



VEREINSNACHRICHTEN

TSV GutsMuths 1861 e.V.

März–April | 2026



Die Wulle wird 40 Seite 5

Saunieren im neuen Kleid Seite 9

Vereinswettkampf im Gerätturnen Seite 12

Kinder-Fasching Seite 14

Terminübersicht

MÄRZ

10.03.	09:00 Uhr	Erste-Hilfe-Kurs	Multi 1
14.03.	10:15 Uhr	Heilsames Singen	Multi 2
14.03.	10:15 Uhr	Workshop Schmerztherapie	Multi 1
14.03.	14:00 Uhr	Volleyball Liga	Multi 2
15.03.	10:00 Uhr	Vereinsmeisterschaften Judo	Sporthalle
21.03.	10:30 Uhr	Prüferlehrgang LSB	Multi1/Sportplatz
22.03.	09:00 Uhr	TeamGym WK Berlin Cup BTFB	Sporthalle
27.03.	19:00 Uhr	Abteilungsversammlung Leichtathletik	CGZ

APRIL

03.-04.04.		Eastern-Cup Basketball	Sporthalle
11.04.	10:15 Uhr	Heilsames Singen	Multi 2
18.04.	10:30 Uhr	Yoga-Workshop	Multi 2
25.05.	10:15 Uhr	Worshop Schmerztherapie	Multi 1
25.05.	10:15 Uhr	Worshop Pilates	Multi 2

MAI

09.05.	10:30 Uhr	Yoga-Workshop	Multi 2
09.05.	13:00 Uhr	Generationenpokal	Sporthalle
23.-25.05.		Trainingslager TGW	Wulle
30.05.	17:00 Uhr	Jubiläumsfeier 40 Jahre Wulle	Sporthalle

Das Titelbild zeigt unser Haustechnik-Team nach erfolgreicher Renovierung der Sauna

INHALT

GUTSMUTHS TERMINE

- 2 Terminübersicht

ABTEILUNGSBERICHTE

- 6 Abteilungsversammlung Volleyball
7 Senioren-Fasching
12 Vereinsmeisterschaft im Gerätturnen
14 Kinder-Fasching

GUTSMUTHS INFO

- 4 Von Tokio nach Moabit – und jetzt auf der Wulle
5 Unsere Wulle wird 40
8 Saunieren im neuen Kleid

GUTSMUTHS FAMILIE

- 16 Geburtstage
18 Wir begrüßen die neuen Mitglieder

- 10 **TERMINVORSCHAU 2026**

- 20 **ADRESSEN VORSTAND / LEITER*INNEN DER ABTEILUNGEN**

IMPRESSUM

Offizielles Organ des TSV GutsMuths 1861 e.V. Der Bezugspreis der Zeitschrift ist im Mitgliedsbeitrag enthalten. Die Zeitung ist auf Papier aus nachhaltiger Forstwirtschaft gedruckt.

Herausgeber: TSV GutsMuths 1861 e.V.

Wullenweberstraße 15, 10555 Berlin

Telefon 393 24 40, Fax 392 78 67

info@tsvgutsmuths-berlin.de, www.tsvgutsmuths-berlin.de

Bankverbindung:

Postbank Berlin, Kto.-Nr 151 50 104, BLZ 100 100 10

IBAN DE38 1001 0010 0015 1501 04, BIC PBNKDEF

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

ÖFFNUNGSZEITEN der GutsMuths-Geschäftsstelle

Mo.	8.30 bis 12 Uhr und 14 bis 18 Uhr
Di.	8.30 bis 12 Uhr und 14 bis 18 Uhr
Mi.	8.30 bis 12 Uhr und 14 bis 17.30 Uhr
Do.	8.30 bis 12 Uhr und 14 bis 17 Uhr
Fr.	8.30 bis 12 Uhr

werden. Nachdruck aller Beiträge mit Quellenangabe erwünscht. Belegexemplare erbeten.

Verantwortlich für den Inhalt: Mathias Gasper
Gestaltung: Mathias Gasper

Redaktionsschluss für die Vereinsnachrichten

Mai / Juni 2026 ist der 16. April 2026

vn@tsvgutsmuths-berlin.de

Von Tokio nach Moabit – und jetzt auf der Wulle

Es gibt Menschen, die werden Therapeuten, weil sie selbst irgendwann Schmerzen hatten. Bei Peter Giese war es anders: Er wollte schon immer helfen. Als Kind schnürte ihm sein Vater – Krankenpfleger – eine kleine Notfalltasche, mit der er sich auf dem Schulhof um die Wehwechen seiner Mitschüler kümmerte.

Was folgte, war ein langer Weg: Heilpraktiker-Ausbildung in Berlin, Studienreisen nach Thailand und Japan, wo er jahrelang eine japanische Körpertherapie-Methode erlernte. Zurück in Deutschland entdeckte er Liebscher & Bracht für sich und seine Arbeit – eine Methode, die neben einer sehr effektiven manuellen Schmerztherapie gezielte Bewegungs- und Dehnübungen so verbindet, dass viele Menschen damit erstmals spürbare Linderung ihrer – teils jahrelangen – chronischen Schmerzen erfahren können.

Seit 2016 ist Moabit sein Zuhause. Seine Töchter turnten hier in der Wulle beim Eltern-Kind-Turnen – so wurde aus dem Nachbarn

ein Vereinsfreund. Die Jüngere ist bis heute aktiv dabei. Und jetzt ist auch Peter offiziell Teil des TSV: Er leitet den Schmerzfrei-Kurs nach Liebscher & Bracht, der sich auf der Wulle inzwischen fest etabliert hat – Anfänger und Fortgeschrittene können jederzeit zum laufenden Kurs dazustoßen, donnerstags von 17 bis 18 Uhr. Seine Praxis für Schmerztherapie & Prävention Via Motus liegt übrigens nur wenige Fahrradminuten von der Wulle entfernt.

Die Übungen sind sanft, dabei aber intensiv und gezielt – ausgerichtet auf die häufigsten Schmerzbereiche im menschlichen Körper wie Rücken, Schulter, Knie, Nacken, Hüfte und Kopf: Engpassdehnungen, Faszienrollmassage und funktionelles Beweglichkeitstraining – ohne Geräte, ohne Vorkenntnisse. Einfach eine Stunde gut investiert in die eigene Gesundheit.

Anmeldung und Kursgebühr: Infos direkt beim TSV GutsMuths.

Neu: Schnupperworkshops für Einsteiger

Noch unsicher, ob der Kurs das Richtige ist? Kein Problem – zwei Einführungsworkshops bieten die Möglichkeit, die Grundlagen der Schmerzentstehung kennenzulernen und erste Übungen auszuprobieren:

Sa., 14. März 2026 | 10:15–12:15 Uhr | Wulle

Sa., 25. April 2026 | 10:15–12:15 Uhr | Wulle

Unsere Wulle wird 40!

Dieses Jubiläum wollen wir gemeinsam mit Vereinsmitgliedern und geladenen Gästen feiern.

Ihr solltet euch Samstag, den **30.05.2026**, in eurem Kalender vormerken.

Um 17:00 Uhr beginnt ein kleiner Festakt in der Sporthalle. Wir hoffen, dass viele von euch daran teilnehmen.

Gegen 19:30 Uhr folgt dann die GuMu-Party in den Multiräumen, mit einem Buffet der Wulle-Gastronomie, ab 21:00 Uhr DJ-Musik non stop, einer Fotobox und einer Erinnerungs-Diashow.

Eintrittskarten können ab Mitte April in der Geschäftsstelle oder an der Abendkasse erworben werden. Essensvorbestellungen werden in einer ebendann erfolgenden Mail-Abfrage angenommen.

Wir freuen uns, mit euch zusammen „40 Jahre Wulle“ zu feiern!

Bis bald

HELENA, PETER, MATHIAS, ALI, OLE, WILFRIED, SEBI UND MICKIO.



Die Abteilungsleitung Volleyball lädt zur Abteilungsversammlung 2026

Die jährliche Mitgliederversammlung der Volleyballabteilung findet am Dienstag, den 21.04.2026, ab 19:00 Uhr in der Sporthalle der Wulle statt.

Eingeladen sind alle volljährigen Mitglieder der Volleyballabteilung sowie als Gäste (ohne Stimmberechtigung) alle noch nicht volljährigen Mitglieder der Volleyballabteilung.

Tagesordnung

1. Eröffnung und Begrüßung
2. Prüfung der Beschlussfähigkeit
3. Bericht des Abteilungsleiters
4. Bericht des Kassenprüfers
5. Entlastung des Vorstandes
6. Anträge
7. Verschiedenes
8. Verabschiedung

Anträge können schriftlich bis zum 07.04.2026 bei der Abteilungsleitung eingereicht und im Vorfeld der Abteilungsversammlung an unserem schwarzen Brett, vor dem Kegelzimmer oder bei der Abteilungsleitung eingesehen werden.

Sportliche Grüße

EURE ABTEILUNGSLEITUNG

Rosenmontag wird getanzt – Senioren in bester Stimmung

Seitdem Gaby Übungsleiterin bei den Senior*innen ist, weiß jeder am Rosenmontag kommt sie im Kostüm und mit Stimmungsmusik im Gepäck zur Gymnastikstunden.

Auch dieses Jahr schlossen sich viele an und kamen leicht verkleidet zum Sport. Fröhliche Musik und lustige „Figuren“ bewegten sich am 16.02.2026 durch die Halle.

Alle waren bester Stimmung und Gaby strahlte über das ganze Gesicht. Ihre Stimmung

wirkte sich auf die ganze Wulle aus. Die Senior*innen können richtig feiern und sie sind nicht aus unserem Verein wegzudenken. Egal wo es etwas zu helfen gibt - sie sind mit dabei. Ihr seid einfach großartig!

Also freuen wir uns auf alle kommenden Feste und auf den nächsten Rosenmontag. Täterätä!!!!



Saunieren im „neuen Kleid“

Wie man mit viel Energie und Engagement auch mit wenigen Mitteln etwas neues gestalten kann?

Der Saunabereich unserer Sportanlage, der lange Zeit den Charme der 80er Jahre versprühte, wurde 2025 umfassend durch unsere Haustechnik überwiegend in Eigenleistung saniert.

Die Sanierung hielt einige Überraschungen für unser Team bereit. Gerade das seit mehreren Jahren außer Betrieb befindliche Tauchbecken sowie die nicht sinnvoll installierten Fußbecken benötigten viel Kraft und Energie bis sie vollständig entfernt werden konnten.

Im Nassbereich wurde der Bodenaufbau erneuert und ein neuer rutschhemmender Bodenbelag eingebracht. Die Arbeiten an den Bodenbelägen sowie die Montage der Wandpaneele wurden durch einen beauftragten Fachbetrieb fachgerecht ausgeführt. Die Wandflächen wurden mit feuchtraumgeeigneten Paneelsystemen ausgestattet.

In den Nassbereichen, den WC-Anlagen sowie in ausgewählten angrenzenden Bereichen wurden neue feuchtraumgeeignete Deckenpaneele eingebracht. Dadurch wurde sowohl der hygienische Standard als auch die Dauerhaftigkeit der Oberflächen deutlich verbessert.

Zur funktionalen und gestalterischen Aufwertung des Bereiches wurde eine Wasserfall-dusche installiert.

In den Ruhe- und Umkleieräumen erfolgte die Erneuerung des Bodenbelags, ein vollständiger Neuanstrich der Wandflächen sowie die

Ansaffung neuer Möblierung. Darüber hinaus wurde die bestehende Beleuchtungsanlage vollständig ersetzt und auf energieeffiziente LED-Technik umgestellt.

Die komplette Steuerung der Beleuchtungsanlage wurde neu installiert und technisch überarbeitet. Zusätzlich wurde die gesamte Steuerung des Saunaofens erneuert und neu programmiert. Ziel dieser Maßnahmen war eine bedarfsgerechte Betriebsführung sowie eine nachhaltige Reduzierung des Energieverbrauchs durch optimierte Schalt- und Laufzeiten.

Auch die sanitären Anlagen wurden modernisiert.

Wir konnten dadurch für den gesamten Bereich die Betriebssicherheit, Hygienequalität sowie die Energieeffizienz nachhaltig verbessern. Und im Oktober konnten die ersten Sportler die neuen Räumlichkeiten nutzen. Viele positive Rückmeldungen haben wir bisher erhalten.

Leider kam es dann im Dezember zu einem Rohrbruch, der eine nochmalige Sperrung zur Folge hatte. Nun ist die Sauna aber seit Januar geöffnet und erfreut sich großer Beliebtheit.

Danke unserem tollen Haustechnikteam für ihren unermüdlichen Einsatz. Allen Nutzern*innen gute Erholung und Entspannung in unserer Sauna.

TEAMLEITUNG

AUSZEIT
ERHOLUNG
RUHE
GENUSS
WELLNESS
ENTSPANNUNG
RELAX
SPA



entspannen
holen
vitzten
Auszeit
genießen
erfrischen
gesund
relaxen
abkühlen
heiß
Aufguss
aus
chill
Sauna
Wellness

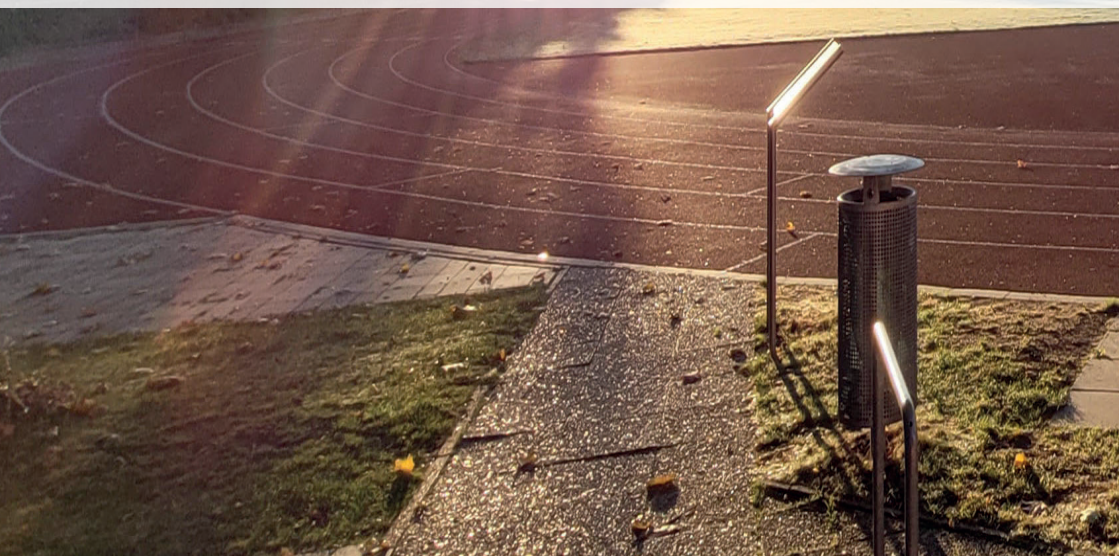


MÄRZ

10.03.	09:00 Uhr	Erste-Hilfe-Kurs	Multi 1
14.03.	14:00 Uhr	Volleyball Liga	Wulle
14.03.	10:15 Uhr	Heilsames Singen	Multi 2
14.03.	10:15 Uhr	Workshop Schmerztherapie	Multi 1
15.03.	10:00 Uhr	Vereinsmeisterschaften Judo	Wulle
21.03.	10:30 Uhr	Prüferlehrgang LSB	Wulle
22.03.	09:00 Uhr	TeamGym WK Berlin Cup BTFB	Wulle
27.03.	19:00 Uhr	Abteilungsversammlung Leichtathletik	CGZ

APRIL

03.-04.04.		Eastern-Cup Basketball	Wulle
11.04.	10.15 Uhr	Heilsames Singen	Multi 2
18.04.	10.30 Uhr	Yoga-Workshop	Multi 2
25.04	10:15 Uhr	Workshop Schmerztherapie	Multi 1
25.04.	10:15 Uhr	Workshop Pilates	Multi 2



MAI

09.05.	10:30 Uhr	Yoga-Workshop	Multi 2
09.05.	13:00 Uhr	Generationenpokal	Wulle
23.-25.05.		Trainingslager TGW	Wulle
30.05.	17:00 Uhr	Jubiläumsfeier 40 Jahre Wulle	Wulle
30.05.	19:30 Uhr	GutsMuths-Fete	Multi1-3

JUNI

13.06.	11:00 Uhr	Jubilarehrung	Wulle
14.06.	09:00 Uhr	Berliner Meisterschaften TGW	Wulle

JULI

05.07.	14:30 Uhr	Vereinssommerfest	Wulle
--------	-----------	-------------------	-------

NOVEMBER

20.11.	19:30 Uhr	Hauptversammlung	Wulle
27.11.	15:30 Uhr	Adventsmarkt	Wulle

Vereinswettkampf im Gerätturnen 2025

Am 23.11.2025 fand unser diesjähriger Vereinswettkampf statt.

Rund 60 Mädchen und 15 Jungen traten am frühen Sonntagmorgen am Sprung, Reck, Barren, Balken und Boden an.

Viele gespannte Eltern, Freunde und Fans verfolgten einen fröhlichen entspannten Wettkampf, in dem alle zeigten, was sie in der letzten Zeit gelernt hatten.

Am Ende kann immer nur eine/einer gewinnen, aber das ist bei uns nicht das Wichtigste. Alle, die an diesem Tag in die Turnhalle kamen, sind Gewinner. Sie trauen sich, auch schon in ganz jungen Jahren, alleine auf die Geräte und vor vielen Zuschauern ihre Übungen zu zeigen. Jeder bekommt Applaus und

kann ganz stolz auf sich sein. Das macht die besondere Atmosphäre bei unseren Veranstaltungen immer aus.

Es wäre toll, wenn sich 2026 noch mehr Turner*innen entschließen auch dabei zu sein. Ein großes Dankeschön an die vielen Trainer*innen und Betreuer*innen die ganz selbstverständlich beim Wettkampf mitgeholfen haben. Ohne sie könnte solch ein Wettkampf gar nicht erst stattfinden.

Wir freuen uns schon auf das nächste Jahr.

DIE TURNABTEILUNG





„PAC-MAN“ auf der Wulle - Kinderfasching 2026

Am 15.02.2026 wuselten viele flinke Helfer*innen vom Schwimmen, Judo und Turnen über die Wulle und verwandelten innerhalb von zwei Stunden die Halle in ein farbenprächtiges Haus.

Um 14:00 Uhr standen die ersten Feen, Katzen, Leoparden, Piraten, Ninjas, Zwerge, Zauberer und noch viele andere Phantasiegestalten vor der Tür. Auch Pumukel als Zwilling und das Sams kamen vorbei.

Nach zwei Tänzen zum Aufwärmen und unserem Kostüm-Zug ging es gleich weiter auf den Laufsteg. Jeder sollte sein Kostüm natürlich Allen zeigen. Ein*e Jede*r wurde laut beklatscht und Manche*r war wirklich nur schwer zu erkennen.

Das Helfer-Team vom Schwimmen war auch im Kostüm ein Team, „Pac-Man“ aus den 80'igern war in der Halle. Die Helferinnen aus der Turnabteilung kamen zwar alle im Schlafanzug, waren aber alles andere als verschlafen.

Wie jedes Jahr gab es wieder viele Stände zum Spielen und Toben, für die Pausen konnte man sich mit Pfannkuchen und Saft versorgen und der Bonbonregen sorgte jedesmal für große Aufregung. Beim Tauziehen konnte man seine Kräfte messen und beim „Schlangengewtffuttern“ noch mehr Süßigkeiten in sich hinein stopfen. Unsere Jugendwartin Helena versuchte sich im Sackhüpfen und eine „kleine“ Oma war auch mit von der Partie. Ja, es war laut, aber es war überhaupt nicht störend laut, offensichtlich, weil es sich um ein ausgelassenes und fröhliches „Laut-sein“ handelte.

Rund 120 Kinder und auch einige Eltern in der Halle, sowie viele Eltern auf der Tribüne verwandelten bei Polonäse und Flieger-Lied die Halle in ein buntes Faschingsfest.

Vielen Dank auch an Ortwin, der alles im Bilde festgehalten hat, an die vielen Helfer*innen und Ole, der die Musik bediente.

Nach dem obligatorischen Hooki-Cooki-Tanz ging es dann um 16 Uhr für Alle nach Hause. Die Helfer*innen und einige noch da gebliebene Eltern bauten schnell alles wieder ab. Um 17:00 Uhr sah die Halle so aus als ob nichts stattgefunden hatte.

Viele helfende Hände schaffen einfach mehr. DANKE!!!!

Wenn alles so gut klappt und so viele fröhliche Gesichter die Halle verlassen macht alles gleich noch einmal so viel Spaß.

Dann bis zum Jahr 2027, wenn in der Wulle wieder bunt gefeiert wird.

Allerdings kommt da nur rein, wer auch ein Kostüm zu zeigen hat.

Also fangt schon mal an zu überlegen.

Eure Simone



