



**OKTOBER 2022**

**FREIZEITSPORT**

Abteilungsleiter:  
Siegfried Brugger  
Im Korlehen 24  
88069 Tett nang-Laimnau  
Telefon 07543/7844  
siegfried.brugger@tsv-tett nang.de



So. 02.10. **Radtour mit Fahrt auf der Räunerbahn**  
Leitung: Sigrun Schapfl

Do. 06.10. **Kaffee-Hock im „Kaffeeekännle“ ab 15:00 Uhr**  
Leitung: Siegfried Brugger

Fr. 07.10./  
21.10. **Tanzkreis**  
Leitung: Siegfried Brugger

Sa. 15.10. HT **Traditionelle Wanderung mit Weinverkostung**  
Leitung: W. Schönwetter

Info unter Tel. 07542/93280  
Wolfgang Schönwetter

So. 23.10. HT **Wanderung um Ettenkirch**  
Leitung: Margit Wassmer

Fr. 28.10. GT **Radtour im Argental**  
Leitung: Siegfried Brugger

Redaktionsschluss für die nächste Ausgabe: 16. Oktober

Das Monatsinfo liegt unter „<https://www.tsv-tett nang.de/news/freizeitsport-news>“  
zum Herunterladen und  
bei Bürobedarf Schülling in der Montfortstraße, Tett nang bereit.



# Radtour: Fahrt mit der Räuberbahn

Am Sonntag, den 02. Oktober 2022 lade ich Euch zur Radtour ein.

Wir treffen uns am Bahnhof in Meckenbeuren und fahren mit dem Zug nach Aulendorf und weiter mit der Räuberbahn bis Pfullendorf. Von hier geht es Richtung Donau bis Mengen und zurück über Ostrach ins Schussental. Leider fährt nur ein kurzer Zug, so nehme ich nur 9 Personen mit ( telefonisch anmelden).

Wir werden Mittagessen und/oder Kaffee trinken gehen.

Auf eine schöne Radtour mit euch freut sich Sigrun Schapfl

- Datum:** 2. Oktober 2022
- Abfahrt:** 8:15 Uhr
- Treffpunkt:** Bahnhof Meckenbeuren
- Teilnehmer:** 9
- Gesamtstrecke:** ca. 80 km
- Sicherheit:** Helmpflicht für alle Teilnehmer  
für die Verkehrssicherheit des Fahrrades ist der Teilnehmer selbst verantwortlich.
- Haftung:** Jeder Teilnehmer fährt auf eigenes Risiko, und mit dem nötigen Abstand untereinander, der Veranstalter übernimmt keine Haftung.  
– Die Vorschriften der Corona-Pantemie sind einzuhalten –
- Auskunft/Anmeldung:** Telefon 07542/54138 bei Sigrun Schapfl
- Wetter:** Bei Regen fällt die Radtour aus.
- Leitung:** Sigrun Schapfl
- Veranstalter:** TSV-Tettngang, Abteilung Freizeitsport





# Wanderung auf dem Ailinger Panoramaweg

Am Sonntag, den 23. Oktober 2022 bietet der Abt. Freizeitsport im TSV Tettngang eine Nachmittagswanderung auf dem Ailinger Panoramaweg an. In Fahrgemeinschaften geht es nach Ettenkirch zur Ludwig Roos-Halle. Von dort wandert man nach Waltenweiler, Haldenkapelle und zum Aussichtspunkt Horach, Nach dieser herrlichen Rundschau führt der Weg durch Wald und Obstplantagen zurück zum Ausgangspunkt. Eine Einkehr ist vorgesehen. Mitglieder und auch Gäste sind zu dieser schönen Wanderung eingeladen.

|                        |                                  |
|------------------------|----------------------------------|
| <b>Datum:</b>          | Sonntag, 23. Oktober             |
| <b>Abfahrt:</b>        | 13:30 Uhr                        |
| <b>Treffpunkt:</b>     | Loreto-Parkplatz                 |
| <b>Dauer:</b>          | 2,5 Stunden                      |
| <b>Auskunft:</b>       | Telefon 07542/3179 (Wassmer)     |
| <b>Wetter:</b>         | Bei Regen fällt die Radtour aus. |
| <b>Wanderführerin:</b> | Margit Wassmer                   |



---

# Radtour über Schloß Achberg nach Oberreitnau



Am Freitag, den 28. Oktober 2022, gibt es eine Radtour von der Abteilung-Freizeitsport im TSV-Tettngang.

Sie führt von Tettngang-Laimnau-Heggelbach-Sibratsweiler zum Schloß Achberg, hier kurze Pause am Schloss, dann geht es weiter über Esseratsweiler nach Oberreitnau, wo eine Kaffeepause eingelegt wird, wenn es möglich ist. Weiter über Eggatsweiler-Hörholz-Wettis-Wielandsweiler-Unterwolfertsweiler-Heiligenhof-Gießenbruck nach Tettngang zurück, zur Einkehr im Kaffeekännle, und Ende der Radtour.

- Datum:** 28. Oktober 2022
- Abfahrt:** 13:00 Uhr
- Treffpunkt:** Stadthalle Tettngang
- Gesamtstrecke:** ca. 40 km
- Sicherheit:** Helmpflicht für alle Teilnehmer  
für die Verkehrssicherheit des Fahrrades ist der Teilnehmer selbst verantwortlich.
- Haftung:** Jeder Teilnehmer fährt auf eigenes Risiko, und mit dem nötigen Abstand untereinander, der Veranstalter übernimmt keine Haftung.  
– Die Vorschriften der Corona-Pantemie sind einzuhalten –
- Auskunft:** Telefon 07543/7844 bei Siegfried Brugger
- Wetter:** Bei Regen fällt die Radtour aus.
- Leitung:** Siegfried Brugger
- Veranstalter:** TSV-Tettngang, Abteilung Freizeitsport



---

# Fit durch Herbst und Winter mit Nordic-Walking



von 19. September 2022 bis 24. März 2023



Donnerstagsgruppe

## 1. Vormittagstermine das ganze Jahr

Dienstags- und Donnerstagvormittags von 9 bis 10 Uhr wird wenn möglich in 2 Gruppen gelaufen. Treffpunkt für alle Gruppen ist der Spielplatz im Schäferhoferwald. Die Vormittagstermine finden das ganze Jahr statt. Außer an den Feiertage.

## 2. Herbst Abendtermine: von 19.9. - 27.10.2022: Schäferhofer Wald

Montag 18:00 - 19:00 Uhr , Donnerstag 18:00 – 19:00 Uhr.

## 3. Winter-Abendlaufzeiten: von 04.11.2022 bis 24.03.2023

Dienstag 17 – 18 Uhr an der Argenrundtour, Wanderparkplatz Gießenbrücke. Strecke rechts an der Argen bis zur Oberdorfer Brücke und wieder zurück bis zum Parkplatz, ca. 6 km. Alle können ihr eigenes Tempo laufen

**Neu: Freitag 17 – 18 Uhr. Treffpunkt am Parkplatz Schäferhoferwald.  
Der Samstagstermin entfällt.**

Bei Dunkelheit im Dezember und Januar wird mit Stirnlampen geleuchtet.

### Motivation:

So läuft sich's leichter! Besser gemeinsam als einsam.  
Kommen Sie zum Lauftreff, dort sind Nordic-Walker/innen, die sich auf Sie freuen.  
Raus aus dem Trott. Wechseln Sie die Lauftrefftermine.  
Es werden bei allen Terminen andere Strecken in landschaftlich reizvoller Umgebung gelaufen.

**Bei kräftigem Regen, viel Schnee oder vereisten Wegen kann der Betreuer den Lauftermin absagen.**

Weitere Infos über Email an: [klaus-hesse-psychologe@gmx.de](mailto:klaus-hesse-psychologe@gmx.de)

---



## Hallo Nordic-Walker/innen,

wir brauchen dringend Unterstützung, damit wir die vier Lauftrefftermine für Nordic-Walking pro Woche weiter anbieten können. Bitte überlegt euch, ob ihr als Lauftreffleiter/in mit einsteigen könnt und meldet euch bei mir.

### Als Voraussetzung braucht ihr:

- Freude an Nordic-Walking.
- Eine kleine Orientierung im Schäferhoferwald.  
(Dazu kann ich euch, bei Bedarf gerne eine Strecke zeigen und markieren.)
- Ihr solltet ein bis zweimal pro Monat Zeit haben eine Gruppe vormittags oder abends im Schäferhoferwald zu führen. (Natürlich nicht im Urlaub)

### Persönliche Vorteile

1. Gesunde Bewegung in der Natur, eigene Fitness.
2. Umgang und Kontakt mit sportbegeisterten, freundlichen Menschen.
3. Lauftermine nach den persönlichen Bedürfnissen. Ein bis 2 mal pro Monat.
4. Übungsleiterfortbildung beim Württembergischen Leichtathletikverband (WLV) an 2 Wochenenden. *(Fahrt- und Kurskosten werden übernommen.)*
  1. **Wochenende Grundkurs: Sporttheorie und Betreuung von Gruppen.**
  2. **Wochenende Aufbaukurs: Nordic-Walking-Technik, Auf- und Abwärmen.**
5. Erste Hilfe Fortbildungen alle 2 Jahre
6. Spendenbescheinigung für das Finanzamt (für jede Übungsstunde 10 €).
7. Bescheinigung für die Krankenkasse (Bonuspunkte)

### Nordic-Walking-Lauftreff-Termine im Schäferhoferwald:

#### Nordic-Walking Vormittagstermine das ganze Jahr:

Dienstag 9:00 – 10:00 Uhr und Donnerstag 9:00 – 10:00 Uhr. (2 Laufgruppen)

**Sommer Abendtermine:** Montag 19:00 - 20:00 Uhr, Donnerstag 19:00 – 20:00 Uhr.

**Herbst Abendtermine:** Montag und Donnerstag 18:00 – 19:00 Uhr.

**Winter Abendtermine:** Dienstag Argen, und Freitag Schäferhof 17 – 18 Uhr

Ich freue mich, auf eure Mitarbeit im Team.      Liebe Grüße Klaus

Kontakt: Klaus Hesse, Telefon 0175 3333500, Email: klaus-hesse-psychologe@gmx.de

---