

# Kreisseniorensportspiele



KREIS  
SPORTBUND  
VOGTLAND

## 2018



KREIS  
SPORTBUND  
VOGTLAND

Detaillierte Ausschreibungen bzw. weitere Infos zu den einzelnen Wettkämpfen über die ausrichtenden Vereine (siehe jeweilige Sportart) oder bei:

KSB Vogtland e. V. – Ralf Schmutzler  
Schenkendorfstraße 14  
08525 Plauen  
Tel.: 03741 – 40411-14  
Fax: 03741 – 40411-11  
E-mail: schmutzler@ksb-vogtland.de

---

## 22. Vogtländische Seniorenwanderung

### *Auftaktveranstaltung*

- Ausrichter:** KSB Vogtland e.V.
- Termin:** Donnerstag, den 20.09.18  
10.00 Uhr offizielle Eröffnung der Seniorensportwoche  
**Beginn: 10.00 Uhr**  
ca. 8 km geführt und 12 km ausgeschildert; 4 € Startgebühr
- Ort:** Waldwirtschaft Jacob, Neue Breitenfelder Straße 11  
08528 Markneukirchen, OT Wohlhausen

Neben der Wanderung gibt es noch weitere Mitmach- und Sportangebote:

**Laser-Power-Schießen – Nordic-Walking – Leitergolf – Gesundheitsmitmachangebote –  
– Fitnessübungen – Torwandschießen – Maxi-Badminton.....**

**NEU:** die Möglichkeit für fitte Senioren das Ablegen des Deutschen Sportabzeichens.

- Meldungen/Infos unter:** KSB Vogtland e. V. – Ramona Werner  
Schenkendorfstraße 14  
08525 Plauen  
Tel.: 03741 – 40411-16  
Fax: 03741 – 40411-11  
E-mail: werner@ksb-vogtland.de  
Meldetermin: **12.09.18**

## Fit Mix

- Ausrichter:** Spaß mit Sport SMS Plauen e.V.
- Termin:** Montag, den 17.09.18 – 14.00 – 15.30 Uhr und  
Donnerstag, den 20.09.18 – 15.00 – 16.30 Uhr
- Ort:** Plauen, Turnhalle Stresemannstraße
- Meldungen/Infos unter:** SMS Plauen e.V. – Martina Mitschke  
Tel.: 03741 – 422298  
**Turnsachen und Hallenschuhe mitbringen!**

## Kegelschnuppertag in Pausa

- Ausrichter:** Kegelverein Pausa e.V.
- Termin:** Montag, den 17.09.18 – 17.00 – 19.00 Uhr
- Ort:** Kegelbahn Pausa, Am Plauenschen Tor 10 a
- Meldungen/Infos unter:** Frau Richter  
Tel.: 037432 - 20966  
**Keine Straßenschuhe tragen, saubere Turnschuhe und Sportsachen!**

## Senioren-Schwimmen

- Ausrichter:** SV Fortuna Auerbach, Abt. Wasserball e.V.
- Termin:** Montag, den 17.09.18 18.30 – 20.00 Uhr
- Ort:** Waldbad Brunn
- Meldungen/Infos unter:** Ralf Schmutzler  
Tel.: 03741 – 40411-14  
Fax: 03741 – 40411-11  
E-mail: schmutzler@ksb-vogtland.de

## Walking/Nordic Walking

**Ausrichter:** Spaß mit Sport SMS Plauen e.V.  
**Termin:** Montag, den 17.09.18 – 9.00 Uhr  
**Ort:** Treffpunkt: Plauen, Vogtlandstadion  
**Meldungen/Infos unter:** SMS Plauen e.V. – Martina Mitschke  
Tel.: 03741 - 422298

## Federball

**Ausrichter:** Spaß mit Sport SMS Plauen e.V.  
**Termin:** Montag, den 17.09.18 – 17.00 – 18.30 Uhr  
**Ort:** Plauen, Turnhalle Stresemannstraße  
**Meldungen/Infos unter:** SMS Plauen e.V. – Martina Mitschke  
Tel.: 03741 – 422298  
**Turnsachen und Hallenschuhe mitbringen!**

## Aqua Jogging

**Ausrichter:** Spaß mit Sport SMS Plauen e.V.  
**Termin:** Montag, den 17.09.18 – 11.45 – 12.35 Uhr  
**Ort:** Plauen, Stadtbad Hofer Straße  
**Meldungen/Infos unter:** SMS Plauen e.V. – Martina Mitschke  
Tel.: 03741 – 422298  
**Badesachen mitbringen!**

## Frauengymnastik

**Ausrichter:** VSG Rodewisch e.V.  
**Termin:** Montag, den 17.09.18 – 19.00 – 20.00 Uhr  
**Ort:** Rodewisch, Turnhalle Pestalozzigymnasium  
**Meldungen/Infos unter:** Kerstin Petzold  
Tel.: 03745 - 70594  
**Turnsachen und Hallenschuhe mitbringen!**

## Seniorensport

**Ausrichter:** Spaß mit Sport SMS Plauen e.V.  
**Termin:** Dienstag, den 18.09.18 – 15.00 – 18.00 Uhr  
**Ort:** Plauen, Turnhalle Stresemannstraße  
**Meldungen/Infos unter:** SMS Plauen e.V. – Martina Mitschke  
Tel.: 03741 – 422298  
**Turnsachen und Hallenschuhe mitbringen!**

## Smovey

**Ausrichter:** Kreissportbund Vogtland e.V.  
**Termin:** Dienstag, den 18.09.18 – 10.00 – 12.00 Uhr  
**Ort:** Plauen, Schenkendorfstraße 14  
**Meldungen/Infos unter:** Ramona Werner  
Tel.: 03741-404 1116

## Sport und Demenz

Praktische Umsetzung in die Übungseinheit

**Ausrichter:** Kreissportbund Vogtland e.V.  
**Termin:** Dienstag, den 18.09.18 – 14.00 – 18.30 Uhr  
**Ort:** Plauen, Schenkendorfstraße 14  
**Meldungen/Infos unter:** Ramona Werner  
Tel.: 03741-404 1116 Meldetermin:12.09.18

## Judo-Sport zum probieren

**Ausrichter:** TSV „Vorwärts“ Mylau e.V.  
**Termine:** Dienstag, den 18.09.18 – 18.30 – 20.00 Uhr männl./weibl.  
Donnerstag, den 20.09.18 – 18.30 – 20.00 Uhr männl./weibl.  
**Ort:** Mylau, Turnhalle Rosa-Luxemburg-Straße 6  
**Meldungen/Infos unter:** Bernd Dittmann  
Tel.: 03765 – 300846, Handy: 0174-3990030  
Mail: tsv-mylau-judo@freenet.de  
**Turnsachen und Hallenschuhe mitbringen**

## „Kufentalent“ zum ausprobieren

- Ausrichter:** TSV „Vorwärts“ Mylau e.V.  
Abteilung Eisschnelllauf
- Termine:** Dienstag, den 18.09.18 – ab 16.00 Uhr männl./weibl.  
Donnerstag, den 20.09.18 – ab 16.00 Uhr männl./weibl.
- Ort:** Mylau, Rollbahn am Freibad
- Meldungen/Infos unter:** Birgit Heidemüller  
Tel./Fax: 03765 – 21977, Handy 0170-5437071  
Mail: heidemueller-mylau@t-online.de  
**Bitte vorher unbedingt mit Frau Heidemüller in Verbindung setzen!!!!**

## Sportschießen (LG, KK, GK)

- Ausrichter:** 1. Adorfer Schützenverein e.V.
- Termin:** Dienstag, den 18.09.18 – 17.00 - 20.00 Uhr  
Freitag, den 21.09.18 – 17.00 – 20.00 Uhr
- Ort:** Schützenhalle Arnsgrün, 08626 Adorf, OT Arnsgrün, Adorfer Str. 37
- Meldungen/Infos unter:** Jens Eckert  
Tel.: 0177-4829200  
**Startgebühr/Unkostenbeitrag: 10 € pro Person**

## Kegeln – offene Mitmachangebote

- Ausrichter:** KSC Reichenbach/Mylau e.V.
- Termin:** Dienstag, den 18.09.18 – Beginn: 17.00 Uhr  
weibliche Senioren  
Mittwoch, den 19.09.18 – Beginn: 17.00 Uhr  
männliche Senioren
- Ort:** Mylau, Kegelbahn zur „Alten BBS“ (Turnschuhe mitbringen)
- Meldungen/Infos unter:** KSC Reichenbach/Mylau e.V. – Ralph Werner  
Tel.: 0175-4643282  
**Saubere Turnschuhe mitbringen!**

## Senioren sport über 60 Jahre - nur weiblich -

Schnupper-Mitmachangebote:  
Rückenschule, Bauch-Beine-Po, Gleichgewichtstraining.....

**Ausrichter:** ESV Lok Adorf e.V.  
**Termin:** Dienstag, den 18.09.18 – 14.00 – 15.00 Uhr  
**Ort:** Adorf, Turn-Vater-Jahn-Halle, Schützenstraße  
**Meldungen/Infos unter:** **Sportkleidung mit Hallenschuhen und Spaß**

## Sport mit Spaß bei Turn- und Ballspielen

**Ausrichter:** TSV „Vorwärts“ Mylau e.V.  
**Termin:** Mittwoch, den 19.09.18 – Beginn: 20.00 Uhr  
weibliche Senioren  
**Termin:** Freitag, den 21.09.18 – Beginn: 18.00 Uhr  
männliche Senioren  
**Ort:** Mylau, Turnhalle R.-Luxemburg-Straße  
(Sportbekleidung und Turnschuhe mitbringen)  
**Meldungen/Infos unter:** TSV „Vorwärts“ Mylau e.V. – Gabriele Förster  
Tel.: 0172-7552101  
E-mail: gabriele\_foerster@yahoo.de  
**Turnsachen und Hallenschuhe mitbringen!**

## Offenes Mitmachangebot im Seniorensport

**Ausrichter:** BSV Elsterberg e.V.  
**Termin:** Mittwoch, den 19.09.18 – 18.30 - 20.00 Uhr  
**Ort:** Elsterberg, Turnhalle der Grundschule, Wallstraße 16  
**Meldungen/Infos unter:** Katrin Ringel  
Tel.: 03741 – 40411-20  
E-Mail: ringel@ksb-vogtland.de  
**Turnsachen und Hallenschuhe mitbringen!**

## Offenes Mitmachangebot im Golf

- Ausrichter:** Golfclub Talsperre Pöhl e.V.
- Termin:** Donnerstag, den 20.09.18 – 15.00 - 18.00 Uhr
- Ort:** Golfanlage, 08543 Möschwitz, Voigtsgrüner Straße 20
- Meldungen/Infos unter:** Unkostenbeitrag: 5,00 €, Meldungen bis: 10.09.18  
Friedemar Schmidt  
Tel.: 0170/8219055  
E-Mail: [Friedemar-schmidt@t-online.de](mailto:Friedemar-schmidt@t-online.de)  
**Sportliche Kleidung und Schuhe mitbringen!**

## Deutsches Laufabzeichen für die sport- und gesundheitsbegeisterte Generation AK 50 +

- Ausrichter:** KSB Vogtland/LA Verband Vogtland e.V.
- Termin:** Freitag, den 21.09.18 – 09.30 – 11.30 Uhr
- Ort:** Reichenbach, Stadion Wasserturm
- Startgebühr:** **2 Euro (incl. Urkunde)**
- Meldungen/Infos unter:** bis 14.09.18 an Ramona Werner  
03741-4041116  
E-mail: [werner@ksb-vogtland.de](mailto:werner@ksb-vogtland.de)

## Vogtlandmeisterschaften im Tischtennis

- Ausrichter:** KFA Tischtennis Vogtland e.V.
- Termin:** Sonntag, den 23.09.18 – 09.00 Uhr
- Ort:** Treuen, Sporthalle
- Startgebühr:** **2 Euro**
- Meldungen/Infos unter:** aktive TT-Spieler, siehe Ausschreibung vom Verband unter [www.vogtland-tischtennis.de](http://www.vogtland-tischtennis.de)



## Dein persönlicher Leistungs-Check

**20.09.2018**  
**12.00 – 15.00 Uhr**

Dabeisein ist einfach.  
Hast Du's drauf?  
Wie fit bist Du?  
Du schaffst das!

### Bronze, Silber oder Gold

Für das **Deutsche Sportabzeichen** musst Du in allen vier Kategorien: Ausdauer, Kraft, Schnelligkeit und Koordination je eine Übung erfolgreich bestehen und Deine Schwimmfertigkeit nachweisen.

200 m in max 11 Min. am Stück schwimmen oder

400 m für die Gruppe Ausdauer statt 3000 m Lauf, AK ab 75 Jahre 200 m oder

15 Min. Dauerschwimmen (im offenen Gewässer möglich), offensichtliche Fortbewegung muss ersichtlich sein

Die Schwimmfertigkeit musst Du Dir auf einem Formular (Internet/KSB/oder siehe Ausschreibung) von Deinem **Bademeister** oder **DSA-Abnahmeberechtigten mit Ausweis**) bestätigen lassen und an diesem Tag mitbringen.

***Wir bieten an diesem Tag auf dem Sportplatz, Am Schwimmbad, 08528 Markneukirchen an:***

**Ausdauer**                    3000 m Lauf

oder alternativ am 21.09.18 in Reichenbach, Stadion am Wasserturm: das Deutsche Laufabzeichen  
Stufe 4 - 90 min ohne Zeitbegrenzung oder  
Stufe 5 - 120 min ohne Zeitbegrenzung    laufen in beliebigen Tempo

**Kraft**                        Medizinball 2 kg    oder    Standweitsprung

**Schnelligkeit**            50 m  
                                      30 m ab 75 Jahre

**Koordination**            Weitsprung

Unter [www.deutsches-sportabzeichen.de](http://www.deutsches-sportabzeichen.de) könnt ihr die Bedingungen einsehen.

Je nach Geschlecht und Altersklasse sind diese verschieden.

Für die Altersklasse zählt das gesamte Jahr in dem man das Alter erreicht!

Bis zum 21.09.2018 könnt ihr mit regelmäßigem Training die Bedingungen schaffen!!!

Anmeldung bis zum 12.09.2018 an Ramona Werner

03741 – 4041116

[werner@ksb-vogtland.de](mailto:werner@ksb-vogtland.de)

Teilnahmegebühr:    5,00 €

**Das DSA wird von verschiedenen Krankenkassen als Bonus bezuschusst!**