

Turn- und Sportverein Walluf e. V.

Ausgabe 2026



2026

Alle Sportangebote sind ab Seite 45 aufgelistet!

Liebe Mitglieder, Freundinnen und Freunde des TSV Walluf!



In diesem Jahr grüße ich mit in einem Helfer-T-Shirt vom Deutschen Turnfest in Leipzig. 8 Jahre nach Berlin konnte das internationale Turnfest wieder stattfinden - mit großer Beteiligung des TSV. Im Heft ist ein kleiner Bericht über das schöne Ereignis. Im Jahr 2029 ist als nächster Austragungsort München geplant. Im Jahr 2026 ist der TSV erneut bei einem Turnfest aktiv: beim Landeskinderturnfest in Limburg werden 25 Kinder mit ihren Betreuern und Trainerinnen an Wettkämpfen teilnehmen. Auf dem Deckblatt kann man unsere neue Fahne bewundern. Sie wurde anlässlich der Oberwallufer Kerb vorgestellt und gesegnet. Bei der Zusammenstellung der Berichte für das Heft sind wir immer wieder erstaunt und stolz, wie viele Gruppen in den unterschiedlichsten Sportarten aktiv sind. Hier möchte ich meine Worte vom letzten Mal wiederholen. Zum Glück dürfen wir uns auf einen jederzeit hilfsbereiten Gesamtvorstand verlassen. Aber auch die vielen fleißigen, gut ausgebildeten Übungsleiterinnen und Übungsleiter sowie allen Assistentinnen und Assistenten tragen dazu bei, dass der TSV Walluf solch ein großes und vielseitiges Sportangebot anbieten kann. Darüber hinaus engagiert sich der Verein in der Gemeinde Walluf und in Sportgremien beim Sportkreis und Turngau. Ein großes Dankeschön gilt Jörg Hüther. Er hat erneut die vielen Wort- und Bildbeiträge zu einem bunten und informativen Überblick über die sportlichen Aktivitäten bearbeitet und gebündelt. Uschi Molzahns Arbeit möchte ich besonders hervorheben. Ohne ihren unermüdlichen Einsatz wäre es nicht möglich, dass der Sportbetrieb so reibungslos stattfinden kann. Sie sorgt bei Hallensperrungen für Ersatzorte (das passiert leider viel zu oft), behält den Übungsleiter/innenbetrieb im Blick und schafft es immer wieder, neue Übungsleiter/innen für neue Sportangebote zu finden. Danke. Wir sind immer bemüht, den Verein der Zeit und den Bedürfnissen der Mitglieder anzupassen. Dazu könnten wir aber etwas mehr Resonanz gebrauchen, um uns der Zukunft stellen zu können. Wir freuen uns über jede/jeden, der/die uns bei unseren Aufgaben unterstützen kann. Meldet euch entweder bei uns oder unter veranstaltungen@tsv-walluf.de.

Wir laden alle ein, das vielfältige Angebot des TSV Walluf zu nutzen.

Mit sportlichen Grüßen

Regina Stratmann-Albert

Ehrungen von Jubilarinnen und Jubilaren im Vereinsjahr 2025



Als Dank und Anerkennung für die langjährige Vereinszugehörigkeit wurden die Jubilare des Jahres 2025 zu einem geselligen Beisammensein mit Essen und Trinken in die Gutsschänke Klerner Erben eingeladen. Der Nachmittag hat allen gefallen, da sich Zeit für Gespräche mit Menschen bot, mit denen man schon lange nicht mehr zusammen war. Die Mitgliedsjahre der Jubilare beziehen sich auf die jeweiligen Vereine TV Niederwalluf, TV Oberwalluf und Breitensportverein Walluf.

Auf dem Foto sind stehend (von links nach rechts):

1. Reihe: Hans-Eugen Klee (40 Jahre), Wolfgang Courtial (75 Jahre), Lydia Krick (25 Jahre), Uschi Molzahn (2. Vorsitzende)

2. Reihe: Rainer Schäfer (25 Jahre), Ingrid Wenicker (25 Jahre), Irma Rheinberger (60 Jahre), Astrid Neuschäfer-Bechtold (25 Jahre), Regina Stratmann-Albert (1. Vorsitzende), Philipp Pesch (25 Jahre), Henk Bechtold (25 Jahre)

letzte Reihe: Guido Franzke (50 Jahre), Volker Bechtold (25 Jahre).

Herzlichen Glückwunsch!

Jubilare und Ehrenmitglieder des TSV Walluf im Jahr 2026

75 Jahre

Joachim Hoffmann
Karla Ziggel

60 Jahre

Walter Steinbach

50 Jahre

Ariane Kaestner
Thomas Leikam
Rainer Fritsche

40 Jahre

Hans Mahl
Christa Mahl
Dietmar Dörr
BijanTaleghani-Ersoy

Herzlichen Glückwunsch !

25 Jahre

Michelle Kersten
Karl-Heinz Rheinberger
Michael Bär
Carsten Beul
Nicole Prasuhn
Wiebke Herner
Karin Volz
Tamara Neumann
Edith Rosin
Sarah-Maria Christmann
Hans-Josef Lotz
Dominic Käbe
Annika Fortmann

Helge Martin Krollmann
Heidrun Orth-Krollmann
Regina Stratmann-Albert
Armin Frischer
Andreas Stratmann
Roland Ronz
Gerd Wohlbold
Roswitha Wohlbold
Carmen Herrmann
Timo Schmidt
Inge Zoll
Hannelore Fischer
Jürgen Fischer

Jubilare und Ehrenmitglieder des TSV Walluf im Jahr 2026

Ehrenmitglieder

Heinz Dieter Bierbrauer

Willi Burkard

Karl Güllering

Willi Hundt

Harald Kissner

Ernst Rappenecker

Liselotte Russler

Rita Scherer

Heinz Schwed

Walter Steinbach

Rudi Wenzl

Wilfried Woidich

Joachim Wolf

Manfred Ziggel

Ehrenvorsitzender

Horst Breßler



40 Erwachsene erhalten das Sportabzeichen 2025

Die Zahl sagt, zum wievielten Mal

Ahlers, Jörn	11	Kober, Nicole	6
Albert, Jonas	16	Kostka, Horst	6
Albert, Klaus	36	Krieger, Cuanita	14
Armbrust-Henrich, Heike	2	Krieger, Jens	14
Dornheim, Kerstin	1	Lotz, Tanja	2
Elsholz-Schmidt, Sabine	3	Pape, Helmut	15
Engelmann, Manuel	9	Passek, Birgit	2
Gleichfeld, Marion	4	Prasuhn, Nicole	14
Gleichfeld, Jörn	17	Rappenecker, Elmar	31
Gleichfeld, Tim	9	Rappenecker, Ernst	39
Gleichfeld, Tom	6	Reichenbach, Sabine	12
Grüner, Ingrid	32	Rheinberger, Anja	13
Hartmann, Lisa	4	Schlörb, Niklas	1
Herner, Sabine	17	Schlörb, Alexandra	14
Herner, Wiebke	10	Schmidt, Cornelia	4
Herzer, Joachim	12	Schmidt, Hans-Georg	25
Hoffmann, Nick	1	Stratmann-Albert, Regina	33
Hoffmann, Melanie	2	Vachek, Eva-Maria	1
Hoffmann, Birgit	23	Weißert, Simone	9
Kiene, Bernd	7	Windler, Nicole	13



*Herzlichen
Glückwunsch !*

86 Kinder und Jugendliche erhalten das Sportabzeichen 2025

Die Zahl sagt, zum wievielten Mal

Bauch, Borys	1	Küster, Aurora	3
Baumgart, Summer	1	Lage, Luna	1
Becker, Elisabeth	1	Laux, Mathilda	4
Bender, Mia	8	Laux, Philippa	5
Bender, Tom	6	Lengsfeld, Janina	3
Celik, Emilia	2	Lengsfeld, Sebastian	1
Conradi, Mila	4	Lorson, Paul	1
Dämmer, Lisa	1	Luh, Emilia	1
Diez, Ellen	6	Luh, Luisa	1
Dirksen, Lillien	2	Macco, Emma	5
Ergün, Lara	1	Malek, Laura	2
Ferl, Matilda	1	Marczak, Dawid	2
Fetzer, Selina	1	Massing, Lennart	3
Fries, Matteo	1	Massing, Lukas	1
Gärtner, Thea	1	Mayer, Maximilian	1
Gilles, Viktoria	6	Meißner, Julia	5
Gilles, Charlotte	6	Meißner, Ole	8
Goltmann, Daniel	4	Mellert, Nova	1
Goltmann, Emilian	1	Mitter, Frieda	1
Gutberlett, Pia	1	Müller, Charlotte	2
Haas, Bastian	2	Müller, Maximilian	3
Hagmann, Aline	2	Müller, Stina	1
Heinze, Mariebelle	2	Nagypal, Petra	4
Herbst, Elina	1	Pas, Nelly	2
Hesse, Pauline	2	Passek, Theo	2
Hoffmann, Michel	2	Preuss, Milan	2
Kaiser, Paulina	1	Quasten, Jakob	4
Karsunsky, Magdalena	2	Raciti, Louis	1
Kinz, Greta	1	Reuter, Emil	4
Krieger, Cecile	11	Roales, Luca	2
Krug, Juliane	1	Ruda, Amelie	1
Krüger, Ida	1	Schreckenbach, Ronja	2

86 Kinder und Jugendliche erhalten das Sportabzeichen 2025

Die Zahl sagt, zum wievielten Mal

Schütz, Emelie	1	Vachek, Hannes	1
Schwer, Lena	1	Vachek, Mattis	1
Siats, Valeria	1	Veneziano-Siats, Lavinia	5
Simon, Henning	2	Volkmar, Jonas	3
Springer, Antonia	2	Volkmar, Mina	3
Stoll, Arthur	7	Wanke, Janosch	1
Thoer, Leni	3	Wanke, Mara	4
Tonhauser, Mara	8	Weißert, Julia	4
Ulbicht, Emil	3	Wichert, Pauline	4
Umunc, Dilay	6	Zimmermann, Luise	1
Vachek, Felix	6	Zimmermann, Sophia	5

Herzlichen Glückwunsch !



Wettkampfturner 2025

Zwischen Medaillen, Muskelkater und Meisterleistungen

In diesem Jahr waren unsere Wettkampfturner wieder einmal überall dort zu finden, wo es entweder Punkte, Pokale oder zumindest etwas zu lachen gab. Kurz gesagt: Sie waren sehr aktiv – manchmal freiwillig, manchmal, weil der Trainer es so wollte.

Los ging es natürlich ganz seriös mit den Wettkämpfen. Die Kampfrichter zückten ihre Tafeln, die Turner ihr Magnesia, und jeder wusste: Muskelkater ist auch nur ein anderes Wort für „Erfolg“.

Kaum waren die Wettkämpfe überstanden, stand schon das nächste Highlight an: das Internationales Deutsches Turnfest in Leipzig. Eine Woche voller Turngeräte, Begegnungen und der ständigen Frage: „Wo müssen wir eigentlich als Nächstes hin?“ Zwischen Showbühnen, Mitmachaktionen und 80.000 anderen Turnbegeisterten bewiesen unsere Athleten sportliches Können.



Wettkampfturner 2025

Zwischen Medaillen, Muskelkater und Meisterleistungen

Doch damit nicht genug! Weiter ging's mit dem legendären 10er-Kanadier-Gaudi-Rennen in Hochheim. Hier zeigte sich: Turner können nicht nur schwingen, springen und landen – sie können auch paddeln und das sogar synchron.

Das Ergebnis? Platz 4



Wettkampfturner 2025

Zwischen Medaillen, Muskelkater und Meisterleistungen

Ein weiteres Highlight waren die Trainingslager in Niederwörresbach und Ingelheim. Gemeinsam mit den Turnern und Turnerinnen des befreundeten Vereins TG Hochheim wurden entweder ein ganzes Wochenende oder ein Samstag lang trainiert, gelacht und an neuen Elementen gefeilt.



Wettkampfturner 2025

Zwischen Medaillen, Muskelkater und Meisterleistungen

Hessenmeisterschaft Mannschaft FlickFlack



Bei den Hessischen Mannschaftsmeisterschaften in Melsungen haben wir den 7. Platz belegt. Zum 6. Platz haben nur 0,5 Punkte gefehlt und zum Platz 8 hatten wir fast 10 Punkte Vorsprung. Jacob und Jonas haben super geturnt, in der Einzelplatzierung hat Jonas den 13. Und Jacob den 18. Platz belegt.

Zum krönenden Abschluss des Jahres stand schließlich die Kinderturnshow auf dem Programm. Hier bewiesen unsere Wettkampfturner einmal mehr, dass sie nicht nur sportlich überzeugen können,

Wettkampfturner 2025

Zwischen Medaillen, Muskelkater und Meisterleistungen

sondern auch auf der Bühne eine gute Figur machen. Ob als Blues Brothers oder als Seemänner – die Zuschauer waren begeistert. Fazit 2025: Unsere Wettkampfturner haben geschwitzt, gelacht, gepaddelt und geturnt.



Sie haben Medaillen gesammelt, Erinnerungen geschaffen und bewiesen, dass man mit Teamgeist, Humor und einer ordentlichen Portion Magnesia einfach alles schaffen kann.

Wettkampfturner 2025

Zwischen Medaillen, Muskelkater und Meisterleistungen

Ergebnislisten

Wettkampfteilnehmer u. Wettkampfteilnehmerinnen u18 2025

Gau-Einzel Meisterschaften männlich

23.02.2025

WK 17	Dawid Marczak	Pl. 1
	Janosch Wanke	Pl. 2
WK 18	Tom Bender	Pl. 2
	Luca Roales	Pl. 5
	Daniel Goltmann	Pl. 8
WK 21409	Maximilian Müller	Pl. 1
WK21411	Jacob Quasten	Pl. 1
	Jonas Volkmar	Pl. 5
WK21413	Theo Passek	Pl. 1
WK21415	Arthur Stoll	Pl. 1
	Ole Meißner	Pl. 2
WK21417	Emil Reuter	Pl. 1
	Cayetano Schebitz	Pl. 1

Gau-Einzel Meisterschaften weiblich

30.03.2025

WK14	Jana Quasten	Pl. 12
	Lenja Hensgen	Pl. 13
	Mara Hirschmann	Pl. 14
	Fiona Schedler	Pl. 20

Hessenmeisterschaften einzel männlich

29. - 30.03.2025

Emil Reuter	Pl. 1
Jacob Quasten	Pl. 25
Theo Passek	Pl. 16
Arthur Stoll	Pl. 10

Deutsches Turnfest

28.05.25 - 01.06.25

Meißner Ole	Pl. 102
Stoll Arthur	Pl. 99
Reuter Emil	Pl. 5
Schebitz Cayetano	Pl. 79
Schedler Fiona	Pl. 320
Hensgen Lenja	Pl. 641
Umunc Dilay	Pl. 1064
Hirning Lea	Pl. 1100
Bender Mia	Pl. 1111
Springer Antonia	Pl. 1121
Kaufmann Maja	Pl. 1148
Hirschmann Mara	Pl. 492
Krieger Cecile	Pl. 578
Quasten Jana	Pl. 203

Gau-Mannschaftsmeisterschaften männlich

17.05.2025

WK 1	Tom Bender	Pl. 1
	Daniel Goltmann	
	Henning Simon	
WK 2	Dawid Marczak	Pl. 1
	Maximilian Müller	
	Janosch Wanke	
	Luca Roales	
WK 21421	Jonas Volkman	Pl. 1
	Jacob Quasten	
WK 21425	Ole Meißner	Pl. 1
	Theo Passek	
	Arthur Stoll	
WK 21429	Cayetano Schebitz	Pl. 1
	Frederik Diez	
	Emil Reuter	

Gau-Mannschaftsmeisterschaften weiblich

18.05.2025

WK 7	Lenja Hensgen	Pl. 4
	Jana Quasten	
	Mara Hirschmann	
	Fiona Schedler	

Hessenmeisterschaften Mannschaft

06.12.2025

Mannschaft FlickFlack Wiesbaden	Pl. 7
Jacob Quasten	
Jonas Volkmar	



Aus dem Sport– und Wettkampfbetrieb

Vereinsport-Assistenz-Ausbildung 2025

Nachwuchs für den Turnbetrieb

An den Wochenenden vom 23.08.2025 bis zum 21.09.2025 stellten sich 10 engagierte Jugendliche einer besonderen Herausforderung: der Ausbildung zur Vereinsport-Assistenz.

In mehreren intensiven Ausbildungstagen lernten sie alles, was man braucht, um im Verein Verantwortung zu übernehmen – von der Unterstützung im Training über den sicheren Umgang mit den Geräten.

Der Einsatz hat sich gelohnt: Alle 10 Teilnehmenden haben die Prüfung erfolgreich bestanden!

Seitdem unterstützen sie aktiv den Turnbetrieb und bringen frischen Schwung in die Trainingsstunden. Als Helferinnen und Helfer stehen sie den Trainerteams zur Seite und sammeln wertvolle Erfahrungen im Vereinsleben.

Wir sind stolz auf unseren motivierten Nachwuchs und freuen uns sehr über so viel Engagement für den Sport und unseren Verein.

Ein herzliches Dankeschön an alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer – ihr seid eine große Bereicherung für unseren Turnbetrieb!



von links nach rechts:

Dilay, Mia, Lenja, Fiona, Frederik, Emil, Ole und Theo

Nicht auf dem Bild: Jana und Cecile

Eine Auswahl aus unseren Sparten und Sportgruppen

Turnerinnen ab 5 Jahre

Training freitags: 15:00 - 16:00 Uhr

In unserer Turnstunde für Mädchen im Alter von 5 Jahren bis zur dritten Klasse freitags von 15-16 Uhr steht vor allem eines im Mittelpunkt: Spaß und Freude an der Bewegung. Spielerisch erlernen die Kinder die Grundfertigkeiten des Gerätturnens – vom Balancieren über das Rollen bis hin zu ersten Übungen an klassischen Turngeräten. Dabei fördern wir nicht nur Kraft, Koordination und Beweglichkeit, sondern auch Selbstvertrauen und Teamgeist. Jedes Kind darf sich in seinem eigenen Tempo entwickeln und Erfolge erleben – ganz ohne Druck, dafür mit umso mehr Begeisterung.



Eltern-Kind-Turnen für Kinder 1 ½ bis 2 ½ Jahren

Montags
16:00 –
17:00 Uhr



Eine Auswahl aus unseren Sparten und Sportgruppen

Sport-, Spaß- und Spielstunde 4 bis 6 Jahre

Training mittwochs: 16:00 - 17:00 Uhr

In der Sport-, Spaß- und Spielstunde sind alle Kinder zwischen 4 und 6 Jahren willkommen. Mithilfe von Turn- und Spielgeräten können die Kinder Körperwahrnehmung und Koordination lernen, und dabei jede Menge Neues lernen und üben.

Die Stunde beginnt mittwochs um 16 Uhr mit einem Sitzkreis und während wir gemeinsam ein Begrüßungsspiel machen, bauen die Erwachsenen schon die Geräte auf, damit dann gleich losgeturnt werden kann!

Gemeinsam mit einer Begleitperson oder schon eigenständig können die Kinder klettern, hüpfen, werfen, schwingen, balancieren, rollen, rutschen und vieles mehr.

Die Stunde endet um 17 Uhr mit einem Abschlusskreis.



Eine Auswahl aus unseren Sparten und Sportgruppen

Turnerinnen ab 8 Jahre

Training freitags: 16:00 - 17:30 Uhr



Die Turnerinnen werden von drei Übungsleitern sowie drei Assistenten trainiert. Im Training stehen die Grundelemente des Turnens im Mittelpunkt, wie Gleichgewicht, Sprünge und Übungen an Geräten.

Neben der sportlichen Entwicklung spielte auch der Spaß eine wichtige Rolle. Durch abwechslungsreiche Übungen, kleine Spiele und motivierende Anleitung wurde eine positive Trainingsatmosphäre geschaffen. Dies förderte nicht nur die Freude an der Bewegung, sondern auch den Teamgeist innerhalb der Gruppe.

Unsere Gruppe ist aktuell sehr groß, sodass wir im Moment einen Aufnahmestop haben damit ein optimales Training möglich ist.

Wir freuen uns aber über jedes neue Interesse! Bitte meldet euch vorab an, damit wir besser planen und allen Turnerinnen gerecht werden können.



Eine Auswahl aus unseren Sparten und Sportgruppen

Allgemeine Turner

Training freitags: 17:30 – 18:30 Uhr

Du hast Lust zu springen, zu schwingen und neue Tricks zu lernen?
Dann bist du bei uns genau richtig!

Alle Jungs ab 5 Jahren sind herzlich willkommen. Egal ob du zum
ersten Mal in der Turnhalle bist oder schon Erfahrung im Turnen
hast – bei uns kannst du dich austoben und Schritt für Schritt neue
Übungen lernen.

Vielleicht entdeckst du hier dein Talent fürs Turnen? In der allge-
meinen Gruppe geht es vor allem um Spaß an Bewegung, Mut und
gemeinsame Erfolge.



Eine Auswahl aus unseren Sparten und Sportgruppen

Mädchenturnen ab 13 Jahren

Montags 18.00 – 20.00 Uhr

Vorkenntnisse erwünscht



Eine Auswahl aus unseren Sparten und Sportgruppen

Turner & Turnerinnen Ü18

Training freitags: 18:30 – 20:00 Uhr

Training mit Spaßfaktor

Bei uns treffen sich ehemalige Wettkampfturner, Wiedereinsteiger und neugierige Anfänger – also alles, was Rollen, Räder und manchmal auch Muskelkater liebt.

Jeder trainiert das, worauf er gerade Lust hat: vom lockeren Aufwärmen bis zum ehrgeizigen Handstand-Projekt. Dabei helfen wir uns gegenseitig mit Tipps, Motivation und gelegentlich einem „Du schaffst das noch!“

Egal ob du früher durch die Halle geflogen bist oder gerade erst herausfinden möchtest, wo vorne und hinten beim Salto ist – bei uns ist jeder willkommen, unabhängig von Geschlecht oder Erfahrungsniveau.

Neugierig geworden? Dann schnapp dir deine Sportsachen und komm einfach mal vorbei.

Wir freuen uns auf dich – und auf viele gemeinsame, schweißtreibende und lustige Trainingsabende!



Eine Auswahl aus unseren Sparten und Sportgruppen

Leichtathletik

Training dienstags: 17:00 - 18:30 Uhr

Unsere Leichtathletikgruppe ist für alle Kinder von 6 bis 10 Jahren gedacht, die Spaß an Bewegung haben und sich spielerisch ausprobieren möchten.

Im Sommer trainieren wir gezielt für das Deutsche Sportabzeichen und verbessern uns Schritt für Schritt in den Bereichen Laufen, Werfen und Springen.

Im Winter bleibt es abwechslungsreich: Hier stehen spielerische Übungen und vielseitige Bewegung im Vordergrund – die Freude an Bewegung steht dabei immer im Mittelpunkt.

Im Winter findet das Training in der Halle statt, im Sommer (ab Ostern) auf dem Sportfeld Walluftalschule.



Eine Auswahl aus unseren Sparten und Sportgruppen

Kinderschwimmen beim TSV Walluf

Nur nach Anmeldung



In der Schulschwimmhalle der Walluftalschule bieten wir dienstags und freitags Kinderschwimmen für Vereinsmitglieder ab fünf Jahren an. Mit viel Geduld, Spaß und spielerischen Übungen begleiten wir die Kinder auf ihrem Weg zum sicheren Schwimmen. Voraussetzung ist nur, dass die Kinder bereit sind, mit dem Gesicht ins Wasser zu gehen – alles Weitere lernen wir gemeinsam Schritt für Schritt.

An beiden Tagen gibt es einen Seepferdchen-Kurs, in dem die Kinder auf ihr erstes Schwimmabzeichen vorbereitet werden, sowie einen weiterführenden Kurs, in dem Technik, Ausdauer und weitere Schwimmarten trainiert werden – bis hin zum Bronzeabzeichen.

Trainingszeiten

Dienstag

Übungsleiter: Wiebke Herner, Cucu Krieger

16:00–16:45 Uhr – Seepferdchen-Kurs (ab 5 Jahren)

17:00–17:45 Uhr – Weiterführender Kurs

Freitag

Übungsleiter: Tim Gleichfeld, Manuel Engelmann

17:00–17:45 Uhr – Seepferdchen-Kurs (ab 5 Jahren)

18:00–18:45 Uhr – Weiterführender Kurs

Weitere Informationen zu Kursen und Anmeldung findet ihr auf der Website des TSV Walluf.

Eine Auswahl aus unseren Sparten und Sportgruppen

Fitness und Gesundheit

Yoga



Montags
16:45 bis 17:45 und
18 bis 19 Uhr

Vereinshaus Oberwalluf



Eine Auswahl aus unseren Sparten und Sportgruppen

Fitness und Gesundheit

Zumba Fitness

Tanzen und schwitzen und den Rhythmus spüren

Der Mix aus Tanz- und Intervalltraining macht nicht nur Spaß, sondern bringt auch deine Figur in Topform.

Zumba-Fitness kann jeder ausprobieren, der Lust hat, sich zu bewegen. Auch totale Fitnessanfänger machen auf ihrem persönlichen

Level mit. Im Zumba-Kurs musst du niemandem etwas beweisen und auch nicht mit der Gruppe mithalten. Du kannst dir keine langen Schrittsequenzen merken? Macht nichts. Beim Zumba wiederholst du kurze Intervalle. Und wenn du etwas ganz anderes machst als der Rest der Gruppe, ist das auch okay. Jeder tanzt, wie er kann.

Hauptsache, du bewegst dich und hast Spaß.

Zumba ist einfach Party & gute Laune.

Komm vorbei und tanz mit.



Montags 19:15 – 20:15 Uhr im
Vereinshaus Oberwalluf



Turn- und Sportverein Walluf e.V.
Der Verein für die ganze Familie

Eine Auswahl aus unseren Sparten und Sportgruppen

Fitness und Gesundheit

Wassergymnastik



Wasser schont und entlastet die Gelenke und die Wirbelsäule und hilft dabei, sich leicht zu fühlen. Deshalb ist es eine ideale Möglichkeit, sich fit zu halten.

Dienstags
18:15 bis 19
und 19:15 bis 20 Uhr
Donnerstags
20 bis 20:45 Uhr
Schwimmhalle
Walluftalschule



Eine Auswahl aus unseren Sparten und Sportgruppen

Fitness und Gesundheit

Skigymnastik

Das Ganzkörpertraining umfasst Übungen zur Schnellkraft, Beweglichkeit, Kraftausdauer und Koordination. Für Rhythmusschulung und Motivation wird flotte Musik (der 80er) geboten; aber auch sanfte Töne zur Entspannung sind Teil der Sportstunde.



Oktober bis März montags von 20 bis 21 Uhr
in der Turnhalle Walluftalschule

Stark und mobil 60+



Wir sind donnerstags von 15.30 - 16.30 Uhr in der Schulturnhalle.
Dort kräftigen und dehnen wir unsere gesamte Muskulatur, trainieren Beweglichkeit und Gleichgewicht, damit wir im Alter fit und mobil bleiben.

Unsere Sparten und Sportgruppen

Fitness und Gesundheit

Effektives Workout für Männer

Das Bild zeigt eine hochmotivierte Truppe von ewig sportlichen Spätfünzigern die es sich seit Jahren und Jahrzehnten nicht nehmen lassen, einmal die Woche Ratschläge und Fähigkeiten anzunehmen, um sie den Rest der Woche umzusetzen, damit sie auch weiterhin unbeschwert Fahrrad-/Motorradfahren, Skilaufen, Tanzen oder Schwimmen können.



Ein Plätzchen finden Interessenten
dienstags, 19:45 Uhr – 20:45 Uhr
in der Turnhalle Walluftalschule



Eine Auswahl unserer Sparten und Sportgruppen

Fitness und Gesundheit

Fit von Kopf bis Fuß für Frauen



Und nach dem Sport ein Gläschen
Wasser und ein Stückchen Brot

Mittwochs, 19:45 bis 21 Uhr Turnhalle Walluftalschule

Eine Auswahl unserer Sparten und Sportgruppen

Fitness und Gesundheit

Rückenfit

Dieses Sportangebot beinhaltet eine "Funktionsgymnastik" für den ganzen Körper. Die Stunde beginnt unterstützt durch Musik mit einem dynamischen Teil für Beine und Arme. Danach beschäftigen wir uns mit den bis dahin vernachlässigten Körperregionen: Bauch, Rücken, Po. Dabei werden auch mal verschiedene Kleingeräte genutzt.



Freitags 18 - 19 Uhr, Vereinshaus Oberwalluf



Eine Auswahl unserer Sparten und Sportgruppen

Fitness und Gesundheit

Bodyfit

Im Sommer sind wir auf dem Sportfeld Wallluftalschule und bei unseligem Wetter im Katholischen Pfarrzentrum in Niederwalluf. Nach dem Aufwärmen trainieren wir ein bisschen Ausdauer, gefolgt von Muskelaufbau-Übungen....jeder wie er kann....oder will



Wichtig ist auch unsere Weihnachtsfeier, die wir meist im Sommer machen...im Dezember kann ja jeder ;-)



Dienstags 16:30 Uhr je nach Witterung (s.o.)

Eine Auswahl unserer Sparten und Sportgruppen

Freizeit

Nordic Walking



Die Nordic Walking Gruppe trifft sich jeweils Dienstagvormittag am Sportfeld Walluftalschule. Nach einem kurzen "Warm Up" zum Mobilisieren der Gelenke geht es für ca. 70 min durch Straßen, Wiesen und Weinberge rund um Walluf.

Jeden Dienstag 9:30 bis 10:45 Uhr, Parkplatz an der Turnhalle

Eine Auswahl unserer Sparten und Sportgruppen

Freizeit

Wandern

Hiwweltour Bismarckturm des TSV am 27.09.2025

Wir trafen uns bei gutem Wanderwetter an der Wallluftalschule und fuhren in Fahrgemeinschaften zum Bismarckturm bei Ingelheim. Anfangs waren gute Wanderschuhe gefragt, da der Waldweg etwas aufgeweicht war. Auf freiem Feld wurde es zunehmend trockener und es war angenehm zu wandern.

Auf der Tour hat man viele schöne Aussichtspunkte, mit Blick auf den Rheingau, mit dem Niederwalddenkmal, Kloster Ebingen bis nach Eltville sowie die Umgebung von Gau-Algesheim und Ingelheim. Es gibt schöne Rastplätze, die zum Verweilen einladen. Unterwegs gab es viele Walnussbäume, und einige von uns sammelten fleißig Nüsse. Im Welzbachtal konnten wir naturbelassene Wasserläufe bewundern und über Steinplatten den Bach überqueren. Wieder am Bismarckturm angekommen, fuhren wir zum Brauhaus Goldenen Engel in Ingelheim, wo wir bei frisch gezapften Bier unser Essen genossen. Danach ging es wieder zurück nach Walluf.



Eine Auswahl unserer Sparten und Sportgruppen

Freizeit

Radfahren



Derzeit sind wir in der Radgruppe 20 Mitglieder, die mehr oder weniger regelmäßig mitradeln, je nach Schwierigkeit der Tour. Wir fahren mit E-Bikes.

Ab April immer donnerstags 10.30 Uhr am Fässchen am Rheinufer

Bogensport



Das Bogenschießen ist weiterhin voll im Trend.

Auch letztes Jahr konnten wir wieder neue Mitglieder gewinnen, die sich voll und ganz für den Bogensport begeistern.

Es ist sehr erfreulich, dass sich so viele Mädchen für den Bogensport interessieren. Wir freuen uns schon auf die neuen Schützen, die wir in diesem Jahr begrüßen dürfen.

Samstags, 15 bis 16:30 Uhr Trainingsgelände Oberwalluf
Anmeldung erforderlich!

Eine Auswahl unserer Sparten und Sportgruppen

Freizeit

Disco Fox/Delta Fox Formation



Dieser Auftritt war auf dem Moonlight Ball des Stardust Circle in der historischen Stadthalle Wuppertal. Dort waren ca. 850 Gäste und wir behaupten mal, das war bisher unser größter Auftritt.



Samstags, 10:30 bis 12 Uhr, Tanzschule Thiel, Am Klingenberg 17

Eine Auswahl unserer Sparten und Sportgruppen

Ballsport

Basketball



In lockerer Runde spielen wir trotzdem ambitionierte Spiele gegeneinander. Bei Spaß am Spiel und ein bisschen Ballgefühl sind Mitspieler jederzeit willkommen.

**Montags von April bis Oktober 20-22 Uhr (21-22 Uhr den Rest des Jahres), bei genügend Spielern ebenfalls freitags von 20-22 Uhr
Turnhalle Walluftalschule**

Badminton



**Erwachsene: Sonntags 19 bis 21 Uhr Kinder und Jugendliche:
Sonntags 17:30 bis 19 Uhr Turnhalle Walluftalschule**

Eine Auswahl unserer Sparten und Sportgruppen

Ballsport

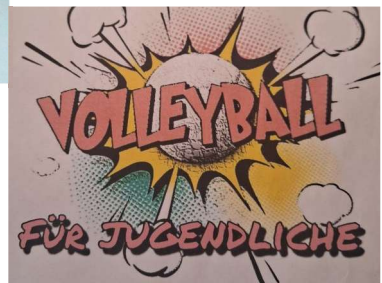
Volleyball



Mittwochs 18:15 – 19:45 Uhr und samstags 15:00 – 16:45 Uhr
Turnhalle der Walluftalschule



Der TSV Walluf bedankt sich sehr herzlich bei Philipp und Michael Palmen für die langjährige Trainingsarbeit der Volleyball-Jugend.



Der TSV Walluf e.V. hat eine neue Webseite!



Die neue Webseite des **TSV-Walluf.de** ist online und zeigt sich deutlich moderner und übersichtlicher. Inhalte lassen sich schneller finden, die Navigation wirkt klarer und die gesamte Seite fühlt sich frischer an. Besonders auf dem Smartphone macht sich die Überarbeitung bemerkbar, denn die mobile Darstellung wurde komplett optimiert und passt sich nun viel besser an verschiedene Geräte an.

Um den Vereinsalltag zu erleichtern, wurden außerdem neue digitale Formulare eingebunden, mit denen viele Anliegen direkt online erledigt werden können. Das spart Zeit und macht Abläufe für Mitglieder wie Verantwortliche einfacher.

Die Webseite soll sich auch in Zukunft weiterentwickeln. Ideen, Hinweise und konstruktive Kritik sind ausdrücklich willkommen und können jederzeit an webseite@tsv-walluf.de geschickt werden. Jede Rückmeldung wird sorgfältig geprüft, damit die Seite Schritt für Schritt noch besser wird und den Bedürfnissen unserer Mitglieder entspricht.

Der Vorstand bedankt sich sehr herzlich bei Rafi Leikam für seine tolle Arbeit!!!

Der TSV Walluf e.V. hat eine Vereinsfahne!



Aus dem Vereinsleben

Adventsfeier am 6. Dezember 2025



Aus dem Vereinsleben

Fastnachtsumzug Oberwalluf am 15. Februar 2026



Die Gummibärchen-Bande war los!



Aus dem Vereinsleben

Wallufer Putztag am 21. März 2026



Auch in diesem Jahr waren wir wieder dabei!

Mit 19 Erwachsenen und 3 Kindern haben wir mitgeholfen, dass Walluf ein bisschen sauberer wird.



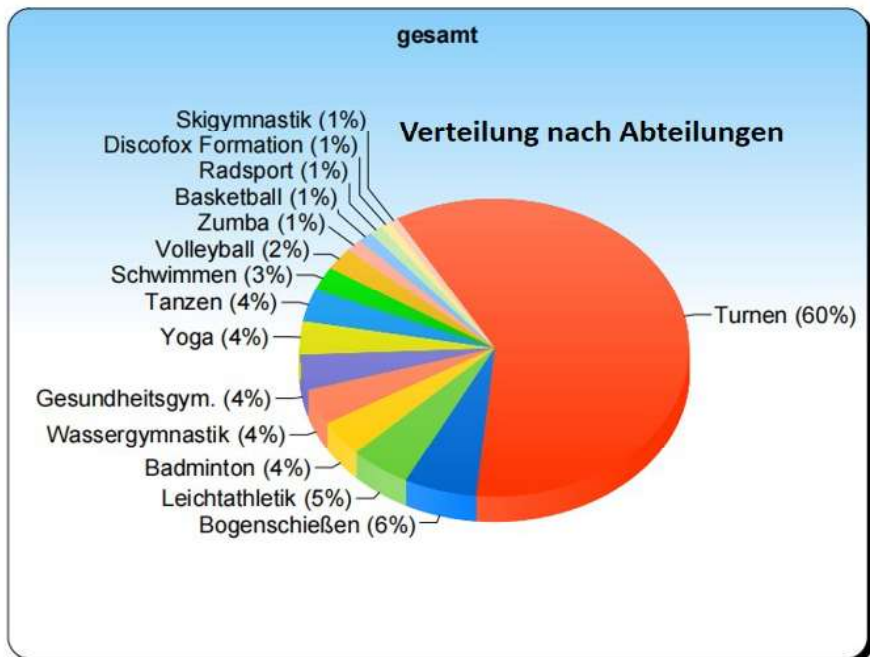
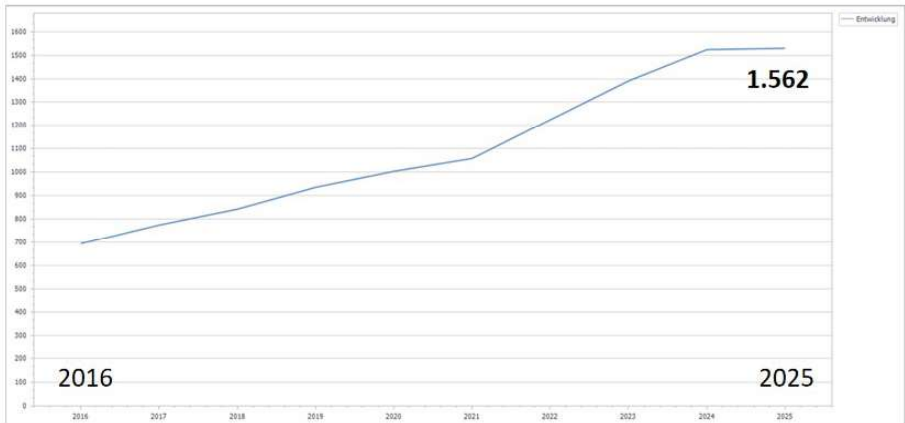
Aus dem Vereinsleben

Etwas Statistik gefällig?

Mitgliederentwicklung

Stand 31.12.2024: 1.548

31.12.2025: 1.562



Aus dem Vereinsleben

Etwas Statistik gefällig?

Abteilung	gesamt	männlich	weiblich
Badminton	69	57	12
Basketball	21	21	0
Bogenschießen	105	66	39
Discofox Formation	15	8	7
Gesundheitsgym.	67	13	54
Leichtathletik	88	38	50
Radsport	19	19	0
Schwimmen	45	20	25
Skigymnastik	12	6	6
Tanzen	62	32	30
Turnen	1044	462	582
Volleyball	42	24	18
Wassergymnastik	68	11	57
Yoga	63	6	57
Zumba	24	0	24



Unsere Angebote für Kinder und Jugendliche (Stand: April 2026)

Montag

Eltern-Kind-Turnen
16.15 - 17.15 Uhr
Kinder 1 1/2 - 2 1/2 Jahre
Turnhalle Walluftalschule

Max Specht
0178 - 7020779

Mädchenturnen ab 13 Jahre
18.00 - 20.00 Uhr
Fortgeschrittene
Turnhalle Walluftalschule

Till Rheinberger
maedchen-ab-13@tsv-walluf.de

Dienstag

Eltern-Kind-Turnen
15.30 - 16.30 Uhr
Kinder 2 1/2 - 4 Jahre
Turnhalle Walluftalschule

Christian Fetzer
Tel. 0176 - 67873566

Kinderschwimmen
16.00 - 16.45 Uhr Anfänger
17.00 - 17.45 Uhr Fortgeschr.
Schwimmhalle Walluftalschule

Nur mit Anmeldung
Cucu Krieger
kinderschwimmen-di@tsv-walluf.de

Leichtathletik
17.00 - 18.30 Uhr
Kinder 6 - 10 Jahre
Sportfeld Walluftalschule

Hannah Kober
leichtathletik-kinder-di@tsv-walluf.de

Mittwoch

Sport-, Spaß- u Spielstunde
16.00 - 17.00 Uhr
Kinder 4 - 6 Jahre
Turnhalle Walluftalschule

Tamara Neumann
Tel.: 7 51 17

Freitag

Mädchenturnen 5 - 10 Jahre
15.00 - 16.00 Uhr
Turnhalle Walluftalschule

Katja Löffler
Tel. 0176 - 21992025

Mädchenturnen ab 11 Jahre
16.00 - 17.30 Uhr
Fortgeschrittene
Turnhalle Walluftalschule

Cucu Krieger
Tel. 97 24 42

Kinder Yoga 5 - 9 Jahre
16.15 - 17.15 Uhr
Vereinshaus Oberwalluf

Lisa Faust
kinder-yoga@tsv-walluf.de

Unsere Angebote für Kinder und Jugendliche (Stand: April 2026)

Freitag

Jungenturnen ab 5 Jahre
17.30 - 18.30 Uhr
Turnhalle Walluftalschule

Cucu Krieger
Tel: 97 24 42

Kinderschwimmen
17.00 - 17.45 Uhr Anfänger
18.00 - 18.45 Uhr Fortgeschr.
Schwimmhalle Walluftalschule

Nur mit Anmeldung
Manuel Engelmann
kinderschwimmen-fr@tsv-walluf.de

Samstag

Bogensport
14.00 - 15.00 Uhr
Trainingsgelände Oberwalluf

bitte immer anmelden
Rainer Berthold
rieslingjaeger@tsv-walluf.de

Sonntag

Badminton
17.30 - 19.00 Uhr
Turnhalle Walluftalschule

Steffen Sufeida
Tel. 0176 - 70044383



Unsere Angebote für Erwachsene (Stand: April 2026)

Montag

Gesundheitsgymnastik
8.45 - 9.45 Uhr
10.00 - 11.00 Uhr
Vereinshaus Oberwalluf

Regina Schreiber
Tel. 0176 - 32714910

Yoga
16.45 - 18.00 Uhr
18.05 - 19.05 Uhr
Vereinshaus Oberwalluf

Nenad Miklos
yoga@tsv-walluf.de

Zumba
19.15 - 20.15 Uhr
Vereinshaus Oberwalluf

Nicole Sachs
zumba@tsv-walluf.de

Basketball
20.00 - 22.00 Uhr
Turnhalle Walluftalschule

Christoph Hesse
basketball@tsv-walluf.de

Dienstag

Nordic Walking
9.30 - 10.45 Uhr
Parkplatz an der Turnhalle

Klaus Albert
Tel. 7 46 54

body-fit
16.30 - 17.30 Uhr
kath. Pfarrzentrum Niederwalluf

Yvonne Lichtenfels
Tel.: 06723 - 6 55 95 46
body-fit@tsv-walluf.de

Wassergymnastik
18.15 - 19.00 Uhr
19.15 - 20.00 Uhr
Schwimmhalle Walluftalschule

nur mit Anmeldung
Jonas Albert/Luisa Langer
wassergym@tsv-walluf.de

Hobby-Fußball
18.15 - 19.45 Uhr
Turnhalle Walluftalschule

Erik Kiefer
fussball@tsv-walluf.de

Effektives Workout für Männer
19.45 - 20.45 Uhr
Turnhalle Walluftalschule

Erik Etz
effektives-workout@tsv-walluf.de



Unsere Angebote für Erwachsene (Stand: April 2026)

Mittwoch

Training Sportabzeichen ab Mai Regina Stratmann Albert
17.30 - 18.45 Uhr Tel.: 7 46 54

Sportfeld Walluftalschule

Volleyball Philipp Pesch
18.15 – 19.45 Uhr volleyball@tsv-walluf.de

Turnhalle Walluftalschule

fit von Kopf bis Fuß für Frauen Regina Stratmann-Albert
19.45 - 21.00 Uhr Tel.: 7 46 54

Turnhalle Walluftalschule

Donnerstag

Radfahren April - Okt. Karl Bröhl
10.30 - ca. 17.00 Uhr Tel.: 7 27 14

Start: Fässchen am Rheinufer

Stark und mobil 60 Plus Ernst Rappenecker
15:30 – 16:30 Uhr Tel.: 7 14 30

Turnhalle Walluftalschule

Tanzsport bitte immer anmelden
19:00 - 21:00 Uhr Sandra und Thomas Barth
findet zur Zeit nicht statt!! Tel. 7 44 64

Wassergymnastik nur mit Anmeldung
20.00 - 20.45 Uhr Jonas Albert/Luisa Langer
Schwimmhalle Walluftalschule wassergym@tsv-walluf.de

Freitag

Turnen alle über 18 Jahre Cucu Krieger
18.30 - 20.00 Uhr Tel.: 97 24 42

Turnhalle Walluftalschule

Rückenfit Klaus Albert
18.00 - 19.00 Uhr Tel.: 7 46 54

Vereinshaus Oberwalluf

Basketball Christoph Hesse
20.00 - 22.00 Uhr basketball@tsv-walluf.de

Turnhalle Walluftalschule

Unsere Angebote für Erwachsene (Stand: April 2026)

Samstag

Delta Fox Formation

10.30 - 12.00 Uhr

Am Klingenweg 17

Johanna Blum

Tel. 0162 - 9127760

Bogensport

15.00 - 16.30 Uhr

Trainingsgelände Oberwalluf

bitte immer anmelden

Cathleen Sufeida

rieslingjaeger@tsv-walluf.de

Volleyball

15.00 - 16.45 Uhr

Turnhalle Walluftalschule

Ramona Ludwig

0172 - 2158543

Sonntag

Badminton

19:00 – 21:00 Uhr

Turnhalle Walluftalschule

Benni Carls

Te. 01573 - 1332378



Impressum:

Herausgeber: Turn- und Sportverein Walluf e. V.

Redaktion: Regina Stratmann-Albert, Ursula Molzahn, Jörg Hüther

Kontakt:: presse@tsv-walluf.de

Bilder: privat, sofern ohne Quellennachweis

Druck: Leo Druck GmbH, Stockach

Der Gesamtvorstand des TSV Walluf e.V.

1. Vorsitzende	Dr. Regina Stratmann-Albert, Birkenweg 12, 65396 Walluf, Tel.: 0 61 23 / 7 46 54 E-Mail: vorsitzende@tsv-walluf.de
2. Vorsitzende Mitgliederverwaltung	Uschi Molzahn, Tel.: 0 61 23 / 7 31 00 E-Mail: 2.vorsitzende@tsv-walluf.de
1. Kassierer	Dr. Jörg Hüther, Tel. 0173 / 31 06 21 4 E-Mail: 1.kassierer@tsv-walluf.de
Leiter Sportbetrieb	Tobias Rheinberger, Tel.: 06123 / 7 54 83 E-Mail: leiter_sportbetrieb@tsv-walluf.de
Schriftführerin	Sabine Herner, Tel.: 0 61 23 / 7 17 00 E-Mail: schriftfuehrerin@tsv-walluf.de
2. Kassierer	Erik Burkard E-Mail: 2.kassierer@tsv-walluf.de
Beauftragter für Senioren	Ernst Rappenecker, 06123 / 7 14 30 E-Mail: beauftragter_senioren@tsv-walluf.de
Beauftragter für Kinder und Jugend	Manuel Engelmann, 06123 / 7 58 14 E-Mail: beauftragter_kinder_jugend@tsv-walluf.de
Spartenleiter Freizeitsport	Gerhard Weiland, 06123 / 73765 E-Mail: sparte_freizeitsport@tsv-walluf.de
Spartenleiterin Turnen und Leichtathletik	Cuanita Krieger, Tel.: 0 61 23 / 97 24 42 E-Mail: sparte_turnen_leichtathletik@tsv-walluf.de
Spartenleiterin Fitness- und Gesundheitssport	Regina Schmidt, Tel.: 0 61 23 / 7 48 71 E-Mail: sparte_fitness_gesundheit@tsv-walluf.de
Spartenleiter Ballsport	Philipp Pesch, Tel.: 0 61 23 / 98 29 801 E-Mail: sparte_ballsport@tsv-walluf.de
Beisitzerin für Veranstaltungen	Wiebke Herner, Tel. 0157 3631 0780 E-Mail: beisitzerin_veranstaltung@tsv-walluf.de
Beisitzerin für Finanzen	Ellen Weiler, Tel.: 06123 / 7 29 11 E-Mail: beisitzerin_finanzen@tsv-walluf.de
Beisitzer für den Sportbetrieb	Jörn Gleichfeld, Tel.: 06123 / 7 38 85 E-Mail: beisitzer_sportbetrieb@tsv-walluf.de
Beisitzerin für Presseange- legenheiten	Kerstin Dornheim presse@tsv-walluf.de
Ehrenvorsitzender	Horst Breßler E-Mail: ehrenvorsitzender@tsv-walluf.de



**Gemeinsam
gestalten,
verlässlich
drucken –**

**Ihre Botschaft,
unsere Mission!**

Kirchengemeindebriefe

Magazine

Broschüren aller Art

Forschungsberichte

Briefbögen

Preislisten

Vereinszeitschriften

Sonstiges

Direkte Ansprechpartner Persönlicher Kontakt
Wir gehen auf ihre Wünsche ein Schnelle Rückmeldung
Unterstützung in der Druckdatenanpassung für den Druck

Rabatte & maßgeschneiderte Angebote? Gerne!

Verleihen Sie Ihrer Broschüre das gewisse Extra mit einer exklusiven Leo Druck Anzeige! Kunden, die unsere Anzeige in ihrer Broschüre platzieren, erhalten einen individuellen Rabatt. Kontaktieren Sie uns per E-Mail für weitere Informationen und sichern Sie sich Ihr maßgeschneidertes Angebot!



Leo Druck GmbH

Ihre Ansprechpartner - **Frau Kraus & Frau Haas**

Robert-Koch-Str. 6 • **78333 Stockach**

Fon 07771 93 96 0 • info@leodruck.com

www.leodruck.com

