



Termin	e Oktob	er	
07.10.	10.15	Workshop Heilsames Singen	Multi 1
07.10.	13.00	Workshop Yoga	Multi 2
07.10.	14.00	Liga Volleyball Männer	Sporthalle
14.10.	10.00	Workshop Taiji	Multi 2+3
14.10.	14.00	Senioren-Spielenachmittag	CGZ
28.10.	14.00	Senioren-Spielenachmittag	CGZ
Termin	e Noven	nber	
04.11.	10.15	Workshop Heilsames Singen	Multi 1
11.11.	12.00	Workshop Yoga	Multi 2
11.11.	14.00	Liga Volleyball Männer	Sporthalle
11.11.	14.00	Senioren-Spielenachmittag	CGZ
18.11.	10.00	Hauptausschuss-Sitzung	Multi 1
18.11.	14.00	Liga Volleyball Frauen	Sporthalle
19.11.	09.00	Vereinswettkampf Turnen	Sporthalle
24.11.	19.30	Hauptversammlung	Multi 1-3
25.11.	10.30	Workshop Yoga	Multi 2
25.11.	14.00	Senioren-Spielenachmittag	

#### www.tsvgutsmuths-berlin.de/termine/

Impressum

Offizielles Organ des TSV GutsMuths 1861 e.V. Der Bezugspreis der Zeitschrift ist im Mitgliedsbeitrag enthalten.

Herausgeber

TSV GutsMuths 1861 e.V.

Wullenweberstraße 15, 10555 Berlin Tel.: 393 24 40, Fax: 392 78 67 E-mail: info@tsvgutsmuths-berlin.de

www.tsvgutsmuths-berlin.de

Öffnungszeiten der GutsMuths-Geschäftsstelle

Montag, Dienstag 8.30-12.00 + 14.00-18.00 Uhr Mittwoch 8.30-12.00 + 14.00-17.30 Uhr Donnerstag 8.30-12.00 + 14.00-17.00 Uhr

Freitag 8.30-12.00 Uhr

Bankverbindung:

Konto-Nr 151 50 104 • BLZ 100 100 10 • Postbank Berlin IBAN DE38 1001 0010 0015 1501 04 • BIC PBNKDEFF

Die mit Namen gekennzeichneten Artikel drücken nicht immer die Meinung des TSV GutsMuths oder der Redaktion aus.

Für unaufgeforderte Texte übernimmt die Redaktion keine Haftung, ebenso können Artikel formal bearbeitet werden. Nachdruck aller Beiträge mit Quellenangabe erwünscht. Belegexemplare erbeten.

Verantwortlich für den Inhalt: Mathias Gasper

Layout::Mathias Gasper

Redaktionsschluss für die Vereinsnachrichten November/Dezember 2023 ist der 12.10.2023! vn@tsvgutsmuths-berlin.de



#### **Einladung zur Hauptversammlung**

am Freitag, dem 24. November 2023, um 19.30 Uhr im Turn- und Freizeitzentrum Wullenweberwiese, Wullenweberstr. 15, 10555 Berlin

#### Tagesordnungspunkte:

- 01. Begrüßung und Eröffnung der Hauptversammlung
- 02. Feststellung der stimmberechtigten Anwesenden
- 03. Genehmigung des Protokolls der Hauptversammlung von 2022
- 04. Ehrungen
- 05. Bericht des Vorstandes
- 06. Bericht der Kassenprüfer und Beschlussfassung über den Jahresabschluss 2022
- 07. Entlastung des Vorstandes
- 08. Anträge
- 09. Genehmigung des Haushaltsplans 2024
- 10. Neuwahlen Vorstand und Ausschüsse
- 11. Verschiedenes

Das Protokoll der Hauptversammlung 2022 liegt bei den Abteilungsleitern und in der Geschäftsstelle zur Einsicht aus.

Der Jahresabschluss 2022, der Haushaltsplan 2024 und die sonstigen Beratungsunterlagen (z. B. Anträge) sind im Nachrichtenblatt Oktober 2023 veröffentlicht.

Anträge sind bis zum 06.10.2023 schriftlich an die Geschäftsstelle zu richten.

Stimmberechtigt sind die erwachsenen Mitglieder gem. § 3 (2) a) der Vereinssatzung und die Ehrenmitglieder. Jugendliche können als Gäste teilnehmen.

Der Übungsbetrieb der Sportgruppen für Erwachsene fällt an diesem Abend aus.

Um eine rege Beteiligung bittet namens des Vorstandes

Alexander Fuchs Vorsitzender



### Lauftreffwochenende vom 5.5.- 7.5. in Rerik

Manche verbinden mit Rerik vielleicht das Buch von Alfred Andersch "Sansibar oder der letzte Grund", manche die verbotene Halbinsel Wustrow und wir, der Frauenlauftreff?

Wir verbinden mit Rerik einen anstrengenden, aber landschaftlich sehr schönen und erfolgreichen Ostseeküstenlauf.

Die letzten Jahre konnten wir unser traditionelles Lauftreffwochenende nicht in der Form abhalten wie gewohnt, doch dieses Jahr war es wieder soweit.

18 Frauen machten sich am Freitag dem 5.5. mit Zug und Bus auf den Weg. Ohne Verspätung (!!) kamen wir in Rerik an und nachdem wir unsere Sachen im Hotel untergestellt hatten, ging es auch gleich zum Strand. Eine steife Brise wehte und wir hofften nur, dass der Wind sich bis Sonntag legen würde. Nach einem kurzen Strandspaziergang hatten wir auch schon die erste Verabredung in der Kirche von Rerik. Der Leiter des Heimatvereins erzählte uns sehr humorvoll und unterhaltsam etwas zu der Geschichte und der Ausstattung dieses barocken Kleinods. Am Tag darauf folgte die zweite Führung. Dieses Mal über die verbotene Halbinsel Wustrow. Auch hier hatten wir einen Guide der sehr gut die spannende Geschichte dieses Ortes herüberbrachte.

Doch was ist denn nun mit dem Lauf? Tja, der startete erst am Sonntagvormittag und so hatten wir wirklich viel Zeit, um den Ort unsicher zu machen und vor allem die Abende mit Geburtstagsfeiern und vielen Gesprächen so richtig zu genießen. Nichts

kam zu kurz, höchstens der Schlaf, aber den kann man zu Hause nachholen.

Nun aber endlich zu dem sportlichen Teil. War es Freitag und Samstag lausig kalt und windig (einige kauften sich noch warme Tücher), schien Sonntag die Sonne und es war windstill. Welch eine Freude! Bei einer Einwohnerzahl von 2.400 hat der Sportverein, der den Ostseeküstenlauf ausschreibt, 200 Mitglieder. Eine erstaunlich hohe Mitgliedschaft und wir waren von guten Organisation Freundlichkeit sehr angetan. Man fühlte sich gesehen (was nicht schwer war, denn wir waren die größte Gruppe) und bei Fragen zur Organisation ernst genommen. Drei von uns konnten aus gesundheitlichen Gründen leider nicht mitlaufen, aber so hatten wir einen kleinen Fanclub im Ziel. Der erste Wettkampf begann mit einem 5 km Lauf und dann folgten die 10 km Laufen und Walken. Die ersten Kilometer waren nicht unanstrengend. Es ging auf einem schmalen Sandweg an der Steilküste entlang und der Blick war mehr nach unten gerichtet um nicht über Wurzeln oder Steine zu stolpern. Nach 5 km machten wir die Biege wieder zurück nach Rerik und nun konnten wir den **Fahrradweg** Vorhei benutzen. wunderschön blühenden Rapsfeldern und einem weiten Blick ging es den hügeligen Weg zurück. Gerade das Letzte ist für uns Flachlandläuferinnen eine Herausforderung, aber alle kamen wir glücklich im Ziel an und wurden dort von unseren Fans freudig empfangen und bejubelt. Euch vielen Dank!



Hier unsere Ergebnisse:

5	km	Lauf

Conny 0:36

#### 10 km Walken

IO KIII WUIKCII	
Kristin	1:23
Martina	1:27
Ursula	1:29
Nicola	1:29
Sylvia	1:33
Barbara	1:35

#### 10 km Laufen

io km Lauren	
Inge	1:01
Sabine	1:03
Renate	1:03
Ines	1:08
Carmen	1:10
Susanne	1:11
Regina	1:13

Viel Zeit blieb dann nicht mehr, da der Bus nach Rostock bald genommen werden musste. Aber eine Überraschung kam noch zu guter Letzt, als wir uns alle schon mit Koffer oder Rucksack auf den Weg machen wollten. Kristin wurde aufgerufen und durfte auf das Treppchen. Sie war die zweite der Frauen im Walken geworden und so stand sie dort mit Rucksack und Tasche und freute sich über ihren Erfolg. Die Rückfahrt verlief reibungslos? Naja, fast. Eine von uns Frauen musste aus dem Gurt geschnitten werden, da er sich nicht öffnen ließ. Fazit: Wenn man sich im Bus anschnallt immer eine Nagelschere dabei

Es waren drei tolle Tage und vielen Dank an die Frauen, die alles organisiert haben.

**Renate Puschmann** 



haben.



#### "Singen macht Spaß, Singen tut gut, Singen macht munter und Singen macht Mut…"

(aus: Bossinger; Das Buch der heilsamen Lieder 1)

"Singworkshop"- so betitelte ich mein Angebot, als ich mich 2019 (Simone, ich als frisch vom Verein "Singende Krankenhäuser e.V." ausgebildete und zertifizierte Singleiterin für Krankenhäuser und Gesundheitseinrichtungen an "GutsMuths e.V" wandte. Dass sich dahinter sehr viel mehr verbirgt als gemeinsames Singen, traue ich mich mittlerweile zu sagen.

Damals dachte ich, wenn ich mit dem Begriff "Heilsames Singen" daherkomme, könnte es zu wenige ansprechen, weil es vielleicht zu therapeutisch klingt. Und Singen an sich ist für viele ohnehin schon ein sensibles Thema. "Singen? Nein danke. Ich kann nicht singen". Wie oft ich das höre, seit ich mit meinem Singangebot unterwegs bin. Es macht mich betroffen, zu erleben, wie vielen Menschen man in der Kindheit, wohl meist von Musiklehrern, ihre Stimme für immer abgewürgt hat.

Mittlerweile bin ich davon überzeugt, dass "heilsam" auch Positives auslösen kann. Das Leben ist schön, aber wir alle haben etwas, an dem wir manchmal schwer tragen. Vor allem, seit Corona uns zusätzlich körperlich und vor allem psychisch ordentlich zugesetzt hat und wir nach und nach erleben, dass es Zeit braucht, um uns davon zu erholen.

Singen in der Gemeinschaft, und insbesondere diese Form des Singens, kann wunderbar dazu beitragen.

Bevor ich genauer erkläre, was Heilsames Singen ist, ein paar Worte zu mir und meinem Hintergrund.

Ich bin 58 Jahre alt, Diplom-Psychologin seit vielen lahren Psychotherapeutin in eigener Praxis tätig gewesen. Gewesen, weil ich vor kurzem meine Krankenkassenzulassung zurückgegeben habe und neue berufliche Wege gehen möchte. Ich singe seit meiner Kindheit in Chören, das Singen hat mir in schwierigen Zeiten stets Kraft gegeben, und das tut es noch immer. Und so entstand in mir 2016 in einer privaten Umbruchsphase der Gedanke, ob ich das Psychotherapeutische mit dem Singen verbinden könnte. Und wie das manchmal so ist in Umbruchsphasen, wenn sich das Leben auf den Kopf stellt und man vor der Frage steht, ob man selbigen im Sand stecken lässt oder nach der Krone tastet und ihn herauszieht, um sie sich wieder aufzusetzen: Das Schicksal schickte mir dank Google den wunderbaren Verein "Singende Krankenhäuser", bei dem ich eine Weiterbildung absolvierte und lernte, wie ich mit dem von ihm einzigartigen zusammengetragenen Repertoire speziellem Liedgut im Gesundheitsbereich mit Gruppen, aber auch am Krankenbett, tätig werden kann. Ohne, dass professionell musikalisch ausgebildet bin, und bis dahin ohne, dass ich Instrument spielen konnte. Aber Leidenschaft hatte mich fest im Griff, ich kaufte mir eine Ukulele und begann mit 50+, die wichtigsten Akkorde, die ich für die Lieder brauchte, darauf spielen zu üben. Als ich meinte, ich könne mich



langsam damit in die Öffentlichkeit wagen, entschied ich mich, mal bei mir um die Ecke bei Gutsmuths anzufragen, ob man nicht auch sowas Gesundes wie Singen ins Angebot aufnehmen wolle.

Simone und Anika waren offen dafür, und so startete ich hier mit meiner Singleiter-"Karriere".

Corona hat dann natürlich nach einiger Zeit alles erst mal wieder zum Erliegen gebracht, aber irgendwann begannen wir, draußen zu singen, dann mit Testnachweisen und Sicherheitsabständen usw.

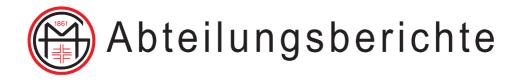
Es gibt ein festes Grüppchen von Frauen, die seit Beginn dabei sind und für die dieser Termin ein Mal im Monat samstags von 10.15 Uhr bis 11.45 Uhr fester Bestandteil ihres Lebens geworden ist, was mich total glücklich macht. Im Laufe der Zeit sind Neue dazugekommen, so dass wir im Regelfall zwischen 10 und 15 Teilnehmer\*innen sind. Und es dürfen auch gerne noch mehr werden!

Wie läuft das Heilsame Singen ab, und was ist daran heilsam?

Der Leitspruch von "Singende Krankehäuser" ist: "Es gibt keine falschen Töne, nur Variationen". Jeder Ton ist willkommen. Es geht bei dieser Form des Miteinander-Singens nicht um Leistung, anders als im Chor. Chorsingen ist nachweislich gesund, es wird immer wieder durch Studien bestätigt, dass die Kombination von Verbundenheit durch die Gemeinschaft und der ohnehin schon gesundheitsfördernden Wirkung des Singens (also morgens unter der Dusche am besten schon mal alleine anfangen)

diesen besonderen Effekt hat. Singen ist also ein Gesundheitserreger!

Beim Heilsamen Singen kommt noch etwas Entscheidendes dazu. Zum einen die Liederauswahl und die Art und Weise, wie wir sie singen. Leicht zu lernende Lieder zu Themen des Lebens aus verschiedenen Religionen und Kulturen, somit auch auf verschiedenen Sprachen, werden mantramäßig jeweils mehrere Minuten lang immer wieder wiederholt, so dass sich Text und Melodie einprägen. Durch die Wiederholungen können Körper und Geist zur Ruhe kommen. Noten/Textblätter gibt es nicht, weil es nicht um "Richtigmachen" geht. Ihr sollt nämlich während der anderthalb Stunden nur das tun, was für euch gut ist. Ihr dürft mitsingen, müsst aber nicht, ihr dürft summen, lalala singen, zweite Stimmen erfinden, zuhören... Was euch gut tut und was für jede/n in dem Moment das Richtige ist. Diese Form des Singens und deren Liedinhalte können einen Zugang zu Selbstmitgefühl bahnen (wir sind im Regelfall viel zu streng mit uns selbst), ein Gefühl der Verbundenheit, von Lebendigkeit erzeugen und Zuversicht und Lebensfreude geben. Es werden langsame und schnelle Lieder gesungen, dabei vertieft sich die Atmung, Stress und Ängste können sich reduzieren, ihr spürt euch selbst und was euch bewegt. Das führt manchmal dazu, dass sich etwas löst, dass ihr lockerer werdet, euch z.B. traut, euch bei Aufwärm-Übungen ein bisschen wie Kinder zu benehmen, was eindeutig Spaß bereitet. Und manchmal fließen auch Tränen. Alles willkommen! Psychologisch mega-knapp erklärt: Wenn wir fühlen



können, was uns bewegt, ist das gut und der Weg, gesund zu bleiben oder zu werden, denn vieles, was uns unbemerkt/unbewusst anspannt und plagt, versteckt sich u.a. in körperlichen Symptomen, den psychosomatischen Beschwerden.

Habe ich Neugier geweckt? Dafür, mit anderen, durch die Gemeinschaft getragen, singend auf Entdeckungsreise zu sich selbst zu gehen? Sich auszuprobieren und so sein zu dürfen, wie man ist, ohne sich schämen zu müssen (gar nicht so einfach, schon klar, aber eindeutig erwünscht)? Freude zu haben, lebendig zu sein, sich zu entspannen, zu genießen? Vielleicht hilft es euch bei der Entscheidung, zu wissen, dass mir manches davon

auch nicht immer gelingt. Für mich ist es auch immer wieder neu ein Mich-Ausprobieren, dieses Singleiterin-Sein, dieses neue Feld, das ich mir mehr und mehr erobere. Vor einer Gruppe zu sprechen, vorzusingen und dabei auch noch gleichzeitig die richtigen Akkorde zu spielen, mitzukriegen, wenn mir etwas nicht gelingt, ich meinem Anspruch nicht gerecht werde ... Gar nicht so leicht für mich, auch wenn es mir gleichzeitig unglaublich viel Freude macht.

Also, lasst uns doch zusammen an unseren inneren Kritikern arbeiten und beim gemeinsamen Singen die Gesundheit von Körper, Geist und Seele anregen! Ich freue mich auf euch.

Nicole Rubinstein-Gross





### Berliner Meisterschaften im SGW/TGW/TGM

Bei wunderschönem Wetter fanden am 18. Juni 2023 die diesjährigen BM beim SC Siemennsstadt statt. Am Samstag starteten schon die Orientierungsläufer\*innen und suchten den optimalen Weg in der Jungfernheide. Unsere Krümel GuMu 10 Mädchenmannschaft startete das erste Mal und erwischte gleich einen guten Lauf. Der Nachwuchs ist gesichert. Die Männer liefen sehr schnell und sicher und die Minimäuse kamen auch gesund und munter aus dem Wald.

Sonntag ging es dann in der Schwimmhalle, auf dem Sportplatz und in der Turnhalle weiter. 11 Mannschaften aus vier

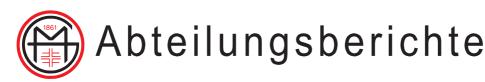
Berliner Vereinen zeigten wieder ihre Kreativität beim Turnen Tanzen und Singen und ihre Kraft und Schnelligkeit beim Schwimmen, Laufen und Werfen. Die große Fan-Schar und die vielen Zuschauer belohnten alles mit viel Applaus.

Beide Pokale gingen diesmal zum TSV GutsMuths. Den TGW Pokal gewannen die Männer GuMu 4/6 (8 Mannschaften) und den SGW Pokal die Krümel GuMu 10 (3 Mannschaften).

Danke wieder an die vielen fleißigen Helfer und Kampfrichter, die den ganzen Tag im Einsatz waren.







#### Taekwon-Do

Seit 2015 fahren wir immer zum Sommer-Camp Trainingslager!

Alle zwei Jahre veranstaltet der ITF-Verband ein Sommercamp, welches im Jahr 2021 in Inzell ausfiel. Dies teilte der LSB-Bayern uns 1 Tag vorher mit.

Nun wurde ein neuer Ort gesucht, die Wahl fiel auf Hachen im Sauerland (NRW). Am Sonntag, den 23.7. fuhren wir für eine Woche nach Hachen. Nach gut 4,5 Stunden Fahrt haben wir den Ort erreicht. Diese Anlage wird vom LSB – NRW geleitet. Es ist eine riesige Anlage mit mehreren Hallen, Schwimmbad, Außenanlagen... usw.

Am Montag ging es mit dem Training los. Zuerst Formen laufen, dabei wurden wir nach Graduierung eingeteilt. Es waren mehrere Bundestrainer vor Ort, so konnte man von jeden die entsprechenden Aus-

führungen für sich aufnehmen.

Früh um 9 Uhr hieß es in der Halle antreten, das Training ging dann bis 12 Uhr, dann Mittagessen, da das Wetter zu wünschen übrigließ (Regen) war Erholung angesagt, ab 19- 21 Uhr Formen laufen. Es folgte im Laufe der Woche Team-Formen, Selbstverteidigung, Kampf,...das gesamte Programm Dadurch gab es für uns die ganze Woche viel Input, einige Abläufe aufschreiben und üben, damit wir es richtig weitergeben. Für uns war es eine gelungene aber auch anstrengende Woche. Natürlich wurde auch wieder ein Abschlussfoto gemacht.

**Gerhard Will** 





#### Taekwon-Do

Am Sonnabend, dem 8. Juli, vor den grossen Ferien war es soweit, wir konnten ohne Einschränkungen wieder eine Gürtelprüfung abhalten. Es waren elf Teilnehmer darunter 5 Kinder die mit 7 Jahren bei uns vor einem Jahr angefangen haben.

Natürlich war die Aufregung für die Kinder und Jugendlichen/Erwachsenen groß, da noch sehr viele Zuschauer (Eltern) dabei waren. Nach gut drei Stunden war die Strapaze vorbei, alle haben erfolgreich ihren nächsten Kup erhalten.

Die Prüflinge bekommen nach der Prüfung das Ergebnis mitgeteilt und den neuen Gürtel ausgehändigt oder es wird ein Farbstreifen angebracht.

Um die nächste Stufe zu machen gibt es eine bestimmte Wartezeit, weiterhin wird auch die Anwesenheit registriert. Wenn derjenige nicht die erforderlichen Trainingseinheiten hat, muss er bis zum übernächsten Termin warten. Somit ist auch ein gewisser Leistungsstand gewährleistet.

Daniela Viezens	7. Kup
Sophia Leuendorf	8. Kup
Malia Limbacher	8. Kup
Daniel Yamazaki	9. Kup
Yasmine Baranek	9. Kup
Angelo Baranek	9. Kup
Emil Martin Merisio	9. Kup
Adam von Papp	9. Kup
Mika Termühlen	9. Kup
Mai Lily Rohr	9. Kup
Hektor Dornsiepen	9. Kup

Wir danken Mathilde Rossnagel für ihren Partner Einsatz

**Gerhard Will** 





#### Kanufahrt der Leichtathleten

Auch dieses Jahr ist unsere Leichtathletikabteilung wieder mit Kanus in See gestochen. 20 Athlet\*Innen verschiedener Altersgruppen waren von Freitag bis Sonntag auf der Seenplatte um Wesenberg unterwegs. Die Highlights in Kürze:

#### Tag 1: Schleusen-Schikanen

Es war noch früh am Morgen, als wir uns auf dem Parkplatz versammelten. 7:30 Uhr hieß es, und gegen 8:20 Uhr waren dann auch schon alle da. Nach etwa 2 Stunden Anreise wurden im Knanuverleih Wesenberg Gepäck und Proviant auf die Boote verteilt. Wir brachen also auf, die Seenplatte zu erobern. Nicht alle waren mit ihrer Ausrüstung gleich zufrieden, doch nach einiger Zeit der Eingewöhnung kamen wir alle gut zurecht - und schließlich auch am Campingplatz, am großen Pälitzsee an. Einige von uns verabredeten sich noch zu einem Satz Volleyball, dann gab es Nudeln mit Sauce oder Öl. Abends hielten wir mit einer ausgiebigen Runde Skip Во den Campingplatz bei Laune.



#### Tag 2: Volleyball und blaue Stunde

Mit Sonnenschein und Wind im Rücken ging es am zweiten Tag die kürzeste Strecke vom Pälitzsee zum Gobenowsee. Nach ausgiebiger Baderunde, gab's Limo und Pommes im Schatten des kleinen Kiosks am See. Ein Ort zum Verweilen und Kräfte sammeln für das abendliche Volleyball-Turnier und das gemein-schaftliche Curry-Kochen. Traumhafter Abschluss des Tages war die Ausfahrt in der blauen Stunde zum Rätzsee durch einen wunderschönen, mäandernden Fließ.



#### Tag 3: Schwanenhavel

Der Rückweg war vielleicht der schönste Teil der Reise: Über den Klenzsee und den Plätlinsee legten alle Paddelnden ein beeindruckenndes Tempo an den Tag, um dann die Schwanenhavel in vollen Schlägen zu genießen. Die Schwanenhavel, teils kaum breiter als ein Kanu, bringt Amazonas-Feeling auf der Seenplatte und so einige Steuerleute und Ihre Crew ins Schwitzen - Legenden sagen, manche irren bis heute auf ihren schmalen Flussarmen.

lustus

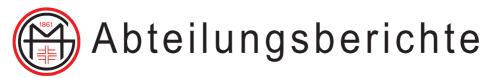




#### **ADVENTSBASAR**

1. Dezember 2023 15:30 - 19.00 Uhr (Aufbau ab 13.30 Uhr)

Tische können wieder über die Geschäftsstelle reserviert werden. Ein Tisch 90x90 cm. Es können maximal drei Tische reserviert werden. Es wir vor Ort um eine Spende gebeten.



### Wuhletalwanderung der Abteilung Freizeitsport für Sie und Ihn

Die Abteilung "Freizeitsport für Sie und Ihn" trifft sich jeden Donnerstagabend von 20 - 22 Uhr zu je einer Stunde Fitnessgymnastik angeleitet von Trainer\*in und gefolgt von einer Stunde abwechselnden Ballspielen wie Tischtennis, Badminton, Basketball, Volleyball, Faustball oder Kubb. Zusätzlich unternehmen wir mehrmals im Jahr Wanderungen an den Wochenenden, um die Natur in und um Berlin zu erkunden und die Möglichkeit zu bieten, sich besser kennenzulernen. Schaut doch gerne mal vorbei - wir freuen uns immer über neue Gesichter.

Am 24. Juni trafen sich 15 wanderbegeisterte Mitglieder\*innen zu unserer inzwischen 3. Abteilungswanderung. Nach einer Tour entlang der Spree und durch den Park des Schloss Charlottenburg im Herbst '22 sowie der Erkundung des Tegeler Fließes im Frühjahr '23 hatten wir diesmal uns den südlichen Teil des Wuhletal-Wanderweges ausgesucht.

Treff- und Ausgangspunkt unserer Wanderung an diesem sonnigen Samstagmorgen war die S + U Haltestelle Wuhletal, doch bevor wir Richtung Wuhlemündung aufbrachen, machten wir noch einen kleinen Abstecher nach Norden zum Kranken-auspark Wuhlgarten. Auf dem Gelände des 100 Jahre alten ehemaligen Wilhelm-Griesinger-Krankhauses gibt es nicht nur historische Gebäude zu bewundern, sondern auch einen kleinen Tierpark mit Hühnern, Kaninchen, Ziegen und Alpakas. Umgeben ist das Ganze von

einem weitläufigen Park, der durchzogen wird von Alleen aus Kirsch-, Apfel- und Magnolienbäumen.

Anschließend ging es weiter zur Biesdorfer Höhe, der dritthöchsten Erhebung im Bezirk, und der Großteil der Gruppe wagte Aufstieg 97-stufigen über den Pflasterweg bis zur Spitze. Oben angekommen konnten des wir statt versprochenen Ausblicks über Berlin allerdings nur viel grüne Natur bewundern, welche den Aussichtspunkt eingenommen hatte und versperrte, aber zumindest hatten wir hier einen schönen Ort für unser erstes Gruppenfoto gefunden. Runter ging es über einen umwaldeten Rundweg, vorbei an einer Mountainbike-Strecke und nach einem kurzen Spaziergang entlang der Straße bogen wir in den südlichen Wuhletalweg ab. Unsere Wanderung führte uns durch Schmetterlingswiesen, an Überbleibseln einer alten Pfahlbausiedlung und immer entlang der Wuhle, die sich von einem kleinen Rinnsal zu einem Bach wandelte, der schließlich im Wuhlesee mündete.

Wie immer gehörte auch eine gemütliche Einkehr in ein Restaurant – diesmal fiel die Wahl auf einen Italiener in Kaulsdorf – gegen Ende der Strecke zu unserem Programm. Hier wurde bestens für unser leibliches Wohl gesorgt, wir konnten uns im Schatten entspannen und die Zeit noch mal ausgiebig für Unterhaltungen nutzen. So ließen sich die anschließenden finalen Kilometer bis zu unserem Ziel, der S-Bahnstation Köpenick, dann gestärkt



und ausgeruht zu Ende bringen. Nach gut 5h (mit Pausen) und 8km war unser Tageswerk vollbracht und eines steht fest: Dies war bestimmt nicht unsere letzte Wanderung!















#### Ob Quadro-, Quatro- oder Quattro-, **Hauptsache Turnier!** Volleyball-Rasenturnier 2023

Die Wetter-Apps sagten "Regen, Regen, Regen, Regen!", wir aber sagten: "Spielen, spielen, spielen!"

Wer log: Die Apps!

Wer sprach die Wahrheit: Wir!

Neun Mannschaften tummelten sich nach langwierigen Transfer-Verhandlungen, Anund Abmeldungen schließlich auf der Wulle-Wiese, die nach einiger Zeit des Wildwuchses die die fleißige und hilfreiche Haustechnik (Herzlichen Dank für alles!) wieder in einen schönen und bespielbaren Rasen zurückverwandelt hatte. Unter all diesen GutsMuths-Volleyballernden war sogar ein Fremdling:

Einige Mitglieder der Schwimmabteilung hatten Neptuns Reich verlassen und sich abgetrocknet, um die ungewohnte Grünfläche zum Ballspiel betreten. Es soll hier nichts verraten werden, aber diese Mannschaft lässt sich unschwer am Namen identifizieren.

Gespielt wurde auf vier (im Vergleich zum Hallen-Volleyball) etwas kleineren Beachfeldern mit gemischten Vierer-Mannschaften.

Im Vordergrund stand natürlich der Wettbewerbsgedanke, nicht nur auf diesen Spielfeldern, sondern zwischendurch auch abseits davon. Auch hier galt es, große (gedanken-)sportliche Herausforderungen zu meistern, wobei Anleihen bei anderen Vereinsabteilungen gemacht wurden:

Weitwurf mit Handtasche, Badminton-Shuttlecock, Tischtennisball, Hut, aber auch Basketballkorb-Zielwurf mit denselben Gegenständen.

Bei einem Quiz konnte sinnvolles und nützliches Wissen erworben werden, wie z.B. die Zahl der Stufen, die uns vom Foyer in die Tiefen unserer Halle führen, oder wie viele Netzguadrate ein Hallen-Volleyballnetz hat. Solche Tatsachen haben sich nun tief in unsere Hirne eingeprägt! Hier gebietet der Anstand, Conny, Mursal und die alle nicht am teilnahmen, herzlich für Ihren engagierten als Zeitnehmer, Entfernungsmesserin und Quizmasterin zu danken! Nach dem -für viele ungewohnten- Aufbau der Felder kam Étienne groß heraus, denn er hatte einen genialen Spielplan ausbaldowert, der jeder Mannschaft mindestens sechs Spiele garantierte und dank der Zwischenrunde auch Möglichkeit schuf, nach mäßigem Abschneiden in den Gruppenspielen sich doch noch weiter nach oben zu arbeiten. Nach all den vielen spannenden und hart umkämpften Spielen, bei denen überraschenderweise hie und da sogar ein vereinzeltes Lachen gehört worden sein soll, waren alle Plätze ausgespielt, bis auf die ersten beiden: Ein grandioses Finale zeichnete sich ab: Die vier ???? mit Binh, Chiara, Chris, Laura und Pascal setzten sich schließlich im Tiebreak knapp gegen ein tapfer sich wehrendes Team GutsMuths 5 durch.

Auf rotem Teppich schritten die Mannschaften bei angemessener musikalischer Untermalung zur feierlichen Siegerehrung vor goldenem Tisch, bei der alle Leistungen gewürdigt wurden, kein Team leer ausging und schließlich



Die vier ???? den Wanderpokal entgegennehmen durften.

Und hier nun endlich die Ergebnisse:

- 1. Die vier????
- 2. GutsMuths 5
- 3. Balla die Waldfee
- 4. Suricats
- 5. GutsMuths 8



#### Vereinssommerfest 2023

Bei fast tropischen Temperaturen fand dieses Jahr wieder unser Sommerfest auf der Wulle statt. Bei gefühlten 40°C auf unserem Sportplatz bauten viele fleißige Helfer die zahlreichen Stände und Spielgeräte auf. Um 15:00 Uhr eröffnete Wilfried Koch, unser Schatzmeister, das Fest. Mathias Gasper hatte wie immer die Musik fest und gekonnt im Griff und ich führte durch das Programm. Erfreulicher Weise hatten sich dieses Jahr viele Gruppen für Vorführungen angemeldet.

Am Infostand informierte unser David Staeglich-Büge aus der Geschäftsstelle gut gelaunt alle die, die Fragen hatten. Leider gibt es für alle Kindergruppen Wartelisten. Uns fehlt es einfach an Hallenzeiten und Trainern\*innen

Unsere Wulle-Gastronomie versorgte alle gewohnt lecker den ganzen Tag.

Die Vorführfläche war so heiß, dass man sie kaum betreten konnte. Hohe Bewunderung für alle die darauf barfuß turnten. Wie immer eröffneten Kinderturner das Programm, gefolgt von den Schwimmern, die oben zeigten was bei ihnen sonst im Wasser passiert. Kimi und die Turnkids purzelten über die Fläche. Torsten mit seinen kämpften und warfen sich im hohen Bogen über die Fläche und begeisterte mit ihren Tanzgruppen das Publikum. Die TGW Zwerge zeigten ihren tollen Tanz und die Krümel von Anika und Mailin und die Minizwerge von Sofia und Helena turnten, genauso wie die kleinen Jungs, die Eumel, von Ole. Beim Eltern-Kind-Turnen mit Ingeborg waren dann alle Familien gefragt. Erstmalig zeigten auch

die Volleyballer wie leicht es sein kann zu baggern und zu pritschen. Die Senioren durften dieses Jahr bei diesen Temperaturen pausieren. Den Abschluss bildeten wieder die Turner mit ihrer Airtrackbahn, auf der sie herumwirbelten. Leider verletzte sich Timo bei der allerletzten Akrobahn. Gute Besserung von hier an ihn.

In der ganzen Zeit durfte an alle Ständen kostenlos gebastelt und gespielt werden. Ein riesiges Dankeschön an alle freiwilligen Helfer\*innen, die den ganzen Tag bereit standen und zum Abschluss auch alles wieder abbauten. Das alles machen wir alle ehrenamtlich und bekommen dafür ein Essen und Getränk. Wir machen es aus Selbstverständlichkeit und Freude am bunten Treiben. Wir können noch viele solcher Menschen gebrauchen. Denn "Viele Hände - schnelles Ende" heißt es gerade beim Abbauen. Danke an alle, die dann spontan beim Abbauen helfen und nicht ignorant auf dem Platz sitzen oder diesen so schnell wie möglich verlassen.

Ich freue mich über jeden der Lust daran hat mitzuhelfen. Sehr gerne könnt ihr Euch jederzeit bei mir in der Geschäftsstelle melden. Auch für neue frische Ideen bin ich immer dankbar.

Ein Vereinsfest soll informieren, Interesse wecken und verbinden. Ein Verein sollte mehr sein, als nur ein Ort an dem man seine Trainingseinheiten absolviert.

In diesem Sinne Dank an alle, die schon da sind und vielleicht eine Möglichkeit für alle, die sich engagieren wollen.

Im nächsten Jahr findet das Vereinsfest wieder vor den Sommerferien statt. Der



Termin erscheint dann in den Vereinsnachrichten und auf der Homepage.





## Jahreskalender 2023

Januar	Februar	März	April	Mai	Juni
1 So Neujahr	1 Mi	1 Mi	1 Sa	1 Mo Tag der Arbeit	1 Do
2 Mo	2 Do	2 Do	2 So	2 Di	2 Fr
3 Di	3 Fr	3 Fr	3 Mo	3 Mi	3SaWorkshop Singen Frühjahrssportfest LA
4 Mi	4 Sa	4 Sa	4 Di	4 Do	4So Frühjahrssportfest LA
5 Do	5 So	5 So	5 Mi	5 Fr	5 Mo
6 Fr	6 Mo	6 Mo	6 Do	6 Sa Generationen- Pokal TGW	6 Di
7 Sa	7 Di	7 Di	7 Fr Karfreitag	7 So	7 Mi
8 So	8 Mi	8 Mi Internationaler Frauentag	8 Sa Spielenachmittag	8 Mo Tag der Befreiung	8 Do
9 Mo	9 Do	9 Do	9 So Ostersonntag	9 Di	9 Fr
10 Di	10 Fr	10 Fr	10 Mo Ostermontag	10 Mi	10 Sa
11 Mi	11 Sa Spielenachmittag Workshop Singen	11 Sa Spielenachmittag	11 Di	11 Do	11 So
12 Do	12 So	12 So	12 Mi	12 Fr	12 Mo
13 Fr	13 Mo	13 Mo	13 Do Redaktionsschluss Vereinsnachrichten	13 Sa Jubilarehrung Hauptstadtturnier Volleybal	13 Di
<sub>14 Sa</sub> Spielenachmittag Liga-Volleyball Damer	14 Di	14 Di	14 Fr	14 So	14 Mi
15 So	15 Mi	15 Mi	15 Sa	15 Mo	15 Do Redaktionsschluss Vereinsnachrichten
16 Mo	16 DoRedaktionsschluss Vereinsnachrichten	16 Do	16 So	16 Di	16 Fr
17 Di	17 Fr	17 Fr	17 Mo	17 Mi	17 Sa
18 Mi	18 Sa	<sup>18 S</sup> Workshop Singen	18 Di	18 Do Christi Himmelfahrt Trainingslager Schwimmen	18 So
19 Do	19 So	19 So	19 Mi	19 Fr	19 Mo
20 Fr	20 Mo	20 Mo	20 Do	20 Sa	20 Di
<sup>21 Sa</sup> Yoga-Workshop	21 Di	21 Di	21 Fr	21 So	21 Mi
22 So	22 Mi	22 Mi	22 Sa Spielenachmittag Yoga-Workshop	22 Mo	22 Do
23 Mo	23 Do	23 Do	23 So	23 Di	23 Fr
24 Di	24 Fr	24 Fr	24 Mo	24 Mi	24 Sa
25 Mi Abt. Versammlung Jud	25 Sa Spielenachmittag Workshop Singen	<sub>25 Sa</sub> Spielenachmittag Vereinsmeisterschaft Vollexbal	25 Di	25 Do	25 So
26 Do	26 So	26 So Vereinsmeisterschaft Judo	26 Mi	26 Fr	26 Mo
27 Fr	27 Mo	27 Mo	27 Do	27 Sa Spielenachmittag Trainingslager TGW	27 Di
28 Sa Spielenachmittag Workshop Singer	28 Di	28 Di	28 Fr	28 So Pfingstsonntag	28 Mi
29 So		29 Mi	29 Sa <b>Tanzfest</b>	29 Mo Pfingstmontag	29 Do
30 Mo	Sonn- und Feiertage	30 Do	30 So	30 Di	30 Fr
31 Di	Schulferien	31 Fr		31 Mi	

# Jahreskalender 2023



1 Sa Übernachtung DM TGW	1 Di		Oktober		Dezember
		1 Fr	1 So	1 Mi	<sup>1Fr</sup> Adventsbasar
2So Gürtelprüfung JUDO	2 Mi	2 Sa	2 Mo	2 Do	2 Sa Klammerturnier
3 Mo 3	3 Do	3 So	3 Di Tag der dt. Einheit	3 Fr	3 So 1. Advent
4 Di 4	‡Fr	4 Mo	4 Mi	4Sa Heilsames Singen	4 Mo
5 Mi 5	5 Sa	5 Di	5 Do	5 So	5 MDi
6 Do 6	3 So	6 Mi	6 Fr	6 Mo	6 Mi
7 Fr 7	7 Mo	7 Do	7Sa Heilsames Singen Workshop Yoga	7 Di	7 Do
8 Sa Gürtelprüfung TKD	3 Di	8 Fr	8 So	8 Mi	8 Fr
9So Vereins-Sommerfest	9 Mi	<sup>9Sa</sup> Workshop Taji	9 Mo	9 Do	<sup>9</sup> SaHeilsames Singen Workshop Yoga
10 Mo	10 Do	10 So	10 Di	10 Fr	10 So 2. Advent
11 Di 11	11 Fr	11 Mo	11 Mi	11 Sa Workshop Yoga	11 Mo
12 Mi	12 Sa	12 Di außerordentliche Hauptversammlung	12 Do Redaktionsschluss Vereinsnachrichten	12 So	12 Di
13 Do 13	13 So	13 Mi	13 Fr	13 Mo	13 Mi
14 Fr 14	14 Mo	14 Do Redaktionsschluss Vereinsnachrichten	14 Sa Workshop Taji	14 Di	14 Do Redaktionsschluss Vereinsnachrichten
15 SaWorkshop Taiji 18 Workshop Singen	15 Di	15 Fr	15 So	15 Mi	15 Fr
16 So 16	16 Mi	16 Sa	16 Mo	16 Do	16 Sa Weihnachts-Turnen Gürte-IPüfung TeakwonDo
17 Mo 17	17 Do	17 So	17 Di	17 Fr	17 So 3. Advent
18 Di 18	18 Fr	18 Mo	18 Mi	<sup>18 Sa</sup> Hauptausschuss	18 Mo
19 Mi 19	19 Sa	19 Di	19 Do	19 So	19 Di
20 Do 20	20 So	20 Mi	20 Fr	20 Mo	20 Mi
21 Fr 2:	21 Mo	21 Do	21 Sa	21 Di	21 Do
22 Sa 22	22 Di	22 Fr	22 \$0	22 Mi	22 Fr
23 So 23	23 Mi	<sub>23 Sa</sub> Workshop Yoga Herbstsport-	23 Mo	23 Do	23 Sa
24 Mo <b>2</b> 4	24 Do	24% Fest Leichtathletik	24 Di	<sup>24 Fr</sup> <b>Hauptversammlung</b>	24 So Heiligabend
25 Di <b>2</b> 5	25 Fr	25 Mo	25 Mi	<sup>25</sup> SaWorkshop Yoga Spielenachmittag	25 Mo 1. Weihnachtstag
26 Mi <b>26</b>	26 Sa	26 Di	26 Do	26 So	26 Di 2. Weihnachtstag
27 Do 27	27 So	27 Mi	27 Fr	27 Mo 1. Advent	27 Mi
28 Fr 28	28 Mo	28 Do	<sup>28 Sa</sup> Spielenachmittag	28 Di	28 Do
29 Sa 29	29 Di	29 Fr	29 So	29 Mi	29 Fr
30 So 30	30 Mi	30 Sa	30 Mo	30 Do	30 Sa
31 Mo 31	31 Do		31 Di		31 So Silvester



### Deutsche Meisterschaften im TGW/TGM in Berlin im Horst-Korber-Zentrum

Nach 3 Jahren in denen es keine Meisterschaften gab, freuten sich alle sehr wieder auf ein deutsches Gruppentreffen. Der Charlottenburger TSV hatte sich schon vor Jahren zur Ausrichtung des Treffens zur Verfügung gestellt. Leider macht es die Stadt Berlin ihren ehrenamtlichen Organisatoren solcher Veranstaltungen nicht leicht. Unendliche Auflagen und Verbote verändern unsere Sportart und den eigentlichen Sinn des Treffens sehr.

2500 Jugendliche und junge Erwachsene wohnen normalerweise in Schulen, essen zusammen und feiern nach dem Wettkampf eine ausgelassene, aber nie ausufernde Party. All das durfte in Berlin nicht passieren. Geschlafen wurde in 25 Turnhallen (für die ehrenamtlichen Organisatoren ein unglaublicher Mehraufwand), gefrühstückt in der Halle und ein gemeinsames Abendessen fand nicht statt. Party nach der Siegerehrung machten die Gruppen dann in den Fluren des Horst-Korber Zentrums. Auf engstem Raum großartige Stimmung. entstand eine TGW'ler nehmen's halt wie es kommt. Das wichtigste: Sie wollen zusammen sein. Schade dass dies durch Behörden und starre Regeln so schwer gemacht wird. Dazu muss man noch sagen, dass alle die an dieser Veranstaltung mitarbeiten und Helfen nichts weiter als ein T-Shirt dafür bekommen. Die Veranstaltung trägt sich selbst bzw. durch die Teilnehmerbeiträge. Noch unverständlicher sind dann diese Hürden, die man überwinden muss.

Herzlichen Dank an alle GutsMuths-Helfer die sich sofort zur Verfügung gestellt

haben.

Auf dem Sportplatz: 8 h bei brütender Hitze standen: Rita & Wolfram Bartocha, Jürgen Lootz, Wigmar Streiter, Sigrun Voigt, Madeleine Hochgräber, Volker Hochgräber und Thomas Betzel.

In der Halle: Mathias Gasper & Uta Chrost für die Musik, Ortwin Hochgräber moderierte den Wettkampf.

Übernachtungshallen den Alexander Fuchs und Siegfried Kaufmann zu finden. Danke Euch allen - mit Euch wurde die Veranstaltung ein großer Erfolg. Erfolgreich waren auch unsere GutsMuths Gruppen. Sie zeigten tolle Übungen und verbreiteten immer gute Stimmung. Die Frauengruppe GuMu 3 zog Wettkampf routiniert durch. Die Männer GuMu 4/6 musste zwei herbe Ausfälle hinnehmen und in kurzer Zeit ihre Turnund Tanzübung umstellen. Toll, dass beim Turnen unsere Ersatzturner (Felix und Marlin) eingesprungen sind und sich auch andere durch den OL gekämpft haben. Der Tanz zu 8 statt zu 10 wies leider einige Lücken auf und war trotzdem toll. Die Zwerge GuMu7 begeisterten beim Turnen und Tanzen, und wenn jetzt noch das Werfen besser klappen würde wären sie noch weiter vorne zu finden. Minimäuse GuMu 8 machte einen großartigen Wettkampf. Ihr Tanz, den sie ganz alleine choreographiert (Paula und Janne) haben, wurde nicht nur vom Publikum mit Beifall honoriert, sondern auch durch die Kampfrichter. Auch beim Werfen und OL zeigten sie, was in ihnen steckt. Da war das Turnen nur noch eine Zugabe - toll geturnt.



Die vielen Fans/Eltern/Freunde im Horst-Korber-Zentrum feuerten unsere Mannschaften großartig an.

In der abendlichen Show der Sieger durften unsere Männer wieder ihren Tanz zeigen und zur Party animieren. Sie haben mittlerweile eine so tolle Ausstrahlung und bringen so viel Spaß und Freude rüber, dass das Publikum immer wieder begeistert ist. Großer Dank an Ole, der viel Arbeit in die Choreographie hineingesteckt hat und das neben Referendariat und Vater werden.

Viel Leidenschaft bringen alle unsere Gruppen mit und das verbindet sie und lässt sie zu einer großartigen Gemeinschaft werden. Schön, dass es Euch gibt!

#### Hier noch die Ergebnisse:

TGM Erwachsene: Die Männer Platz 6 von 8 Mannschaften TGM Jugend: Minimäuse Platz 15 von 32 Mannschaften TGW Erwachsene: Die Minis Platz 16 von 37 Mannschaften TGW Junioren: Die Zwerge Platz 8 von 19 Mannschaften Herzlichen Glückwunsch!

**Eure Simone** 















Liebe Senioren vom Freizeittreff,

die Wintersaison steht vor der Tür und die Spielzeit beginnt wieder:

14. + 28. Oktober 2023

11. + 25. November 2023

09. Dezember 2023

13. + 27. Januar 2024

10. + 24. Februar 2024

09. + 23. März 2024

13. April 2024

Treffpunkt zu oben genannten Terminen immer von 14 bis 17 Uhr im Carl-Günther-Zimmer.

Ich wünsche Allen entspannte Stunden! Monika

#### Norddeutsche Meisterschaften im SGW/TGW/TGM in Nienburg/Erichshagen

Hurrah, ein Ausrichter wurde gefunden. Ein super motivierter kleiner Verein bei Hannover, leider nur mit wenig Platz zum Übernachten und nur einer Turnhalle, richtete dieses Jahr die NDM aus. Daher wurden zwei Tagesveranstaltungen geplant und die Wettkampfklassen über 2 Tage verteilt. Aber seit Corona ist auch das kein Problem mehr, da wir uns über alles freuen was stattfindet.

08. September reisten 57 Gutsmuthser\*innen nach Nienburg und verbrachten dort 2,5 tolle Tage. durften in der dortigen Grundschule übernachten und wurden auch verpflegt. Unsere Eumel (kleine Jungen) von Ole waren das erste Mal dabei. Es war eng, aber ohne Murren fand jeder seinen Platz. 2 Tage lang war riesige Stimmung, wenn unsere Mannschaften dran waren. Lautstark wurde jeder unterstützt. Für die "Kleinen" war es schon sehr aufregend vor so einem großen Publikum zu agieren. 83 Mannschaften mit 800 Teilnehmern\*innen plus Fanclubs waren vor Ort.

Samstag waren die Minis, die Zwerge und die Männer dran. Turnen, Tanzen und Singen klappte prima. Trotz leichten Verletzungen und anfliegenden Erkältungen kämpften alle sich durch die Übungen. Ossi moderierte wieder einmal in der Halle, worauf sich immer alle, nicht nur GutsMuths-Mannschaften, freuen.

Der Medizinball flog bei den Frauen gut, die Zwerge müssen einfach noch mehr üben und bei den Männern lief es gewohnt gut. Lasse wurde bester Werfer mit über 18,5 m von allen 83 Mannschaften und auch die anderen lassen mittlerweile die Bälle weit fliegen.

Die Männer mussten noch zum Orientierungslauf, der es dieses Jahr in sich hatte. Tief in den Wald hinein über unwegsames Gelände. Aber "Spaß hat s gemacht" war die einheitliche Meinung der Männer. Leider stimmt die Karte nicht ganz, sodass sie etwas Zeit verloren. Konnten aber unseren Minimäusen dadurch gute Tipps für den nächsten Tag geben.

Nach getaner Arbeit ging's dann noch ins nahegelegene Freibad, wo die Minimäuse, Krümel und Eumel schon länger waren. Wie wunderbar bei diesen Temperaturen ins kalte Nass zu tauchen. Unter riesigem Applaus und Anfeuerungsrufen sprang dann so mancher vom 5er, 7 1/2er und sogar 10er. Alle Hochachtung!

Bei der abendlichen Siegerehrung wurden unsere Minis 13er von 19, die Zwerge 7er von 11 und die Männer standen auf dem Treppchen 2er von leider nur 3 Mannschaften, da die 2 weiteren durch Verletzungen nicht mitmachen konnten.

Bei der liebevoll gestalteten Party amüsierten sich unsere Gruppen wie immer bestens.

Tag 2: Minimäuse, Krümel und Eumel mussten erst einmal durch ihre Trainer\*innen bei der Staffel und dem Werfen wach gerüttelt werden. Aber dann lief es super. Die Jungs turnten so gut, dass Ole sie kaum wieder erkannte und wurden mit einer sehr hohen Wertung belohnt. Die



Krümel zeigten eine superschöne Übung, die von den Kampfrichtern leider nicht belohnt wurde. Und die Minimäuse mussten tanzten – ein cooler Tanz – eine tolle Wertung

Für alle ging es dann in den Wald. Die Eumel liefen das allererste Mal und schlugen sich tapfer, die Krümel mit etwas mehr Erfahrung kamen fröhlich aus dem Wald. Der SGW OL ist eigentlich deutlich einfacher bei den großen als Mannschaften. Dieses Jahr verlangte er aber allen so einiges ab. Die Minimäuse mussten ohne ihre starke Kartenleserin lanne (krank) laufen. aber Hannah entpuppte sich als großartiger Ersatz. Sie liefen den besten OL an diesem Tag.

Zurück nochmal in die Turnhalle turnten die Minimäuse mit OL müden Beinen eine tolle Übung – ich war sehr stolz auf sie.

Um 18:00 Uhr zur Siegerehrung durften dieses Mal die kleinen Jungs (Eumel) auf der Fläche stehen-was für eine Ehre. Sie erhielten riesigen Applaus und Ole war mächtig stolz auf seine Jungs. Sie wurden 14er von 22 und die Krümel 12er in der gleichen Klasse. Nächstes Jahr starten beide Gruppen dann schon im TGM.

Bei der Siegerehrung der TGM Jugend, der Minimäuse, dachten wir zwischenzeitlich sie hätten uns vergessen. Dann die riesige Überraschung. Platz 3 von 8 Mannschaften in der Meisterklasse. Die Freude war riesengroß – auch bei ihrer Trainerin

Leider musste dann alles ganz schnell gehen, da unser Bus schon wartete. Um 23:50 Uhr erreichten wir dann Berlin. Total geschafft, aber auch glücklich.

Es war wieder eine tolle Truppe, die gut aufeinander aufpasst. Neue Freundschaften sind, denke ich, entstanden und ich freue mich auf 2024. Dank gilt auch besonders Mailin und Sefkat, die die ganze Zeit ein Auge auf alles hatten. Bewunderung für Sofia und Ole , die mit ihrem kleinen Noah Mael (3 Monate) selbstverständlich dabei waren.

2024 sind wir Ausrichter der NDM, sofern es die behördlichen Hürden zulassen. Eure Unterstützung und Hilfe ist da unbedingt gefragt. Haltet euch die letzten 3 Septemberwochenenden unbedingt frei. Ich hoffe eins davon wird es.

Macht weiter so - bis bald in der Halle

**Eure Simone** 

















#### Jahresabschluss 2022

Liebe Mitglieder,

wie in jedem Jahr ist es im letzten Quartal an der Zeit den Jahresabschluss des zurückliegenden Jahres vorzustellen und die markantesten Positionen zu erläutern.

Im Haushaltsplan für 2022 kalkulierten wir mit Einnahmen in Höhe von 282.000,00 €, zum 31.12.22 beträgt der erzielte Betrag 303.163,23 €. Damit erzielten wir insgesamt Mehreinnahmen in Höhe von 21.163,23 €.

Erfreulicherweise hatten wir in 2022 einen großen Mitgliederzuwachs zu verzeichnen. Unsere Beitragseinnahmen betragen tatsächlich 267.623,74 €, statt der geplanten Beitragseinnahmen in Höhe 245.000,00 €. Unsere Mehreinnahmen betragen hier 22.623,74 €. Im Jahr 2023 scheint sich die positive Entwicklung bei den Mitgliederzahlen fortzusetzen. Bei den Zuwendungen des LSB für den Einsatz von unseren Übungsleitern haben wir statt des geplanten Zuschusses von 8.500,00 € lediglich einen Zuschuss in Höhe von 5.288,00 €. Daraus ergeben sich Mindereinnahmen in Höhe von 3.212,00 €. Es wurden weniger Übungsleiter\*Innen mit Lizenz eingesetzt als geplant. Bei unseren Kursangeboten waren die F+E Kurse rückläufig. Das führte zu Mindereinnahmen bei unseren Kursen in Höhe von 1.845,00 €. Insgesamt haben wir Spenden in Höhe von 1.273,00 € erhalten. Dafür bedanken wir uns ausdrücklich. Mit unserem Sommercamp haben wir Mehreinnahmen in Höhe von 430,00 € erzielt.

Bei den Ausgaben hatten wir mit 301.150,00 € kalkuliert. Im Jahresabschluss hatten wir Ausgaben in Höhe von 311.099,64 €. Damit überschritten wir unseren Ansatz um 9.949,64 €.

Durch den Zuwachs bei unseren Mitgliederzahlen ist unser Eigenanteil an den Zentrumskosten um 5.754,64 € höher ausgefallen. Der Vorstand hatte am 17. und 18. Juni 2022 eine Klausurtagung zu dem Thema "GutsMuths 2036 - Visionen Konzepte" durchgeführt (siehe Bericht des 1. Vorsitzenden in den Vereinsnachrichten Juli/August/September 2022). Deshalb haben wir unsere Gremienkosten um 2.412,47 € überschritten. Im Jahr 2022 haben wir einen neuen VW-Bus für 42.990,00 € angeschafft. Unser Vereinsvermögen hat sich von 248.263,59 € per 31.12.2021 auf 197.337,18 € per 31.12.2022 somit um - 50.926,41 € vermindert.

Ohne die Anschaffung des Busses läge unser Ergebnis für 2022 bei – 7.936,41 €. Die offenen Forderungen aus Mitgliederbeiträgen per 31.12.2022 betrugen 11.534,91 €.

Die finanzielle Situation des Vereins ist ausgesprochen zufriedenstellend und lässt uns auch für die Zukunft alle finanziellen Spielräume für eine weiterhin positive Entwicklung des Vereins.

> Wilfried Koch Schatzmeister



Jahresabschluss 2022					
Ausgaben:	Plan	Ergebnis	Abweichung		
Eigenanteil Zentrumskosten	45.000,00	50.754,64	5.754,64		
Personalkosten	52.000,00	53.086,12	1.086,12		
Verbandsbeiträge	23.000,00	20.217,26	-2.782,74		
Ausgaben der Abteilungen	89.000,00	97.759,28	8.759,28		
Übungsleiter Kurse	7.000,00	7.294,40	294,40		
Ausgaben für Kurse	1.000,00	280,77	-719,23		
Nachrichtenblatt/Öffentlichkeitsarbeit	15.000,00	14.891,86	-108,14		
Büromaterial/EDV/Ausstattung	8.600,00	6.330,23	-2.269,77		
Telefon/Telefax, Porto	3.600,00	3.144,78	-455,22		
Sonstige Ausgaben	2.300,00	4.548,00	2.248,00		
Fachzeitschriften	300,00	228,90	-71,10		
Ehrungen,Glückwünsche,Repräsentatio	n 2.000,00	2.208,92	208,92		
Lohnbuchhaltung	2.000,00	2.026,33	26,33		
Rechtsverfolgungskosten	1.000,00	418,44	-581,56		
Gremienkosten	1.500,00	3.912,47	2.412,47		
Zuwendung für die Jugendarbeit	5.500,00	5.500,00	0,00		
Zuwendung für die Seniorenarbeit	1.000,00	300,00	-700,00		
Förderung von Maßnahmen d. Abt.	5.000,00	3.493,00	-1.507,00		
Ausgaben für Abteilungen aus Spenden		540,00	540,00		
Sportförderung	2.000,00	0,00	-2.000,00		
Übungsleiterförderung	10.000,00	10.000,00	0,00		
Ausbildungsmaßnahmen	3.000,00	2.140,15	-859,85		
Zentrale überfachl. Maßnahmen	3.600,00	2.189,34	-1.410,66		
Familiensport	0,00	0,00	0,00		
Sommercamp	7.000,00	7.000,00	0,00		
Kosten VW-Bus	2.000,00	2.566,16	566,16		
Einkauf Sportkleidung	0,00	1.248,95	1.248,95		
Kontogebühren	2.500,00	3.878,43	1.378,43		
Tanzfest	4.000,00	2.851,37	-1.148,63		
Versicherung und Steuern	2.250,00	2.289,31	39,31		
Steuern	0,00	0,53	0,53		
3	01.150,00	311.099,64	9.949,64		
		-	alle Angaben in Euro		

Vermögensübersicht	2022	2021
1. Besitzposten		
Bankguthaben, Kassenbestand	387.076,15	488.165,34
Forderungen	3.752,86	1.962,75
Aktive Rechnungsabgrenzung	472,31	0,00
	391.301,32	490.128,09
2. Schuldposten		
Verbindlichkeiten	62.697,12	75.970,24
Rücklagen	130.255,52	165.509,26
Passive Rechnungsabgrenzung	1.011,50	385,00
	193.964,14	241.264,50
3. Vermögen		
Besitzposten insgesamt	391.301,32	490.128,09
Schuldposten insgesamt	193.964,14	241.864,50
	197.337,18	248.263,59
4. Vermögensentwicklung		
Vermögen	per 31.12.2022	197.337,18
Vermögen	per 31.12.2021	248.263,59
Vermögensminderung		-50.926,41
davon Anschaffung Bus		42.990,00
Ergebnis 2022 ohne Bus		-7936,41
Offene Vorderungen per 31.12.2022		11.534,91

Einnahmen:	Plan	Ergebnis	Abweichung
Mitgliedsbeiträge Mahngebühren/Gerichtskosten Zuwendungen für Übungsleiter Zuschuss z. d. Verwaltungspersonalkosten	245.000,00 0,00 8.500,00 9.000,00	267.623,74 522,19 5.288,00 9.000,00	22.623,74 522,19 -3.212,00 0,00
Zinsen	0,00	3,03	3,03
Kurse Spenden	10.000,00	8.155,00 1.273,00	-1.845,00 1.273,00
Sommercamp	5.600,00	6.030,00	430,00
Sonstige Einnahmen.	3.900,00	5.268,27	1.368,27
4	282.000,00	303.163,23	21.163,23 alle Angaben in Euro



#### Haushaltsplan 2024

Liebe Mitglieder, nunmehr haben wir für unseren Verein den Haushaltsplan 2024 aufgestellt. Nicht in allen Bereichen konnten wir die Ansätze für 2024 fortschreiben. Größere Investitionen aus dem Vereinsetat haben wir für das Geschäftsjahr 2024 nicht geplant. Der Entwurf des Haushaltsplans geht von kalkulierten Einnahmen von 304.000,00 € aus. Bei den Ausgaben kalkulieren wir mit 308.000,00 €. Wie sich dies in dem Haushalts-plan darstellt, wird nachfolgend im Einzelnen erläutert:

#### Einnahmen: Mitgliedsbeiträge

Die Entwicklung unseres Mitgliederbestandes entwickelt sich weiterhin positiv, sodass wir von steigenden Einnahmen ausgehen. Der Entwurf des Haushaltsplans sieht Einnahmen aus Mitgliedsbeiträgen inkl. Sonderbeiträgen in Höhe von 275.000,00 € aus.

#### Zuschuss für ÜL (LSB Zuschuss)

Wir erhalten einen jährlichen Zuschuss vom LSB für unsere lizensierten Übungsleiter/innen. Nach den aktuellen Zahlen kalku-lieren wir hier mit 8.000,00 €.

#### Kurse

Wir kalkulieren hier nur noch mit 2.000,00 €. Die Anzahl der Kurse hat deutlich abgenommen. Die F+E-Kurse wurden im 3. Quartal 2023 eingestellt.

#### **Sommercamp**

Das Sommercamp erfreut sich weiterhin großer Beliebtheit. Die jährliche Nachfrage übersteigt bei weitem unsere zu vergebenen Plätze. Wir rechnen hier mit Einnahmen in Höhe von 6.200,00 €.

#### **Tanzfest**

Wir kalkulieren hier mit 1.500,00 €.

#### Ausgaben

#### **Eigenanteil Zentrum**

Angesichts der Entwicklung unseres Mitgliederbestandes wird sich unser Eigenanteil, den wir für die Nutzung des Freizeitzentrums "Wulle" an den Senat von Berlin abführen müssen, wahrscheinlich nicht verringern. Insoweit setzen wir für den zu leistenden Eigenanteil einen Betrag von 55.000,00 € an.

#### Personalkosten

Die Personalkosten haben wir mit 54.800,00 € kalkuliert.

#### Beiträge für Sportverbände

Aus den Sportverbänden sind uns keine Beitragsänderungen für 2024 bekannt. Somit kalkulieren wir mit 20.000,00 €.

#### ÜL Kurse Verein

Wir haben den Ansatz deutlich verringert. Die F+E Kurse entfallen.

Hier kalkulieren wir nur noch mit 1.000,00 €

### Ehrungen, Glückwünsche, Danksagungen

Im Jahr 2023 verzeichnen wir bereits eine Überschreitung unseres Ansatzes. Somit kalkulieren wir hier mit 2.500,00 €.

#### **Zuwendung Jugend**

Hier bleibt es bei dem Ansatz von 5.500,00 €. Hier sind hohe Rücklagen vorhanden.



#### **Sportabzeichen**

Diesen Bereich haben wir als neue Etatposition aufgenommen. Wir kalkulieren hier mit 1.000,00 €.

#### **Kosten Bus**

Im Jahr 2024 steht eine Inspektion an. Zusätz-lich soll der Vereinsbus mit Vereinslogos be-klebt werden. Wir kalkulieren mit 2.000,00 €.

#### **Ergebnis**

Insgesamt schließt dieser Haushaltsplan mit einem Defizit in Höhe von 4.000,00 € ab. Dieser Betrag kann im Bedarfsfall problemlos aus unseren Vermögensrücklagen gedeckt werden, sofern die im kommenden Jahr erzielten Einnahmen dieses Defizit nicht oder nur zu einem Teil ausgleichen sollten.

> Wilfried Koch Schatzmeister

Einnahmen:	Plan 2024	Plan 2023	IST 2022
Mitgliedsbeiträge incl. Sonderbeiträge	275.000,00	260.000,00	267.623,74
Erstattung Mahn- und Gerichtskosten	0,00	0,00	522,19
Zuwendungen für ÜL (LSB Zuschuss)	8.000,00	10.000,00	5.288,00
Zuschuss für Verwaltung	10.000,00	9.000,00	9.000,00
Kurse	2.000,00	10.000,00	8.155,00
Spenden	0,00	0,00	1.273,00
Sommercamp	6.200,00	5.600,00	6.030,00
Zinsen	0,00	0,00	3,03
sonstige Einnahmen	1.000,00	2.000,00	3.437,09
Verkauf von Sportkleidung	300,00	200,00	364,29
Einnahmen Tanzfest	1.500,00	1.200,00	1.226,89
Werbeeinnahmen	0,00	200,00	240,00
	304.000,00	298.300,00	303.163,23
			alle Angaben in Eur



Ausgaben:	Plan 2024	Plan 2023	Ist 2022
Eigenanteil Zentrum	55.000,00	50.000,00	50.754,64
Personalkosten	54.800,00	51.400,00	53.086,12
Verbandsbeiträge	20.000,00	23.000,00	20.217,26
Ausgaben der Abteilungen	89.000,00	89.000,00	97.759,28
Förd. Maßnahmen Abteilung	5.000,00	5.000,00	3.493,00
Ausgaben der Abteilungen aus Spenden	0,00	0,00	540,00
Sportförderung	500,00	500,00	0,00
ÜL Förderung Kinder-Jugend	10.000,00	10.000,00	10.000,00
Zuwendungen Jugend	5.500,00	5.500,00	5.500,00
Zuwendungen Senioren	1.000,00	1.000,00	300,00
zentrale überfachliche Maßnahmen	4.000,00	4.000,00	2.189,34
Tanzfest	4.000,00	4.000,00	2.851,37
Ausbildungsmaßnahmen	3.000,00	3.000,00	2.140,15
ÜL Kurse Verein	1.000,00	7.000,00	7.294,40
Ausgaben Kurse	1.000,00	1.000,00	280,77
Sommercamp Ausgaben	7.000,00	7.000,00	7.000,00
Nachrichtenblatt / PR	13.900,00	13.900,00	13.675,07
Öffentlichkeitsarbeit	1.100,00	1.100,00	1.216,79
Büromaterial / EDV / Ausstattung	9.000,00	8.600,00	6.330,23
Telefon / Fax / Porto	3.600,00	3.600,00	3.144,78
Kosten Bus	2.000,00	500,00	2.566,16
Fachzeitschriften	300,00	300,00	228,90
Ehrungen, Glückwünsche, Danksagungen	2.500,00	2.000,00	2.208,92
Gremienkosten	1.500,00	1.500,00	3.912,47
sonstige Ausgaben	3.000,00	2.300,00	4.548,00
Kontoführung	2.500,00	2.500,00	3.878,43
Lohnbuchhaltung	2.300,00	2.200,00	2.026,33
Rechtsverfolgungskosten	1.000,00	1.000,00	418,44
Versicherungen	2.500,00	2.250,00	2.289,31
Steuern	0,00	0,00	0,53
Sportabzeichen	1.000,00	0,00	0,00
Sportkleidung	1.000,00	0,00	1.248,95
	308.000,00	303.150,00	311.599,64
Unterschied	-4.000,00	-4.850,00	-19.150,00
		alle Angaben in E	Euro