

Die Ferien sind zu Ende und mit dem neuen Schuljahr nehmen wir unseren Sportbetrieb wieder auf.

Der diesjährige Breitensporttreff findet am Samstag, 15.09. um 16.30 Uhr im Katholischen Gemeindehaus statt.

Die TSV INFO-Broschüre soll so schnell wie möglich neu aufgelegt werden. Änderungen bei den Trainingszeiten oder Übungsstunden bitte bis 24. September der Geschäftsstelle melden.

Einen guten Start ins neue Schuljahr, viel Erfolg und das notwendige Glück in der bevorstehenden Saison wünschen

Martin Blaser - Roland Menz - Gerd Sturm

Erste-Hilfe-Kurs

für Übungsleiter u. Helfer

Termin: 12./13. Oktober 2012

Fr 19.00 – 21.00 Uhr / Sa 08.30 – 16.30 Uhr

DRK Bad Saulgau 8 Doppelstunden

Die Kosten für diesen angebotenen Erste-

Hilfe-Kurs werden vom TSV übernommen

Anmeldung über die TSV Geschäftsstelle

Tel. 0 75 81 / 53 79 70

E-Mail mail@tsv-badsaulgau.de



Wissenswertes

Sturzprophylaxe

Leider passiert es häufig, dass ältere Menschen stürzen oder zumindest beinahe stürzen. Es wird geschätzt, dass etwa ein Drittel der Menschen über 65 Jahren mindestens einmal pro Jahr hinfällt. Je älter man wird, um so größer wird auch das Sturzrisiko. Bei den 80 bis 89-Jährigen sind es sogar 40 bis 50 Prozent, die mindestens einmal pro Jahr fallen. Und bei den 90- bis 99-Jährigen sind es bereits deutlich mehr als die Hälfte aller Menschen.

Mehr als die Hälfte der Menschen sind nach dem Bruch in Ihrer Beweglichkeit erheblich eingeschränkt. Die Ergebnisse wissenschaftlicher Untersuchungen sind eindeutig: Während vor einem Bruch drei Viertel der untersuchten älteren Menschen noch selbständig und ohne Hilfsmittel gehen konnten, waren es nach dem Bruch lediglich noch 15 Prozent. Der Deutsche Turner-Bund möchte sich aktiv daran beteiligen, die Anzahl von Stürzen älterer Menschen zu verringern

[Info](#)

Termine

Aus- und Fortbildung

Übungsleiter C "Sport mit Älteren"

Termin: Mo 24.09. - Do 27.09.

Ort: Sportschule Ruit

[Info](#)

Fitness-Cocktail - bekömmlich gemixt

Termin: Fr 05.10. - So 07.10.

Ort: Landessportschule Albstadt

[Info](#)

Richtig tapen

Termin: Sa 13.10.

Ort: Landessportschule Albstadt

[Info](#)

Entspannungsmethoden und Gesundheitssport

Termin: Mo 15.10. - Di 16.10.

Ort: Landessportschule Albstadt

[Info](#)

Koordinationstraining im Fitness- und Breitensport

Termin: Mi 17.10. - Fr 19.10.

Ort: Landessportschule Albstadt

[Info](#)

Interessante links

Fernsehsendung verpasst? Sportübertragungen live

<http://fernsehsuche.de/>



<http://www.eurovisionssports.tv/london2012/index.html>



<http://www.zdf.de/ZDFmediathek>



<http://zattoo.com>

Freiwilliges Soziales Jahr

Der TSV Bad Saulgau geht mit dem FSJ in das dritte Jahr.

Am 01.09. hat **Timo Menz** sein freiwilliges Soziales Jahr beim TSV Bad Saulgau begonnen.

Bei Engpässen in einzelnen Sportgruppen bitte vorab die Unterstützungen durch Timo Menz bei der TSV Geschäftsstelle anmelden.

Für das vergangene FSJ bedanken wir uns bei Nora Gerster für ihr Engagement beim TSV 1848 Bad Saulgau e.V.



Galaxy

Nach dem tollen Erfolg vom letzten Jahr möchte die

Sportkreisjugend Sigmaringen

Euch auch dieses Jahr wieder einladen, einen Tag lang in der größten Thermenwelt Europas, mal so richtig Spaß und Fun zu erleben. In der Therme in Erding

www.therme-erding.de

[YouTube](#)

20 Rutschen / 1700 Rutschenmeter

Samstag, 01. Dezember 2012

Meldeschluss 20. November 2012

[Ausschreibung](#)

Bücher

Standfest und Stabil:

In Balance bleiben
Muskelkraft u. Bewegun-
gsicherheit trainieren
Den Alltag sicher meistern
Stürze verhindern

[Info](#)



Sturzprophylaxe-
Training

[Info](#)

