



TUS Rüppurr – Ihr Turn- und Sportverein im Karlsruher Süden

Das Sportprogramm | Sommer 2025

Platzanlage	Steinmannstraße 1 Karlsruhe-Rüppurr
Postanschrift	Postfach 510502 76193 Karlsruhe
Kontakt	Telefon: (07 21) 88 45 01 E-Mail: info@tus-rueppurr.de www.tus-rueppurr.de www.facebook.com/TUSRueppurr
Vereinsgaststätte und Kegelbahn	Steinmannstraße 1, Karlsruhe-Rüppurr Telefon: (07 21) 88 87 70
Belegung Kegelbahn	Hans-Jürgen Heckenhauer 01 75 / 5 24 69 83 oder (0 72 43) 1 54 13
Sprechzeiten der Geschäftsstelle	Jeden 1. und 3. Donnerstag im Monat, 19.00 – 19.30 Uhr, in den Schulferien keine Sprechzeiten.

Impressum:

Turn- und Sportverein 1874 Rüppurr e. V. | Steinmannstraße 1 | 76199 Karlsruhe-Rüppurr
Gestaltung: Pia Greß, Anzeigen: vakant, Herstellung: Printpark Widmann GmbH
Karlsruhe. Erscheinungsweise ist vierteljährlich zusammen mit der Vereinszeitschrift
TUS-report. Sie können weitere Exemplare online unter www.tus-rueppurr.de
oder in der Geschäftsstelle erhalten.

Ohne uns läuft nichts:
TEAM. DIE EHRENAMTLICHEN.

Der Vorstand

Vorsitzender	Peter Müssig peter.muessig@tus-rueppurr.de	(07 21) 88 86 87
Stellvertretende Vorsitzende	Hans-Jürgen Heckenhauer tus-rueppurr@hjheckenhauer.de	(0 72 43) 1 54 13
	Dr. Thomas Greß thomas.gress@tus-rueppurr.de	(07 21) 88 19 09
Turnwart	Dr. Norbert Czerwinski norbert.czerwinski@tus-rueppurr.de	(07 21) 88 89 02
Spielwartin	Andrea Rosemeier andrea.rosemeier@tus-rueppurr.de	–
Kassenwart	Peter Oster peter.oster@tus-rueppurr.de	(07 21) 88 38 69
Pressewartin / TUS-report	Pia Greß tus-report@tus-rueppurr.de	–
Schriftwart	Frank Gries frank.gries@tus-rueppurr.de	–
Jugendwart*in	vakant	–

BEISITZER*INNEN im Vorstand

Turnen	Ute Backes-Haag	(07 21) 88 83 06
Finanzen	Eric Schwingen eric.schwingen@tus-rueppurr.de	(07 21) 88 81 47
Vereinsanlagen	Peter Oster peter.oster@tus-rueppurr.de	(07 21) 88 38 69
Koordination	Monika Stumpe monika.stumpe@tus-rueppurr.de	–

PRÄVENTION SEXUALISierter GEWALT

Männliche Vertrauensperson	Hans-Jürgen Heckenhauer tus-rueppurr@hjheckenhauer.de	(0 72 43) 1 54 13
Weibliche Vertrauensperson	Julia Leuser julia.leuser@tus-rueppurr.de	(07 21) 96 69 78 98

Das Sportprogramm

GYMNASTIK FÜR JEDERMANN

Übungsleiter*innen:

Jürgen Mauritz	88 52 47	
Tina Roth	38 31 28 74	
Barbara Dyroff		barbara.dyroff@tus-rueppurr.de
Nicole Schlick		
Andrea Diemer		
Laila Sturmberger		laila.sturmberger@tus-rueppurr.de
Matthias Reick		
Julia Gerstberger	01 76 / 45 64 10 22	julia.gerstberger@tus-rueppurr.de

Frauen	F*	Mo.	20.00 – 21.00 Uhr	Riedschule	Nicole Schlick, Andrea Diemer
Frauen	F*	Di.	19.00 – 20.00 Uhr	MPG	Laila Sturmberger
Bauch, Beine, Po	F*	Mo.	09.30 – 10.30 Uhr	Gymnastikraum	Barbara Dyroff
Männer		Mo.	18.00 – 20.00 Uhr	Albschule	Jürgen Mauritz
Männer		Mo.	20.00 – 22.00 Uhr	Albschule	Matthias Reick
Senioren »Sie + Er«	FS	Fr.	17.00 – 18.00 Uhr	Riedschule	Tina Roth

FITNESSGYMNASTIK

Übungsleiterinnen:

Marita Kienzle	
Monika Meier	88 56 05

Frauen + Männer	GK2	Do.	19.15 – 20.15 Uhr	Gymnastikraum	Marita Kienzle
Seniorenfitness	FS	Mo.	10.30 – 11.30 Uhr	Gymnastikraum	Monika Meier

*F = Offenes Freizeitangebot ohne Vereinsbindung, ggf. mit Sonderbeitrag.

*S = Seniorenangebot. | K = Kursangebot gegen Gebühr.

(Nicht-)Mitgliedsbeiträge sind hier einzusehen: www.tus-rueppurr.de/verein/mitgliedschaft

Das Sportprogramm

KINDER- UND JUGENDTURNEN / GERÄTTURNEN

Übungsleiterinnen:

Sandra Knauß (0 72 43) 9 24 14 29 sandra.knauss@tus-rueppurr.de
 Cathleen Mauch cathleen.mauch@tus-rueppurr.de

Kontaktperson für ...

... **Gerätturnen m. Jgd. + Männer:** Frank Gries frank.gries@tus-rueppurr.de

Kinderturnen Sport + Bewegung (Kindergartenkinder ab 4 Jahren)	Fr.	15.00 – 15.55 Uhr	Riedschule	Sandra Knauß und Helfer*innen
Kinderturnen Sport + Bewegung (Grundschulkind)	Fr.	16.00 – 16.55 Uhr	Riedschule	Sandra Knauß und Helfer*innen
Gerätturnen (Kinder ab 6 Jahren) <i>Wettkampforientiert TURN 10 (aktuell: Kurs voll)</i>	Di.	15.00 – 16.30 Uhr	Riedschule	Cathleen Mauch und Helfer*innen
Gerätturnen (weibl. Klasse 4 – 7) <i>Wettkampforientiert TURN 10</i>	Mi.	17.00 – 18.30 Uhr	Riedschule	Sandra Knauß und Helfer*innen
Gerätturnen (weibl. Jgd. 2005 – 2010) <i>Wettkampforientiert TURN 10</i>	Mi.	18.00 – 20.00 Uhr	Riedschule	Cathleen Mauch, Sandra Knauß
Gerätturnen (weibl. Jgd. 2005 – 2010) <i>Wettkampforientiert TURN 10</i>	Mo.	17.00 – 18.30 Uhr	Eichelgartenhalle	Sandra Knauß
Gerätturnen (m. Jgd. + Männer)	Fr.	20.00 – 22.00 Uhr	Riedschule	Frank Gries

FAUSTBALL

Abteilungsleiter:

Axel Richter axel.richter@tus-rueppurr.de

Senioren	Mi.	18.00 – 20.00 Uhr	MPG	Axel Richter
-----------------	-----	-------------------	-----	--------------

Das Sportprogramm

TURNERGRUPPENWETTSTREIT TGW (TURNEN UND TANZEN)

Übungsleiter*innen:

Ute Backes-Haag 88 83 06
 Heike Backes 5 98 40 52 heike.backes@tus-rueppurr.de
 Katja Hausch
 Sarah Ochs
 Britta Fenske
 Jürgen Haag 88 83 06
 Michelle Bielanski
 Hannah Zürn hannah.zuern@tus-rueppurr.de
 Olivia Castellano

Mädchen (Mädchen Jg. 2016 – 2018)	Mo	17.00 – 18.30 Uhr	Eichelgartenhalle	Michelle Bielanski, Hannah Zürn, Olivia Castellano
Mädchen (Mädchen Jg. 2012 / 2013)	Mo.	18.00 – 20.00 Uhr	Eichelgartenhalle	Ute Backes-Haag
Jugend + Erwachsene	Mo.	18.00 – 20.00 Uhr	Eichelgartenhalle	H. Backes
Schüler + Erwachsene	Mi.	20.00 – 21.30 Uhr	Riedschule	J. Haag
Tanzen (Jg. 2012/2013)	Fr.	16.00 – 17.30 Uhr	MPG-Halle	B. Fenske
Tanzen (Erwachsene)	Fr.	17.30 – 20.30 Uhr	Gymnastikraum	U. Backes-Haag
Schüler + Erwachsene	Fr.	18.00 – 20.00 Uhr	Riedschule	H. Backes, J. Haag
Schüler + Erwachsene	Sa.	09.30 – 13.00 Uhr	Eichelgartenhalle	Ute Backes-Haag, H. Backes
TGW / Tanzen	Sa.	09.30 – 13.00 Uhr	Gymnastikraum	B. Fenske

MUTTER-, VATER- UND KINDTURNEN

Übungsleiterin:

Julia Leuser (07 21) 96 69 78 98 julia.leuser@tus-rueppurr.de

Kinder 2 + 3 Jahre	Mi.	15.30 – 17.00 Uhr	Eichelgartenhalle	Julia Leuser
---------------------------	-----	-------------------	-------------------	--------------

Das Sportprogramm

HANDBALL

Zur Zeit weder Training noch Spielbetrieb.

BOULE

Abteilungsleiterin:

Sandra Jung 01 73 / 8 11 21 09 sandra.jung@tus-rueppurr.de

Übungsleiter:

Oliver Zeh 01 73 / 6 53 20 94 oliver.zeh@tus-rueppurr.de

Jedermann	FS	Di.	18.00 – 20.00 Uhr	Bouleanlage	Oliver Zeh
Jedermann	FS	Do.	18.00 – 20.00 Uhr	Bouleanlage	Oliver Zeh
Jedermann	FS	Sa.	14.30 – 17.00 Uhr	Bouleanlage	Oliver Zeh
Jedermann	FS	So.	14.30 – 17.00 Uhr	Bouleanlage	Oliver Zeh

*F = Offenes Freizeitangebot ohne Vereinsbindung, ggf. mit Sonderbeitrag.

*S = Seniorenangebot. | K = Kursangebot gegen Gebühr.

(Nicht-)Mitgliedsbeiträge sind hier einzusehen: www.tus-rueppurr.de/verein/mitgliedschaft

LAUFSPORT

Abteilungsleiterin Orientierungslauf:

Andrea Rosemeier andrea.rosemeier@tus-rueppurr.de

Übungsleiter:

Markus Prolingheuer markus.prolingheuer@tus-rueppurr.de
Frank Lösel

Orientierungslauf	Wi.*/ So.*	Fr.	19 – 20.30 Uhr	Grundschule am Wasserturm (Turnhalle)	Markus Prolingheuer
	Trainingszeiten und -orte nach Vereinbarung				
Orientierungslauf: Schüler und Jugend Anfängertraining	So.*	Do.	17.30 – 19.30 Uhr	Platzanlage	Frank Lösel

*Wi. = Wintersaison (Anfang Oktober – Ende März) | *So. = Sommersaison (April – September)

Das Sportprogramm

LEICHTATHLETIK

Abteilungsleiter:

Felix Leuser 01 76 / 22 27 90 03 felix.leuser@tus-rueppurr.de

Übungsleiter*innen:

Volker Meier 88 56 05 volker.meier@tus-rueppurr.de
Felix Leuser Jan Blaß Saskia Wendl
Alex Blaser Sibylle Leuser Dirk Zechnull Sylvia Stahl
Elias Beck Florian Gradwohl Lilli Karcher Manuel Füller
Christian Gretsch Frank Lösel
Orga-Team Lauftreff lauftreff@tus-rueppurr.de

Kinder (5 – 8 Jahre)	Wi.*	Di.	17.30 – 18.30 Uhr	Eichelgartenhalle	Sylvia Stahl, Saskia Wendl, Jan Blaß, Alex Blaser Manuel Füller
	So.*	Di.	17.00 – 18.00 Uhr	Platzanlage	
Schüler (8 – 14 Jahre)	Wi.*	Di.	17.30 – 19.00 Uhr	MPG	Felix Leuser, Sibylle Leuser, Dirk Zechnull, Christian Gretsch
	So.*	Di.	17.30 – 19.00 Uhr	Platzanlage	
Jugend (12 – 18 Jahre)	Wi.*	Di.	17.30 – 19.30 Uhr	Platzanlage	Volker Meier
	So.*	Di.	18.00 – 20.00 Uhr	Platzanlage	
Schüler und Jugend (8 – 18 Jahre)	Wi.*	Fr.	17.00 – 18.15 Uhr	Weiherwaldschule	Felix Leuser, Elias Beck, Lilli Karcher, Florian Gradwohl
	So.*	Fr.	17.00 – 18.30 Uhr	Platzanlage	
Erwachsene	Wi.*	Fr.	18.15 – 20.00 Uhr	Weiherwaldschule	Volker Meier
	So.*	Fr.	18.00 – 20.00 Uhr	Platzanlage	
Mittelstrecken-Training (Schüler U 14 – U 18)	Wi.*/ So.*	Do.	17.00 – 19.00 Uhr	Gymnastikraum	Frank Lösel
		Do.	17.00 – 19.00 Uhr	Platzanlage	
Lauftreff	Wi.*/ So.*	Mo./ Do.	18.00 – 19.30 Uhr	Platzanlage	Orga-Team
		So.	9.30 – 12.00 Uhr	Platzanlage, Langer Berglauf Wattkopf und nach Vereinbarung	
		Mi.	18.00 – 19.00 Uhr	Platzanlage, Intervalltraining	

*Wi. = Wintersaison (Anfang Oktober – Ende März) | *So. = Sommersaison (April – September)

Das Sportprogramm

VOLLEYBALL

Abteilungsleiter:

Stefan Wachsmann 01 70 / 2 15 76 32 stefan.wachsmann@tus-rueppurr.de

Stellv. Abteilungsleiter:

Daniel Weber 01 72 / 9 58 85 35 daniel.weber@tus-rueppurr.de

Beachwart:

Leo Oechsle 0 15 12 / 5 36 97 37 beachwart@volleyball-vsg.de

Kontaktperson für ...

... **Damen und Herren:** Daniel Weber daniel.weber@tus-rueppurr.de

... **Mixed (Liga):** René Pfeifer 01 76 / 42 55 62 62

... **Jugend:** Manuel Hubert manuel.hubert@volleyball-vsg.de

... **Damen Plus:** Monika Stumpe monika.stumpe@tus-rueppurr.de

... **Freizeit:** Michael Förderer michael.foerderer@tus-rueppurr.de

... **Freizeit:** Akxel Saltuklar akxel.saltuklar@tus-rueppurr.de

Mannschaft und Trainer*innen	
Damen 1	Marius Müller
Damen 2	Manuel Hubert
Damen 3	Tobias Messer
Damen 4	Alexia Wurth
Damen 5	Monika Stumpe
Herren 1	Jörg Dittus
Herren 2	Holger Bangert
Herren 3	Mario Graetz
Damen Plus	Michael Weiler
U 12 weibl. + männl.	Manuel Hubert
U 13 / U 14 weiblich	Manuel Hubert
U 13 / U 14 männlich	Nadine Kernchen
U 16 / U 18 weiblich	Manuel Hubert
U 16 männlich	Nadine Kernchen
U 18 männlich	Katharina Dick, Mario Graetz
Freizeit	F
	Mo.
	20.00 – 22.00 Uhr
	MPG
Freizeit	F
	Fr.
	20.00 – 22.00 Uhr
	Albschule

(Nicht-)Mitgliedsbeiträge sind hier einzusehen: www.tus-rueppurr.de/verein/mitgliedschaft

Das Sportprogramm

TENNIS

Abteilungsleiter*in:

Antje Kessel 01 76 / 61 90 18 25 antje.kessel@tus-rueppurr.de
 Marcus Schlapp

Jugendwart*in: N.N.

Übungsleiter*innen:

Jochen Müller 86 12 93 jochen.mueller@tus-rueppurr.de
 Timo Eckert 01 63 / 3 31 16 00

Kinder + Jugend	Kinder- und Jugendtraining in Kooperation und Koordination mit Edos Tennisschule		
Kinder + Jugend	So*	Kooperation Edos Tennisschule	Übungsleiter*innen

*Wi. = Wintersaison (Anfang Oktober – Ende März) | *So. = Sommersaison (April – September)

KARATE

Abteilungs-/Übungsleiter:

Hamid Khatibi (07 21) 38 48 97 85 www.kinderkarateschulde.de

Kindergartenkinder (3 – 5 Jahre)	K	Mo.	14.30 – 15.15 Uhr	Gymnastikraum	Hamid Khatibi
Grundschulkind (6 – 8 Jahre)	K	Mo.	15.30 – 16.15 Uhr	Gymnastikraum	Hamid Khatibi
Jugendliche (9 – 11 Jahre)	K	Mo.	16.30 – 17.15 Uhr	Gymnastikraum	Hamid Khatibi
Kindergartenkinder (3 – 5 Jahre)	K	Di.	14.00 – 14.45 Uhr	Gymnastikraum	Hamid Khatibi
Grundschulkind (6 – 8 Jahre)	K	Di.	15.00 – 15.45 Uhr	Gymnastikraum	Hamid Khatibi
Jugendliche (9 – 11 Jahre)	K	Di.	16.00 – 16.45 Uhr	Gymnastikraum	Hamid Khatibi

K = Kursangebot gegen Gebühr.

(Nicht-)Mitgliedsbeiträge sind hier einzusehen: www.tus-rueppurr.de/verein/mitgliedschaft

Das Sportprogramm

GESUNDHEITSSPORT

Übungsleiterinnen:

Petra Schweigert 88 19 22
 Cornelia Wengert
 Martina Amrami 01 63 / 8 21 43 77 martina.amrami@tus-rueppurr.de
 Julia Fiederling-Penka yoga-mit-jule@web.de

Wirbelsäulengymnastik	WK1	Di.	17.00 – 18.00 Uhr	Gymnastikraum	Julia Fiederling-Penka
Rückentraining »Clever in Bewegung«	WK2	Do.	08.45 – 10.00 Uhr	Gymnastikraum	Petra Schweigert
Rückentraining »Clever in Bewegung«	WK2	Do.	10.15 – 11.30 Uhr	Gymnastikraum	Petra Schweigert
Zumba	Z1	Di.	20.00 – 21.00 Uhr	Gymnastikraum	Martina Amrami
Yoga	YK1	Mi.	09.30 – 10.45 Uhr	Gymnastikraum	Julia Fiederling-Penka

*F = Offenes Freizeitangebot ohne Vereinsbindung, ggf. mit Sonderbeitrag.

*S = Seniorenangebot. | K = Kursangebot gegen Gebühr.

(Nicht-)Mitgliedsbeiträge sind hier einzusehen: www.tus-rueppurr.de/verein/mitgliedschaft

QI GONG

Übungsleiterin:

Martina Karl-Liesching 88 26 94
 martina.karl-liesching@tus-rueppurr.de
www.qigong-in-karlsruhe.de

Anfänger und Fortgeschrittene	QK1	Mo.	17.30 – 18.30 Uhr	Gymnastikraum	M. Karl-Liesching
Tai Chi Fortgeschrittene	QK2	Mo.	18.30 – 19.30 Uhr	Gymnastikraum	M. Karl-Liesching
Tai Chi Anfänger	QK3	Mo.	19.30 – 21.00 Uhr	Gymnastikraum	M. Karl-Liesching
Anfänger und Fortgeschrittene	QK4	Di.	09.30 – 10.30 Uhr	Gymnastikraum	M. Karl-Liesching

(Nicht-)Mitgliedsbeiträge sind hier einzusehen: www.tus-rueppurr.de/verein/mitgliedschaft

Und hinterher ein Abstecher in unser Vereinsrestaurant



Die Sporthallen

Gymnastikraum TUS	Steinmannstraße 1	S 1, S 11
Riedschule	Riedstraße 11	S 1, S 11
Max-Planck-Gymnasium (MPG)	Krokusweg 49	S 1, S 11
Eichelgartenhalle	Rosenweg 1	S 1, S 11
Albschule	Scheibenhardter Weg 23	Bus 52
Weiherwaldschule	Scheibenhardter Weg 23	Bus 52
FC Südstern	Ettlinger Allee 7	S 1, S 11
Europahalle	Hermann-Veit-Straße 7	4, 2
Anne-Frank-Schule	Bonhoeferstraße 12	4
Goethe Gymnasium	Renckstraße 2	2, 4, 5, 3
Kimmelmansschule	Graf-Rhena-Straße 18	2
Leopoldschule	Leopoldstraße 9	1, 2, 3, 4
Friedrich-List-Schule	Ludwig-Erhard-Allee 3	5, Bus 42
Lustgartenhalle	Hohenwettersbach	Bus 24, 44
Grundschule am Wasserturm	Hedwig-Ketteler-Straße 11	5

Eine Übersicht unserer Mitgliedsbeiträge finden Sie auf unserer Internetseite unter www.tus-rueppurr.de/verein/mitgliedschaft



