu verdanken, der unseren Mannschaftscharakter ausmacht und der nach bzw. in diesen Zeiten ganz besonders spürbar ist: viele gemeinsame Jahre, Freundschaft auf und neben dem Feld und das wunderbare Gefühl, dass man sich auch nach Monaten der Zurückgezogenheit in derselben Vertrautheit wiederbegegnet wie zuvor. Es macht einfach Spaß wieder mit euch trainieren und spielen zu können!
Mannschafts-Meme des Monats: C. zur M.: „Ihr seht heute richtig hübsch aus!" Erkenntnis des Monats: Sänger wird bei uns keiner mehr ... Hugo-Queen des Monats: Lisa"

Katharina W.

[NATURTRÜB!
ALKOHOLFREI!
BLEIFREI]

GENIESSEN SIE BLEIFREI NATURTRÜB
JETZT AUCH ALS BLEIFREI RADLER
ODER ALS BLEIFREI GRAPE!

[BLEIFREI*]

WANDERN

Wilfried Hartmann 0721 887928

Jahresbericht und Planung für das Jahr 2022

Trotz Corona haben wir im Jahre 2021 Wanderungen mit anschließender Bewirtung durchführen können.
Es waren aber nicht wie üblich 12 Wanderungen, sondern nur 7 Wanderungen.

13. Juni 2021	Rundtour Unterstmatt – Hochkopf – Unterstmatt Wanderführerin: Alice Alldinger
03. Juli 2021	von Büchelberg durch den Bienwald nach Wörth Wanderführer: Wilfried Hartmann
01. August 2021	Forbach Ziegenpfad Wanderführerin: Karin Gremmelmaier
05. September 2021	Vom Karlsruher Schloss durch den Hardtwald nach Stutensee Wanderführer: Wilfried Hartmann
03. Oktober 2021	Baden-Baden Panoramaweg Wanderführerin: Isolde Rüsterholz
07. November 2021	Moosalbtal – von Fischweier nach Moosbronn Wanderführerin: Gerlinde Mößner
05. Dezember 2021	Nikolauswanderung Wanderführer: Wilfried Hartmann

Für das Jahr 2022 sind folgende Wanderungen geplant:

Datum	Wanderführer	Wandergebiet
09. Januar 2022	Alice Alldinger	Leopoldshafen - Hochstetten
06. Februar 2022	Karin Gremmelmaier	Grötzingen und Umgebung
06. März 2022	Wilfried Hartmann	Durchs Monbachtal
03. April 2022	Isolde Rüsterholz	Elisabethenwörth
01. Mai 2022	Gerlinde Mößner	Kutschenweg / Scheesenweg
12. Juni 2022	Karin Gremmelmaier	Philosophenweg Heidelberg
03. Juli 2022	Wilfried Hartmann	Von Mühle zu Mühle ins Achertal
07. August 2022	Alice Alldinger	Gertelsbach Wasserfälle
04. September 2022	Wilfried Hartmann	Vom Dobel nach Bad Wildbad
02. Oktober 2022	Hans Hild	Varnhald
06. November 2022	Isolde Rüsterholz	Malschbachtal
04. Dezember 2022	Wilfried Hartmann	Nikolauswanderung

Die Wanderungen mit genauer Beschreibung von Treffpunkt, Uhrzeit, Wanderziel usw. werden 14 Tage vor dem jeweiligen Termin auf der Internetseite und als Flyer bekanntgegeben.

Änderungen vorbehalten!

Abteilungs-Sportangebote 2022

Für die Richtigkeit der Angaben kann keine Gewähr übernommen werden.
Bei Unklarheiten bitte Abteilungsleiter anrufen.

AIKIDO

Training Fortgeschrittene	Di 19:45 – 21:30	Dojo
Anfänger	Fr 19:00 – 20:00	Dojo, zeitweise
Training Fortgeschrittene	Fr 19:45 – 21:30	Dojo
Fortg. + Prüfungsvorbereitung	Sa 15:00 – 17:00	Dojo, zeitweise

BADMINTON

Jugend U7-U11	Mi+Fr 17:30 – 19:00	Rennbuckelhalle
U13-U19 (Freizeit)	Mi 17:30 – 19:00	Rennbuckelhalle
	Fr 19:00 – 20:30	Rennbuckelhalle
U13-U19 (Kader)	Mi+Fr 19:00 – 20:30	Rennbuckelhalle
Mannschaft u. Hobbymannsch.	Mo 19:00 – 20:30	Dragonerhalle
	Mi 19:00 – 22.00	Rennbuckelhalle
Hobbyspieler	Di 19:00 – 22.00	Heinrich-Hübsch-S.

BALLSCHULE HEIDELBERG

Mini	Gruppe 1 (4-5 J.)	Mo 14:00 – 14:45	Halle 1
	Gruppe 2 (4-5 J.)	Di 14:30 – 15:15	Halle 1
	Gruppe 3 (4-5 J.)	Mo 14:50 – 15:35	Halle 1
Midi	Gruppe 1 (6-7 J.)	Mi 14:15 – 15:15	PSD Bank-Halle
	Gruppe 2 (6-7 J.)	Fr 15:00 – 16:00	Südendschule
Maxi	Gruppe 1 (8-9 J.)	Mi 15:45 – 17:00	PSD Bank-Halle
	Gruppe 2 (8-9 J.)	Do 16:00 – 17:15	Südendschule

BASKETBALL

U10/U12 I + II	Mi 17:00 – 18:30	Lina Radke Halle
	Fr 15:30 – 17:00	Lina Radke Halle
U14 I JOL	Di 17:30 – 19:00	Lina Radke Halle
	Do 17:00 – 18:30	Lina Radke Halle
	Sa 09:30 – 11:00	PSD Bank-Halle
U14 II	Mi 17:00 – 18:30	Lina Radke Halle
	Fr 15:30 – 17:00	Lina Radke Halle
	Sa 09:30 – 11:00	PSD Bank-Halle
U14 w	Mi 17:00 – 18:30	Albschule
	Fr 18.30 – 20:00	Halle 1
U16 w	Di 19:00 – 20:30	Friedrich-List-Schule
	Fr 19.00 – 20:30	Friedrich-List-Schule
U16 I JOL	Di 17:30 – 19:00	Lina Radke Halle
	Do 17:00 – 18:30	Lina Radke Halle
	Fr 19:00 – 20:30	Lina Radke Halle
U16 II	Mi 17:00 – 18:30	Albschule
	Fr 17:30 – 19:00	Friedrich-List-Schule
U18 JOL	Di 19:00 – 20:30	Lina Radke Halle
	Do 18:30 – 20:00	Lina Radke Halle
	Fr 18:30 – 20:00	Lina Radke Halle
Herren 2	Mo 18:30 – 20:00	Lina Radke Halle
	Mi 18:30 – 20:00	Lina Radke Halle
	Fr 18:30 – 20:00	Lina Radke Halle
Herren 3 / 4	Di 19:00 – 20:30	Friedrich-List-Schule
	Fr 19:00 – 20:30	Friedrich-List-Schule
Damen	Di 19:30 – 20:30	Friedrich-List-Schule
	Fr 19.00 – 20:30	Friedrich-List-Schule
Freizeit	Mi 20:15 – 22:00	Halle 1
	Fr 18:30 – 20:00	Halle 1
	Fr 20:00 – 22:00	Halle 2

BREITENSPORT

Eltern-Kind-Turnen 1-3 J.	Mo 15:20 – 16:50	Riedschule
	Di 17:00 – 18:00	Albschule
	Do 10:00 – 11:00	PSD Bank-Halle
	Do 11:00 – 12:00	PSD Bank-Halle
	Fr 09:00 – 10:00	Halle 1
	Fr 10:00 – 11:00	Halle 1
	Fr 16:00 – 17:00	Albschule
Kinderturnen 3-6 J.	Di 15:45 – 17:00	Weiherwaldschule
	Mi 14:00 – 15:00	Albschule
	Do 15:45 – 17:00	Weiherwaldschule
	Do 17:00 – 18:00	Weiherwaldschule
Videoclip-Dancing 3-5 J.	Di 14:00 – 15:00	Gymnastikraum II
Geräteturnen 3-5 J.	Di 15:00 – 15:45	PSD Bank-Halle
Ballett 3-5 J.	Do 14.30 – 15:30	Gymnastikraum II
Freier Ballsport 4-6 J.	Mi 13:30 – 14:30	Gymnastikraum II
Kindertanz 4-6 J.	Di 17:45 – 18:45	Gymnastikraum II
Ballett-Grundkurs 4-6 J.	Mi 14:30 – 15:30	Gymnastikraum II
Geräteturnen 5-7 J.	Di 15:45 – 16:45	PSD Bank-Halle
Capoeira 5-9 J.	Mi 17:15 – 18:15	Gym. III / Südstadt
Ballett 5-7 J.	Do 15.30 – 16:30	Gymnastikraum II
Gerätetur. w. 6 bis 9 J.	Fr 15:00 – 16:00	Weiherwaldschule
Videoclip-Dancing 6-9 J.	Mi 15:30 – 16:30	Gymnastikraum II
Geräteturnen 7-9 J.	Di 16:45 – 17:45	PSD Bank-Halle
Ballett 7-9 J.	Do 16:30 – 17:30	Gymnastikraum II
Tanzen 10-13 J. (Anfänger)	Do 17:30 – 18:30	Gymnastikraum II
Videoclip-Dancing 9-11 J.	Mi 16:30 – 17:30	Gymnastikraum II
Capoeira 10-14 J.	Mi 17:15 – 18:15	Gym. III / Südstadt
Gerätetur. w. ab 10 J.	Fr 16:00 – 17:00	Weiherwaldschule
Capoeira Erwachsene	Mi 18:15 – 19:15	Gym. III / Südstadt
Fit für Sie + Ihn	Mi 19:30 – 20:30	Gymnastikraum II
Funktionelle Gym. weibl.	Di 14:30 – 15:25	PSD Bank-Halle
	Di 19:00 – 20:00	Gymnastikraum II
	Mi 08:45 – 09:45	PSD Bank-Halle
Männersport ab 30 J.	Di 20:30 – 22:00	Uhlandschule
50 Plus	Mo+Mi 10:00 – 11:00	PSD Bank-Halle
Ringtennis	Do 18:00 – 19:15	PSD Bank-Halle
oder bei gutem Wetter	Do 17:00 – 19:15	Freiplatz
Quidditch	Di 18:15 – 19:30	BFV-Platz
	Do 18:15 – 19:30	BFV-Platz
	So 15:00 – 17:00	BFV-Platz

FLOORBALL

Jugend	Mo 17:30 – 19:00	GS am Wasserturm
Jugend	Do 17:30 – 19:00	GS am Wasserturm
Erwachsene	Do 20:30 – 22:00	GS am Wasserturm

Abteilungs-Sportangebote 2022

Für die Richtigkeit der Angaben kann keine Gewähr übernommen werden.
Bei Unklarheiten bitte Abteilungsleiter anrufen.

FOTO

Di 19.30 Uhr monatlich „Zur Südstadt", Ettlinger Allee 3

FUSSBALL

Bambini	Jhg. 14+jünger	Do	16:00 – 18:00	Käfig
F-2 Junioren	Jhg. 12	Mo+Mi	17:00– 18:30	Dammerstock
F-1 Junioren	Jhg. 11	Mo+Fr	17:00– 18:30	Dammerstock
E-2 Junioren	Jhg. 10	Di+Fr	17:00– 18:30	Südstadt
E-1 Junioren	Jhg. 09	Di+Do	17:00– 18:30	Südstadt
D-3 Junioren	Jhg. 08	Di+Do	17:00– 18:30	Südstadt
D-2 Junioren	Jhg. 08	Di+Do	17:00– 18:30	Dammerstock
D-1 Junioren	Jhg. 07	Di+Do	17:00– 18:30	Dammerstock
C-2 Junioren	Jhg. 06	Mo+Mi	17:00– 18:30	Dammerstock
C-1 Junioren	Jhg. 05	Di+Do	17:00– 18:30	Südstadt
B-Junioren	Jhg. 03/04	Di/Do	18:45 – 20:15	Dammerstock
		Fr	18:45 – 20:15	Dammerstock
A-Junioren	Jhg. 01/02	Mo+Mi	18:30– 20:00	Dammerstock
D-Juniorinnen	Jhg. 07/08	Mo+Fr	17:00– 18:30	Südstadt
C-Juniorinnen	Jhg. 05/06	Mo+Fr	17:00– 18:30	Südstadt
B-Juniorinnen	Jhg. 03/04	Mi	17:30– 19:00	Südstadt
		Fr	17:00– 18:30	Südstadt
Herren 1, 2		Di + Do	19:00– 20:30	Südstadt
Alte Herren		Mi	19:15– 21:00	Käfig
Frauen 1, 2		Mi	19:00– 20:30	Südstadt
		Fr	18:30– 20:30	Südstadt

HANDBALL

Minis	4-6 Jahre	Mi	15:00– 16:30	Albschule
E-Jugend (Besch.)	Jhg. 11/12	Fr	17:30– 19:00	Rheinstrandhalle
E-Jugend w	Jhg. 09/10	Fr	17:30– 19:00	Rheinstrandhalle
E-Jugend	Jhg. 09/10	Do	17:30– 19:00	Eichelgartenhalle
D-Jugend 1+2	Jhg. 07/08	Di	17:30– 19:00	Friedrich-List-Schule
		Fr	16:00– 17:30	Rheinstrandhalle
C-Jugend	Jhg. 05/06	Do	18:30– 20:00	Eichelgartenhalle
		Fr	16:00– 17:00	Eichelgartenhalle
B-Jugend 1+2	Jhg. 03/04	Di	19:00– 20:30	Eichelgartenhalle
		Fr	17:00– 18:30	Eichelgartenhalle
A-Jugend	Jhg. 01/02	Di	20:00– 21:30	Eichelgartenhalle
		Fr	18:30– 20:00	Eichelgartenhalle
Herren 1		Mi	19:30– 21:30	Eichelgartenhalle
		Fr	18:30– 20:00	Eichelgartenhalle
Herren 2		Mi	19:30– 21:30	Eichelgartenhalle
		Fr	18:30– 20:00	Eichelgartenhalle
„Alte Damen"		Mi	19:00– 20:30	Uhlandschule

INTEGRATIVSPORT

Geräteturnen 1a	Sa	10:00– 10:45	Halle 1
Geräteturnen 1b	Sa	10:45– 11:30	Halle 1
Fußballgruppe	Sa	11:30– 13:00	Halle 1
Geräteturnen 1c	Sa	12:00– 12:45	PSD Bank-Halle

JUDO

Bambini 4-6 J. Anfänger	Fr	17:30– 18:15	Dojo
Schüler 6-8 J.	Di	17:30– 18:30	Dojo
Schüler 8-11 J.	Mo	17:00– 18:15	Dojo
	Mi	16:30– 17:30	Dojo
	Fr	16:15– 17:30	Dojo
Schüler 6-10 J. Anfänger	Do	17:00– 18:15	Dojo
Fördergruppe	Fr	17:30– 19:30	Dojo
Jugend 9-14 J.	Mo+Do	18:15– 19.30	Dojo
	Mi	17:30– 19:00	Dojo
	Fr	16:15– 17:30	Dojo
Jugend 10-14 J. Anfänger	Do	18:15– 19:30	Dojo
Jugend/Erwachs. ab 15 J.	Mo	19:30– 21:00	Dojo
	Di	18:30– 19:45	Dojo
	Mi	19:00– 20:30	Dojo
	Do	19:30– 21:00	Dojo
Jug./Erwachs.+Anfänger	Di	18:15– 19:45	Dojo
Erwachsende ab 15 Jahre	Mi	20:30– 22:00	Dojo
	Sa	10:00– 13:00	Dojo
	So	14:00– 17:00	Dojo

LEICHTATHLETIK

Breitens. w+m 4-6 J.	Mo	16:45– 17.45	Halle 1/Platz
Breitens. w+m 6-9 J.	Di	16:45– 17.45	Halle 1/Platz
	Do	14:45– 15.45	PSD Bank-Halle/Pl.
Leistung. w+m 9-15 J.	Di	17:45– 19.45	Halle 1/Platz
Leistung. w+m 9-15 J.	Do	17:30– 19.00	Carl-Kaufmann-Std.
Senioren	Mo	17:45– 20:15	Halle 1/Platz

KINDERSPORTSCHULE

Stufe 1	Gruppe 1 (4 J.)	Mo+Mi	14:45– 15:45	Dojo / Halle 1
Stufe 2	Gruppe 1 (5-6 J.)	Mo+Mi	15:45– 16:45	Dojo / Halle 1
	Gruppe 2	Di+Do	14:45– 15:45	Dojo / Halle 1
Stufe 3	Gruppe (7-8 J.)	Di+Do	15:45– 16:45	Dojo / Halle 1
	Gruppe 2	Mo	15:45– 16:45	Halle 1
		Do	16:00– 17:00	Dojo
Stufe 4	Gruppe 1 (9-11 J.)	Fr	15:30– 16:45	Halle 1

REHASPORT

Diabetes	Di	16:00– 17:00	Gymnastikraum II
Koronarsport	Mo	19:00– 20:00	Gutenbergschule
	Mi	17:30– 18:30	PSD Bank-Halle
	Mi	18:45– 19:45	PSD Bank-Halle
Präventivsport	Mo	18:00– 19:00	Gutenbergschule

ROLLSTUHLSPORT

Hot Wheelers	Mo	20:30– 22:00	Emil-Arheit-Halle
	Mi	19:00– 20:30	Emil-Arheit-Halle
	Do	21:00– 22:20	Emil-Arheit-Halle

Abteilungs-Sportangebote 2022

Für die Richtigkeit der Angaben kann keine Gewähr übernommen werden.
Bei Unklarheiten bitte Abteilungsleiter anrufen.

SCHACH

Senioren	Mi 15:00 – 19:00	Mehrzweckraum
Jugend & Anfänger	Fr 16:00 – 18:00	Mehrzweckraum
Erwachsene	Fr 20:00 – 24:00	Mehrzweckraum

SELBSTVERTEIDIGUNG

Pekiti Tirsia Kali ab 16 J.	Di 19:30 – 21:30	Leopoldschule
Pekiti Tirsia Kali ab 16 J.	Do 19:30 – 21:30	Gutenbergschule
Grappling ab 16 J.	So 11:00 – 13:00	Dojo

SENIORENSPORT

Tanzen im Sitzen	Mo 14:30 – 15:30	PSD Bank-Halle
Tanz	Mo 15:30 – 17.00	PSD Bank-Halle
Tischtennis	Di 08:00 – 11:00	PSD Bank-Halle
	Fr 12:00 – 15:00	PSD Bank-Halle
Herrengymnastik	Mo 11:00 – 12:00	PSD Bank-Halle
Damengymnastik	Di 11:00 – 12:00	PSD Bank-Halle
	Do 09:00 – 10:00	PSD Bank-Halle
Wassergymnastik	Mi 09:15 – 09:45	Oberwaldbad
	Mi 13:00 – 13.45	Oberwaldbad
	Fr 18:00 – 19.00	Oberwaldbad
Kegeln gerade Woche	Mi 14:00 – 17:00	Kegelbahn „Südst."

Wander-Termine nach Absprache (1 x monatlich samstags),
Nachmittagsfahrten jeweils am letzten Donnerstag im Monat
(mit öffentl. Verkehrsmitteln)

SPORTABZEICHEN

Abnahme: Mo um 17.00 Uhr Anlage „Am Dammerstock"
Termine 2021 voraussichtlich: 12. Juli, 13. September

TAEKWON–DO

Anfänger ab 10 J.	Mi 18:00 – 19:30	Gutenbergschule
Fortgeschrittene	Mo 19:00 – 20:30	Gutenbergschule
	Mi 19:30 – 21:00	Gutenbergschule

TISCHTENNIS

Schüler+Jugend	Di 18:00 – 19:45	PSD Bank-Halle
Schüler U14	Fr 17:00 – 18:30	PSD Bank-Halle
Jugend Ü13	Fr 18:30 – 20:00	PSD Bank-Halle
Damen+Herren	Mo 19:45 – 22:00	PSD Bank-Halle
	Mi 19:45 – 22:00	PSD Bank-Halle
	Do 19:15 – 22:00	PSD Bank-Halle

TRIATHLON

Schwimmtraining	Di 19:30 – 21.30	Weiherhofbad
	Do 21:00 – 22:00	Europabad
Lauftraining	Mi 18:00 – 19:00	nach Absprache
Athletik	Mi 19:00 – 20:00	nach Absprache
Jugend - Schwimmtraining	Di 19:30 – 21.30	Weiherhofbad
Jugend - Lauf/-Radtraining	Sa 10:00 – 11:30	nach Absprache

VOLLEYBALL

Jugend w+m ab 9 J.	Mo 17:00 – 18:45	PSD Bank-Halle
Jugend m ab 10 J.	Di 19:00 – 20:30	Uhlandschule
Jugend w+m ab 11 J.	Do 16:45 – 18:00	Halle 1
Jugend w+m ab 12 J.	Mi 17:00 – 18:15	Halle 1
Jugend w ab 14 J.	Mi 19:30 – 20:30	Weiherwaldschule
Jugend m ab 14 J. (Anfänger)	Do 17:30 – 19:00	Draisschule
Jugend m ab 14 J.	Do 19:00 – 20:30	Draisschule
Mix-Mannschaft	Mo 20:00 – 22:00	Halle 1
	Do 20:30 – 22.00	Albschule
Damen 1	Mo 18:30 – 20:00	Eichelgartenhalle
	Mi 18:30 – 20:15	Halle 1
Damen 2	Mi 20:30 – 22:00	Weiherwaldschule
	Fr 20:00 – 22:00	Max-Planck-Gym.
Damen 3	Mi 20:30 – 22:00	Weiherwaldschule
Herren 1	Di 19:45 – 22:00	Halle 1
	Do 20:00 – 22:00	Halle 1
Herren 2	Mo 20:30 – 22:00	Uhlandschule
	Do 20:30 – 22:00	Draisschule
Herren 3	Mo 19:00 – 20:30	Uhlandschule
	Do 19:00 – 20:30	Draisschule
Herren 4	Do 17:30 – 19:00	Draisschule
Mix Freizeit	Di 19:00 – 20:30	Südendschule
	Di 20:30 – 22:00	Südendschule
	Mi 19:00 – 20:30	Friedr.-Ebert-Schule
	Mi 19:30 – 21:00	Goethegymnasium
	Mi 19:30 – 22:00	Draisschule
	Mi 20:00 – 22:00	Heinrich-Hübsch-S.
	Mi 20:30 – 22:00	Friedr.-Ebert-Schule
	Mi 21:00 – 22:00	Goethegymnasium
	Do 18:00 – 20:00	Halle 1

RESTAURANT Alte Post

Weinbar • Griechische & Deutsche Küche

Wir sind für Sie da!

Speisen und Getränke auch zum Mitnehmen

Öffnungszeiten
von 11:00 bis 22:30 Uhr
(kein Ruhetag)

https://online-psk.de/gaststaette-alte-post
https://www.instagram.com/_alte_post

Ettlinger Allee 9
76199 Karlsruhe
Tel. 0721 98 96 19 95

In die Zukunft fahren?

KAnn ich.

Mit Förderungen für Elektroautos, vielen Ladestationen in Karlsruhe und passenden Ladelösungen für Ihr Zuhause.

Saubere Luft und ein leises Surren auf den Straßen: Die Zukunft ist elektrisch. Wir finden das gut und fördern Elektromobilität mit 500 Euro beim Kauf eines Elektroautos und 400 Euro für eine Heimladestation. Gleichzeitig sorgen wir dafür, dass es immer mehr Ladestationen in Karlsruhe gibt. Das machen wir gerne – für das Klima, für Karlsruhe und für Sie.

www.stadtwerke-karlsruhe.de

Stadtwerke Karlsruhe

Besser versorgt, weiter gedacht.