

Tornesch, 15.02.2024



Sportabzeichengruppe

Wir haben 2023 mit 157 Sportabzeichen Abnahmen (82x Jugend + 75x Erw.) wiederum ein gutes Ergebnis erreicht!

Damit sind wir im KSV Pinneberg auch 2023 wieder Spitze!

Super und vielen Dank!

Um dieses zu erreichen, muss man nicht immer Bestleistungen erbringen. Für jede Disziplin gibt es Alternativen, die jeder erreichen kann:

- In der Gruppe „**Ausdauer**“ bietet sich als Ersatz für 3.000m Laufen, 20 km Fahrradfahren, 7,5km walken in ca. 60 Minuten oder auch, für wanderfreudige Absolventen, 2 Std. Walken ohne KM-Begrenzung, Walkingabzeichen 3
- Kugelstoßen in der Sparte „**Kraft**“, kann mit Standweitsprung, ab 2024 z.B. Liegestütz/Klimmzüge ausgeglichen werden.
- Bei „**Koordination**“ wird u. a. Seilspringen angeboten.
- 200m Fahrradfahren mit fliegendem Start ist eine Variante in der Disziplin „**Schnelligkeit**“.

Also, Ihr seht, es gibt genug Möglichkeiten das Sportabzeichen zu erreichen.

Der Sparkassen und Giroverband wird auch 2024 einen Wettbewerb für Teams/Mannschaften ausrichten.

Der TuS Esingen war in den letzten 7 Jahren 9x bei den Gewinnern des Teamwettbewerbs und 2x 3. beim Vereinswettbewerb im LSV Schleswig-Holstein. 2023 haben wir 10 Teams gemeldet: LA Jugend 2x, Lauffreizeit, Jedermänner, Volleyball Freizeit, TT Jugend 2x, Fitnessgruppe Josten, Fitnessgruppe Unger, Handball Minis.

2023 haben wir tatsächlich wieder 2 Gewinner, 500€ für die Teamkasse, Volleyball Freizeit und die Handball Minis von Yannik Rechter!!

Also, das Mitmachen im Team und für den Verein lohnt sich!

Für Mannschaftstermine, außerhalb der Abnahme am Mittwoch, bitte Rüdiger (04122 53206) ansprechen.

Einen besonderen Dank an unsere „Dauerbrenner“:

Monika Neumann 42x, Florian Neumann 28x, Britta Liebold 22x, Heike Ebert 21x, Klaus Buttler 20x, Dr. Detlef Werner 25x, Uwe Kühl 24x, Kerstin Holst und Bärbel Josten 18x, Antje Kramer u. Gerrit Wiens 17x, Andrea Eckert, Burghard Ruhnke, Wilfried Schmidt je 16x, Jochen Lollies 15x, 20 Personen mit mindestens 10 erreichten Sportabzeichen.

Herzlichen Glückwunsch zu Eurer sportlichen Fitness!

Im sehr gut besuchten Sportheim wurden die Urkunden am Freitag, 13.01.2024 überreicht. Anschließend haben wir bei unserem Vereinswirt Winni mit reichlich Currywurst und einem kühlen Getränk auf das Sportabzeichenjahr 2023 angestoßen.

Unsere sportlichen Erfolge wollen wir in 2024 wiederholen.

Es muss nicht immer Gold sein, auch Silber und Bronze reichen zum Erwerb einer Urkunde. Also, scheut Euch nicht das Sportabzeichen „anzugreifen“.

Nichtvereinsmitglieder sind herzlich willkommen.

Infos. und Unterlagen könnt Ihr bei Rüdiger 04122 53206 , oder ruediger.holst@gmail.com, www.deutsches-sportabzeichen.de anfordern.

Abnahme jeden Mittwoch (ab 22.05.2024 bis zu den Herbstferien)
von 18:00h – 19:30h auf dem Sportplatz der KGST.

**Bleibt gesund und bis bald,
Euer SportabzeichenTeam im
TuS Esingen**