

**sg
post
süd**
regensburg

Anerkannter
Stützpunktverein
2013

INTEGRATION
DURCH SPORT



kurier

2/2014

April - Juni

*Tennisjugend
auf
Erfolgskurs*



Schön hier.

Hier liefern wir seit vielen Jahren zuverlässig Energie und Trinkwasser. Hier fördern wir Sport und Kultur, alles was Ihr Leben lebenswert macht. Hier sind Sie und wir daheim. Gut für Regensburg. Gut für die Region. Ihre REWAG.

Energie

Trinkwasser

Leben

Das Präsidium berichtet

Inhaltsverzeichnis

Delegiertenversammlung	Seite 4
Herzlich willkommen	Seite 6
Wir gratulieren	Seite 6
Werbekonzept	Seite 7
Damengymnastik	Seite 8
Mitgliederversammlung	Seite 9
9. Nordic-Walking-Tour	Seite 10
Panther auf Platz 4	Seite 11
8 Teams 1 Sieger	Seite 13
Mit großem Aufgebot	Seite 14
Sportfest	Seite 16
Leichtathletik	Seite 17
Ninjutsu	Seite 21
Turnierberichte	Seite 22
Regiment der Schützen	Seite 22
Osterpreisschießen	Seite 25
Senioren	Seite 27
.... es geht weiter Aufwärts	Seite 29
Meisterschaft	Seite 30
Drei Wanderungen	Seite 31
Nichts Unwichtiges	Seite 34
Geschäftsverteilungsplan	Seite 34
Hier betreiben wir Sport	Seite 36
Unsere Sportabteilungen	Seite 36

Liebe Mitglieder

Vor ein paar Wochen bin ich wieder zum Präsident der SG Post/Süd gewählt worden. Ich danke für das Vertrauen, das erneut in mich und meine Kollegen gesetzt wurde.

Zwei unserer Präsidiumsmitglieder haben sich nicht mehr zu Wahl gestellt. So hat sich Günter Leja nach langjähriger Präsidiumstätigkeit dafür entschieden sich ganz auf sein Amt als Schützenmeister zu konzentrieren und Herrmann Grötsch wollte die Aufgaben des Schatzmeisters nicht mehr übernehmen.

Ich danke beiden für die gute Zusammenarbeit und Unterstützung in den letzten Jahren.

Ich freue mich, dass Horst Küster im erweiterten Präsidium weiterhin dem Verein mit Rat und Tat zur Verfügung steht und dass unser Oberbürgermeister Joachim Wolbergs ebenfalls wieder im erweiterten Präsidium mitarbeiten wird.

Da es in unserer Zeit nicht mehr so leicht ist Menschen zu finden, die sich ehrenamtlich in verantwortungsvollen Positionen engagieren möchten, bin ich sehr froh, dass wir mit Norbert Bambl, Ehrenmitglied des Vereins, einen erfahrenen und engagierten Mann gewinnen konnten, der den Posten des Schatzmeisters übernommen hat.



Auch etwas überraschend, aber durchaus positiv habe ich die Bereitschaft von Roswitha Lehner, als Vizepräsidentin zur Verfügung zu stehen aufgenommen. Die Frauenpower im Präsidium ist damit auf 50% angestiegen, was natürlich absolut im Trend liegt.

Ich freue mich in den kommenden zwei Jahren mit diesem Team aus bewährten Präsidiumsmitgliedern und neuen frischen Kollegen die Geschicke des Vereins in die Hand zu nehmen.

Peter Gritsch
Präsident



Startseite der SG Post/Süd Homepage.

IMPRESSUM

HERAUSGEBER

Sportgemeinschaft Post/Süd
Regensburg e. V.

REDAKTION

Edwin Wifling
Christine Weck
Peter Gritsch

ANZEIGEN / WERBUNG

SG Post/Süd-Redaktion „PSK“

DRUCK

SAXOPRINT

Saxoprint GmbH
Enderstraße 22c
01277 Dresden

ANZEIGEN- UND REDAKTIONSSCHLUSS

für die nächste Ausgabe :

14. August 2014

Wir trauern um unsere Mitglieder

Luise Lindner † 13.04.2014
Gerd Ruhland † 19.04.2014
Klaus-Jürgen Voltz † 15.05.2014

Delegiertenversammlung

Am 9. Mai fand die ordentliche Delegiertenversammlung der SG Post/Süd statt.

Nach Feststellung der ordnungsgemäßen Ladung und Beschlussfähigkeit konnte Präsident Peter Gritsch seinen Bericht über das vergangene Vereinsjahr durchaus positiv abgeben. So wurde wieder ein Mitgliederzuwachs verzeichnet werden, den er der guten Arbeit von Abteilungen und Übungsleitern zuschrieb. Dies ist die Basis für eine erfolgreiche Arbeit im Präsidium. Peter Gritsch sprach die hervorragende Jugendarbeit vieler Abteilungen an, zeigte sich aber enttäuscht, dass trotzdem keine Jugendleiterversammlung, mangels Beteiligung, zu Stande kam. Die Kooperation mit dem BRK und der Ganztagschule Königswiesen, bei der die Kinder von vier Abteilungen sportlich betreut wurden, ist reibungslos abgelaufen und soll nach Möglichkeit auch im nächsten Schuljahr wiederholt werden.

Die sportlichen Erfolge des Vereins waren ein weiterer Punkt, der es wert ist erwähnt zu werden. Peter Gritsch honorierte die Leistungen und wünscht viel Erfolg für die laufende Saison. Ein kurzer Blick in die Zukunft schloss den Bericht ab. Hier wurden die bereits feststehenden Veranstaltungstermine genannt. So ist ein Sommerfest am 19.07. geplant, das zugleich Richtfest für die bis dahin neu erstellte Beachhütte ist.

Die Nordic-Walking-Tour am 28.09. am Dultplatz und die Adventsfeier am ersten Advent in der Theresienkirche sind jährlich wiederkehrende Termine.

Dem Bericht des Präsidenten folgt der der Jugendleitung Maria Ludwig. Sie bemängelte ebenfalls die mangelnde Teilnahme der Abteilungen an den Versammlungen und die allgemein fehlende Zusammenarbeit mit der Vereinsjugendleitung.

Im Anschluss konnte Schatzmeister Hermann Grötsch in einer anschaulichen Präsentation die positive Bilanz der Vereinsfinanzen darstellen. Es konnte auch 2013 wieder ein Gewinn erwirtschaftet werden.

Der Bericht der Kassenprüfer, den Edeltraud Islinger vorlegte, fiel daher entsprechend aus und das Präsidium wurde einstimmig entlastet.

Peter Gritsch bedankte sich bei allen Präsidiumskollegen für die gute Zusammenarbeit und entließ jene, die sich nicht mehr zur Wahl stellten mit einem besonders herzlichen Dank für die geleistete Arbeit.

Der Wahlausschuss, geleitet von Werner Hubert, übernahm nun die Versammlung.

Durch das Ausscheiden von Schatzmeister Hermann Grötsch und Vizepräsident Günter Leja, sowie dem Wechsel von Vizepräsident Horst Küster ins erweiterte Präsidium, entstanden freie Positionen, die neu besetzt werden mussten.

Nach Vorgesprächen hatte sich Norbert Bambl bereit erklärt, sich für den Schatzmeister zur Wahl zu stellen. Ein sehr erfreulicher Aspekt, da dieses Amt doch zeitaufwändig und verantwortungsvoll ist.

Die Position eines Vizepräsidenten konnte im Laufe der Wahlen mit Frau Roswitha Lehner besetzt werden. Eine gute Ergänzung des Präsidiums, mit Vereinsfahrung und Engagement.

Das neue Präsidium setzt sich wie folgt zusammen:

Präsident	Peter Gritsch
Vizepräsident	Heinrich Brömmel
Vizepräsidentin	Karin Gritsch
Vizepräsidentin	Roswitha Lehner
Schatzmeister	Norbert Bambl
Jugendleiter	Maria Ludwig
Schriftführerin	Christine Zelzer
Erweitertes Präsidium	Horst Küster
Erweitertes Präsidium	Hans Rester
Erweitertes Präsidium	Joachim Wolbergs (Zustimmung lag schriftlich vor)

Auch die anschließende Wahl der Kassenprüfer, des Ehrenrates und der Mitglieder der Schiedsstelle ging problemlos durch. Die bisherigen Kandidaten stellten sich wieder zur Verfügung und wurden einstimmig wiedergewählt.

Peter Gritsch dankte der Versammlung im Namen des neugewählten Präsidiums für das Vertrauen.

Im folgenden TOP wurden vier Anträge behandelt.

Es lagen zwei inhaltlich identische Anträge der Rock 'n' Roll Abteilung und der Fitnessabteilung auf Erhöhung der bezahlten ÜL Stunden von 200 auf max. 300 jährlich vor.

Das Präsidium unterstützte diese unter Vorbehalt der Finanzierungsmöglichkeit, die jährlich neu überprüft werden muss. Den Anträgen wurde von der Versammlung zugestimmt.

Zwei weitere Anträge an die Delegiertenversammlung wurden vom Vereinsausschuss auf Erteilung einer Ehrenmitgliedschaft gestellt. Es wurde Günter Leja und Gerhard Bornschlegel die Ehrenmitgliedschaft auf Grund besonderer Leistungen im Verein verliehen. Die offizielle Übergabe der Urkunden wird im Rahmen des Jahresempfangs 2015 erfolgen.

Die Versammlung konnte kurz darauf geschlossen werden, da keine weiteren Diskussionspunkte aufkamen.

Karin Gritsch



PRAXIS FÜR PHYSIOTHERAPIE

Sabine Morgenroth
Irmgard Edenhofer



Tel. 0941/ 97 111 oder 999 111

Lilienthalstraße 8 Parkplätze: vorm Haus und Tiefgarage 93049 Regensburg

- Krankengymnastik
- Krankengymnastik bei neurologischen Erkrankungen
- Manuelle Therapie
- Krankengymnastik am Gerät
- Sportphysiotherapie
- Rückenschule
- Wirbelsäulengymnastik
- Beckenbodengymnastik
- Rückbildungsgymnastik
- Funktionelle Bewegungslehre
- Hippotherapie
- Craniosakrale Therapie
- Massage
- Akupunktmassage nach Penzel
- Lymphdrainage
- Bindegewebsmassage
- Atemtherapie
- Fußreflexzonenmassage
- Fangopackung
- Heißluft
- Elektrotherapie
- Extension/ Traktion
- Eisbehandlung
- Tapeverbände

HAUS- UND HEIMBESUCHE

Herzlich willkommen

Beutl	Monika	Kraus	Vera
Braumandl	Lena	Merturi	Julia
Brug	Anette	Merturi	Melissa
Brug	Axel	Mironova	Linda
Brug	Constantin	Müller	Kevin
Brug	Sophia	Neff	Rowan
Dlugosch	Julian Matthias	Nyström	Jacqueline
Eberl	Klaus	Obletshauser	Marco
Egersdörfer	Noah	Peetz	Lena
Ehrl	Christian	Schneider	Dietlinde
Eybe	Jana	Schneider	Sascha
Fritz	Monika	Schoendorff	Catherine
Fröbel	Felix	Schwaiger	Thomas
Griebel	Willibald	Seidenschwand	Laetitia
Gruber	Reiner	Soller	Simon
Heitzer	Ute	Stock	Karolina
Heller	Simon	Treinies	Florian
Ibarth	Valentin	Waidele	Maja
Kinast	Xaver	Yaafour	Ilia
Kraus	Benno	Zausig	Mara
Kraus	Markus	Zausig	Mats

Wir gratulieren herzlich

60 Jahre

Ludwig
Singer

Helmut
Manfred

75 Jahre

Bauer
Keller
Meier

Michael
Joachim
Gertrud

65 Jahre

Djuric
Huber
Rester
Schinabeck

Marko
Lieselotte
Johann
Georg

80-95 Jahre

Adlhoch
Adlhoch
Bothe
Hellerbrand
Loipeldinger
Meier

Elfriede
Johann
Willi
Alfons
Jakob
Josef
Josef
Margarete
Franz
Elisabeth

70 Jahre

Graf
Runge
Schweiger
Seidel

Irene
Helfried
Marlene
Bernd

Reitberger
Schluttchenhofer
Wittkowsky
Wöhl

Valentin Zink
Dr.-Bruno-Sahlingerstr. 20d
93096 Köfering
Tel.: 09406/284660
Mobil: 0174/9639388
E-Mail: zink.vneka@web.de



Hausmeisterei - Gartenservice - Objektbetreuung
Wohnungsreparaturen jeder Art - Umzüge/Entrümpelungen
Arbeiten auf Nachfrage

Werkstatt: Spiegelgasse 3 in 93047 Regensburg Telefon: 0941/8903589

Werbekonzept

Die SG Post/Süd Regensburg e. V. bietet ein umfangreiches Angebot an Werbemöglichkeiten für Ihre Firma.
Wir möchten Ihnen unser Konzept vorstellen.

Wir präsentieren Ihr Firmenlogo auf:

Tennis Windschutzplanen	12x2 m	500 €
11 Tennisplätze, 5 Mannschaften im Spielbetrieb, z.B. Regionalliga.		
Tischtennis Abtrennungen 10er Set a'	2,33 x 0,7 m	600 €
Eigene Halle, 4 Mannschaften im Spielbetrieb		
Beachanlage Bandenwerbung	6x2 m	300 €
3 Beachballplätze, Spielbetrieb Volley- und Handball		
Homepage Link/Popup		300 €
Veranstaltungen/Turniere - Banner/ Aufsteller/ Fahnen		300 €
(Die Banner, Aufsteller, Fahnen sind vom Werber zu stellen)		
Gesamtpaket		2000 €

Bei Buchung des Gesamtpaketes wird kostenlos 4x 1/4seitige Anzeige im Post/Süd Kurier geschaltet.

Die angegebenen Preise beziehen sich jeweils auf ein Jahr und zzgl. gesetzlicher MwSt. Die Anschaffungskosten für das Trägermaterial sind beinhaltet. Für die Folgejahre verringert sich die Gebühr um die Materialkosten.

Werbung in der Vereinszeitung SG Post/Süd Kurier:

Erscheinen:	¼ jährlich		
Auflage:	1300, Leser ca. 4000		
Format:	297 x 210 mm (DIN A4)		
Seitenspiegel:	253 x 176 mm		
Preise pro Ausgabe:	1/1	Seite farbig	780 €
	1/2	Seite farbig	390 €
	1/3	Seite farbig	260 €
	1/4	Seite farbig	195 €
	1/8	Seite farbig	95 €
	Umschlagseite innen		zzgl. 50 %
	Rückseite		zzgl. 70 %

Die Preise verstehen sich zzgl. gesetzlicher MwSt.

Bei Schaltung der Anzeige für 1 Jahr, 4 Ausgaben, gewähren wir einen Rabatt von 10 %

Trikotwerbung für unsere Mannschaften auf Anfrage, wie z. B. Tennis, Tischtennis, Floorball, Badminton, Handball, Volleyball. (Trikot und Short für 12 Spieler ca. 1000 € inkl. Aufdruck)

Wir hoffen mit unserem Angebot Ihr Interesse geweckt zu haben und freuen uns auf eine erfolgreiche Zusammenarbeit.

SG Post/Süd Regensburg e. V.
Kaulbachweg 31
93051 Regensburg
Tel.: 0941 920520

Peter Gritsch
Präsident

Damengymnastik

Die Damengymnastik führte am 19.03.2014 ihre Abteilungsversammlung bei mäßiger Beteiligung durch. Nach der Begrüßung durch die Abteilungsleiterin gab diese einen kurzen Überblick über das vergangene Sportjahr, die Aktivitäten und die Planungen für die kommende Saison. Nach dem Kassenbericht wurde die anstehende Neuwahl durchgeführt. Änderungen gab es keine,

die bisherige Abteilungsleitung wurde in ihren Ämtern wie folgt bestätigt bzw. neu gewählt.



Abteilungsleiterin:
Roswitha Lehner



Stellv. Abteilungsleiterin:
Christa Sturm



Kassierin:
Siegrid Bitomsky



Schriftführerin:
Gaby Dietrich

Am 27.02.2014 fand wie jedes Jahr unser Weiberfasching statt. Seit Jahren findet dieser in Absprache mit dem Frauenbund von St. Paul in den Räumen der Pfarrei statt. Der Ideenreichtum der Masken hatte keine Grenzen. Es wurden wieder lustige Einlagen gebracht und kurz vor Mitternacht präsentierte sich die Bauchtanzgruppe mit all ihrem Können und begeisterte das Publikum, das diese mit viel Applaus bedachte. Bei ausgelassener Stimmung amüsierten sich die Damen und es wurde bis weit nach Mitternacht bei stimmungsvoller Musik getanzt.



Fitness

Mitgliederversammlung mit Neuwahlen

Am 06. März wurde die satzungsgemäß vorgeschriebene Mitgliederversammlung am Kaulbachweg abgehalten. Nach mehrfacher Terminverschiebung konnte die Versammlung mit 15 Teilnehmern stattfinden.

Nach der Begrüßung konnte Abteilungsleiterin Karin Gritsch einen durchaus positiven Bericht über das vergangene Jahr abgeben. So haben sich die Mitgliederzahlen konstant gehalten. Einige Austritte konnten mit Neuaufnahmen kompensiert werden, sodass Anfang 2014 ein Mitglied mehr verzeichnet werden konnte.

Der Rückblick auf die Veranstaltungen von 2013 war zugleich eine Vorschau auf 2014. Es wird wieder eine Wanderung in Lam und ein Picknick in den Sommerferien geben.

Der Termin für die NWT steht mit dem 28.09. bereits fest und die Weihnachtsfeier der Abteilung ist ebenfalls geplant.

Im Anschluss folgte der Bericht des Kassiers Peter Ferstl.

Auch er konnte sehr erfreuliche Zahlen vorlegen. So befindet sich die Fitnesskasse durchaus in gutem Zustand, was aber nicht zu überschätzen ist, da auch für 2014 keine großen Einnahmen zu erwarten sind.

Bei der Aussprache zu den Berichten kamen keine Fragen auf, so bedankte sich Karin Gritsch bei Ihren Abteilungskollegen für die gute Zusammenarbeit.

Die Abteilungsleitung wurde einstimmig entlastet und Peter Gritsch übernahm die Wahlleitung.

Die Abteilungsleitung wurde wie folgt einstimmig gewählt:

Abteilungsleiterin	Karin Gritsch
Stellvertreterin	Anna-Maria Albert
Kassier	Peter Ferstl
Schriftführerin	Anna-Maria Albert
Beisitzer Homepagepflege	Doris Brandl-Janker

Als Delegierte wurden gewählt: Peter Ferstl, Anna-Maria Albert, Maria Grötsch, Marianne Pompe
Ersatzdelegierte sind: Elfriede Hart, Willi Hart, Dorle Kratzel

Karin Gritsch bedankte sich in Namen ihres Teams für das Vertrauen und dankte Corinna Morgenroth für die gute Vorarbeit bei der Erstellung der Homepage.

Sie war sehr erfreut, dass sich Doris Brandl-Janker spontan für diese Position zur Verfügung gestellt hatte, nachdem Corinna sich nicht mehr zur Wahl stellte.

Es lagen keine schriftlichen Anträge vor, aber im TOP wurden Anträge zugelassen.

So wurde die Anfrage nach Kurskarten bei laufenden Sportangeboten erneut abgelehnt. Kurskarten sind nur in tatsächlichen Kursangeboten zugelassen.

Eine Anfrage von Karl-Heinz Kraus auf Bezuschussung von Sportkleidung der ÜL in Höhe von 20 € wurde von der Versammlung für 2014 abgelehnt.

Der Antrag von Karl-Heinz Kraus auf Erhöhung der bezahlten ÜL Stunden von max. 200 auf max. 300 durch den HV wird von der Fitnessabteilung an die Delegiertenversammlung gestellt.

Im Anschluss konnte die Sitzung geschlossen werden.

Neues aus der Abteilung

Die neue Abteilungsleitung ist nun schon wieder 2 Monate in Einsatz. Viel hat sich ja nicht geändert was die Besetzung betrifft. Ich freue mich aber, dass wir mit Doris eine junge engagierte Frau gefunden haben, die sich unserer Homepagepflege annimmt.

Sie ist auch als ÜL sehr beliebt und ein Gewinn für die Fitnessabteilung.

Dem Antrag auf Erhöhung der bezahlten ÜL auf max. 300 Std./Jahr, den auch die Fitnessabteilung an die Delegiertenversammlung gestellt hat, wurde zugestimmt. D. h., dass bereits für das Abrechnungsjahr 2013 bis zu 300 Std. mit 5,11€/Std vom HV bezahlt werden.

Alle ÜL erhalten eine Anlage zu ihrem Vertrag, in der dies schriftlich erfasst wird.

Das ist ein sehr positives Ergebnis, das gerade den ÜL zu Gute kommt, die viel Zeit in den Verein investieren.

Leider haben wir unser Sportangebot reduzieren müssen, da Emine Dirik kurzfristig ihre Zumba Fitness und Bodystyling Stunden bei der SG Post/Süd aufgekündigt hat. Vorausgegangen sind dieser Entscheidung finanzielle Forderungen, denen ich als Abteilungsleiterin nicht guten Gewissens nachkommen konnte, ohne andere ÜL zu benachteiligen.

Es ist immer schade, wenn Stunden gestrichen werden müssen, aber ich werde mich bemühen langfristig Ersatz zu schaffen.

Es müssen manchmal auch unpopuläre Entscheidungen getroffen werden, wie z. B. eine Ablehnung eines Antrages. Wenn eine Versammlung abstimmt und ein Antrag nicht durchgeht, ist das ein demokratischer Vorgang. Es ist daher sehr unerfreulich, wenn Mitglieder danach auf ihre bei der Abstimmung abgegebene Meinung angesprochen werden. Das sollte in einer Gemeinschaft, wie in einem Sportverein nicht passieren und hat auch meine absolute Ablehnung.

Doch nun zu erfreulichen Vorhaben in diesem Jahr.

Bei der Mitgliederversammlung sind zwar Pläne gemacht worden, jetzt stehen schon konkrete Termine fest.

Die Wanderung in Lam ist am 13. Juli angesetzt.

Das Sommerfest des HV ist am 19. Juli geplant.

Das Picknick findet am 14. August statt.

Anmeldungen für die Wanderung in Lam und das Picknick bitte bei Frau Anna-Maria Albert.

Telefonisch, unter 0941 990664, per Email an a.rutzenhoefer@t-online.de.

Da immer wieder Sperrungen von Turnhallen sind, ist es für die Teilnehmer wichtig, dies rechtzeitig zu erfahren. Ich gebe diese Infos immer zeitnah nach Erhalt an meine ÜL weiter. Manchmal kommt es jedoch vor, dass kurzfristige Sperrungen anfallen. Daher werde ich Doris bitten, in Zukunft aktuelle Sperrungen auf der Fitnessseite der Homepage einzutragen.

Ich freue mich auf eine sportliche und gesellige Fitnesssaison 2014

So freuen wir uns schon jetzt auf eine gelungene Veranstaltung und viele Besucher und Teilnehmer, auch und besonders aus unserem Verein.

Termine Nordic Walking:

08.06.	KKH-Allianz Lauf	RT Gelände
29.06.	29. Sommerlauf	Bernhardswald
20.07.	Insellauf	Bad Abbach
21.09.	Demezlauf	Schillerwiese
28.09.	9. Nordic-Walking-Tour	SG Post/Süd

Info: Peter Gritsch Tel.: 0941 99667

Karin Gritsch



9. Nordic-Walking-Tour 28. September



Es ist zwar erst Juni, doch die erste konstituierende Sitzung zur 9. NWT hat bereits stattgefunden.

Da neue Teams bei der NWT dabei sein werden, war es nötig, ein ausführliches Einführungsgespräch zu führen.

Wir freuen uns, dass wir den Grill heuer mit der Seniorenabteilung besetzen konnten und die Kindersportabteilung den Schmankerlstand organisiert.

Die weiteren Stände sind mit den bereits bewährten Teams besetzt.

Die Floorballer schenken aus, die Fitnessabteilung meistert an der Anmeldung den hoffentlich großen Ansturm und sorgt an den Versorgungständen für die Teilnehmer.

Die Leichtathleten stehen wieder an der Strecke, damit keiner vom Weg abkommt. Es wird wieder Regenerationsmassagen geben und unsere Sponsoren werden mit Infoständen vor Ort sein. Die Moderation übernimmt in bewährter Art, Matthias Walk und zu unserer besonderen Freude wird Oberbürgermeister Joachim Wolbergs wieder die Schirmherrschaft übernehmen.

Beim Unterhaltungsteil sind unsere Seniorentänzer auf der Bühne und die Rock 'n' Roll Abteilung sorgt ebenfalls wieder für Stimmung.

Die Organisatoren sind also guter Dinge, was das Gelingen der Veranstaltung betrifft. Alles was planbar ist, wird durchorganisiert. Unvorhergesehenes und das Wetter werden wir dann schon in den Griff bekommen.

Anmeldungen sind bereits möglich:

Online: www.nordic-walking-tour.de
Tel.: 0941 91069599

Gefördert durch:



Bundesministerium
des Innern

aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

Hofbräuhaus Regensburg

Gut bürgerliche Küche - Edle Biere
Am Alten Rathaus · 93047 Regensburg
Telefon 0941/51280 · www.hofbraeuhaus-regensburg.de

Floorball

Saisonabschluss: Panther auf dem 4. Platz

Nach 8 Spieltagen, unzähligen gefahrenen Kilometern und vielen sportlichen Höhepunkten können die Regensburger Floorballer mit sich zufrieden sein. In ihrer zweiten Saison in der aus 9 Teams aus Bayern und Baden-Württemberg bestehenden Regionalliga Süd verbuchten sie den soliden 4. Platz und steigerten damit ihre Leistung aus der Vorsaison (5. Platz). Nach 4 Jahren Kleinfeld-Bayernliga und 2 Jahren Regionalliga gehen die Panther weiter konsequent ihren Weg. Mit Hilfe der neuen Bande, die dank der großen Unterstützung der Hauptvereins und des Engagements der Abteilungsmitglieder endlich erworben werden konnte, etabliert sich Regensburg als Floorballzentrum Ostbayerns.

Der Grundstein für die gute Saisonplatzierung waren zwei knappe Siege beim Heimspieltag in Regensburg im März, wo die bayerischen Rivalen Stern München mit 5:4 und Lumberjacks Rohrdorf mit 4:3 in der Tabelle distanziert werden konnten. Selbst der dritte Platz schien in Reichweite, die Panther verloren jedoch zwei Wochen später in Stuttgart im direkten Duell mit der SG Calw-Tübingen nach einer inferioren Leistung 9:2. Für die gute Moral der Mannschaft von Kapitän Martin Drienovsky sprach, dass sie sich im zweiten Spiel des Tages mit einem 3:1 gegen die Gastgeber SportVg Feuerbach sofort rehabilitieren konnte.

Am letzten Spieltag am 10.05. in Schriesheim war den Regensburger Floorballern folglich der 4. Platz nicht mehr zu nehmen. Dennoch wollten sie sich in den letzten zwei Spielen keine Blöße geben und die Saison mit einem Sieg abschließen. Obwohl das Team durch zahlreiche Absagen stark dezimiert war, gelang dies mit dem 5:2 gegen Karlsruhe auch in guter Manier, wobei vor allem Karlis Bubins mit 3 Toren glänzte. Im zweiten Spiel kamen die Panther dann gegen den TV Schriesheim unter die Räder und verloren nach gutem Beginn aufgrund schwindender Kräfte schließlich mit 17:4 - was aber höchstens die Tordifferenz, nicht aber die allgemeine Zufriedenheit über die Saisonleistung, etwas trübte.

In Schriesheim wurde desweiteren auch über den 1. Platz entschieden. Die Wikinger München besiegten Schriesheim mit 6:2 und kürten sich in der Folge zum Meister. Da die Münchner ihren Verbleib in der Regionalliga bereits lange vor dem Entscheidungsspiel erklärt hatten, stand der TV Schriesheim allerdings schon als Aufsteiger zur 2. Bundesliga fest.

Die Endtabelle (Punkte):

1. Wikinger München (45)
2. TV Schriesheim* (42)
3. SG Calw-Tübingen (31)
4. Panther Regensburg (28)
5. Stern München (22),
6. Lumberjacks Rohrdorf (19)
7. SportVg Feuerbach (18)
8. Giants Karlsruhe (9)
9. Red Hocks Kaufering II (0)

Zum Abschluss ein bisschen Statistik: Die Panther beendeten ihre Saison mit 9 Siegen, 1 Unentschieden, 6 Niederlagen und 64:79 Toren. Die interne Scorerwertung ging an Karol Drienovsky jr. mit 19 Scorerpunkten, knapp vor Christian Lang (18) und Karlis Bubins (17). Bester Torschütze war Christian Lang mit 12 Saisontreffern. Mit jeweils 16 Spielen waren Andi Kick und Christian Lang außerdem die Dauerbrenner der Saison. Insgesamt kamen bei den Panthers im Laufe der Saison 21 Spieler zum Einsatz. Der Altersdurchschnitt betrug 28,8 Jahre, der jüngste Spieler ist 19, der älteste 50.

U15-Turnier: SG Post/Süd erkämpft 2. Platz in Donauwörth



Am 4. Mai folgten die jungen Floorballer der SG Post/Süd der Einladung des SV Nordheim und nahmen an ihrem ersten Wettkampf der Saison in Donauwörth teil. Neben dem Duell mit dem Gastgeber wartete außerdem der SV Ochsenhausen aus Baden-Württemberg auf die neu aufgestellte U15. Mit gesundem Respekt, aber auch viel Optimismus starteten die 7 Jugendspieler gegen Ochsenhausen in das Turnier, mussten sich aber am Ende des 15-minütigen Spiels mit 1:4 geschlagen geben. Die Regensburger zeigten dabei allerdings mit einer guten Defensive und einigen guten Angriffsaktionen auf. Das zweite Spiel gegen den SV Nordheim entwickelte sich zu einem wahren Krimi, in dessen Verlauf Vinzent Müller seinen Kasten mit herausragenden Paraden sauber hielt und Scott Nymark mit seinem Siegestreffer den ersten Sieg für die SG Post/Süd sicherte. Beflügelt vom 1:0 Sieg starteten die Jungs um Kapitän Sebastian Gätzschmann mit viel Elan ins Rückspiel gegen Ochsenhausen und konnten allen voran durch zwei Tore von Alex Grönholm mit 4:2 gewinnen. Das Rückspiel gegen den SV Nordheim war damit ein entschei-



Teamwork bis zum Schluss: Für die Gegner gab es oft kein Durchkommen

dungsspiel, in dem Regensburg noch eine kleine Chance auf den Turniersieg hatte. Nach frühem Rückstand konnten die Regensburger jedoch nicht mehr zurückschlagen und mussten den

Gastgeber auch wegen schwindender Kräfte mit 2:4 den Vortritt lassen. Trotz des verpassten Turniersieges, was zu einigen hängenden Köpfen führte, können die Jungs von Trainer Martin Drienovsky mit dem 2. Platz sehr zufrieden sein. Im Tor zeigte Vinzent Müller das ganze Turnier über eine tolle Leistung und offenbarte nach nur wenigen Trainingsstunden großes Potential. Im Feld bewiesen alle Spieler gutes Stellungsspiel und hohe Laufbereitschaft. Insgesamt setzte der Auftritt der Regensburger U15 ein sehr positives Ausrufezeichen, vor allem könnte er die Initialzündung für die Teilnahme in der Bayernliga kommende Saison sein. Die Teilnehmer: [T] Vinzent Müller, Alex Grönholm, Anton Stumpf, Max Neff, Dominik Kampe, [C] Sebastian Gätzschmann, Scott Nymark

Text und Fotos: Martin Drienovsky



Nimmermüder „Senior“: Die Abteilung gratuliert Karol Drienovsky zum 50er!



Karol Drienovsky jr. war 2013/14 mit 19 Punkten der beste Scorer der Panther

DER GRIECHE
am
Herzogshof

Alter Kornmarkt 1 · 93047 Regensburg
Telefon: 0941-599 93 03
www.dergriecher-regensburg.de

Kein Ruhetag!

Öffnungszeiten: Tägl.: ab 17.30 Uhr
Sa. So, Feiertag 11.30-14
und ab 17.30 Uhr

**Anerkannter
Stützpunktverein
2013**

**INTEGRATION
DURCH SPORT**

Gefördert durch:

Bundesministerium
des Innern

aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages

8 TEAMS 1 SIEGER



**3. REGENSBURGER
FLOORBALL CUP
29.06.14
SPORTHALLE KÖNIGSWIESEN**

Eintritt frei

SG Post/Süd Panther Regensburg

postsued-regensburg.de/rfc14/

Kindersport



Mit großem Aufgebot beim Ostwind-Mini-Marathon 2014

Das Wetter am 03. Mai 2014 war alles andere als einladend. Dunkle Wolken zogen schon ab dem Vormittag über den Infineon-Parkplatz und ein bitterkalter Wind fegte durch die Marathonwelt.

34 Kinder konnten wir aus unseren Abteilungen Kindersport und Leichtathletik für die Teilnahme begeistern und zum Start für den 18. Ostwind-Minimarathon anmelden. Und tatsächlich sind trotz des üblen Wetters 33 gekommen, um sich dem Wettkampf zu stellen.

Die Teilnehmer starteten gestaffelt nach Alter und Geschlecht in 9 Läufen. Sie führten vom Start weg in den Park um den Bag-gersee und wieder zurück zum Ziel. Bei den Läufen 1 bis 4 mussten von den Jahrgängen 2004 bis 2001 2,1 km bestritten werden. Dann kam die Herausforderung für die Jahrgänge 2009 bis 2005 - es musste 1 km gelaufen werden. Da in dieser Altersgruppe noch keine Wertung durchgeführt wird, ging es nur darum, die Strecke zu schaffen und ins Ziel zu kommen. Und das schafften sie alle !.

Auch für unsere Großen waren die 2,1 km kein Problem. Alle kamen durch, niemand hat sich verletzt und alle haben sich ihren Lauf gut eingeteilt. Das war nicht zuletzt das Ergebnis des zusätzlichen Trainings jeden Freitag mit Carmen und Felix.

Ganz professionell war auch die Aufwärmvorbereitung jeder Gruppe vor dem Start mit Julia Kick, Carmen Pirzer-Schynzi-lorz und Gabi Reindl. Sie haben die Kinder körperlich und mental gut eingestellt und ihnen noch nützliche Tipps mit auf den Weg gegeben.

So war es ganz klar, dass sich alle ins Zeug legten und für sehr erfreuliche Überraschungen sorgten. Da in dieser Altersgruppe noch keine Wertung durchgeführt wird, ging es nur darum, die Strecke zu schaffen und ins Ziel zu kommen. Und das schafften sie alle.

Im Ziel wurden alle belohnt mit der Freude über den eigenen Sieg, dem Glück-wunsch der Eltern, einer Erfrischung und den obligatorischen Melonenstücken.

Als besondere Siegeregaben winkten noch das Ostwind-T-Shirt sowie eine Medaille.



... Tim Löhle lässt sich nicht aus der Ruhe bringen



.... Fabian gibt Gas



Unser Marathon-Stand





.... Sieger unter sich

Nachrichten aus der Abteilung:

Rauschende Faschingsfeste in allen Gruppen. Besonders bei den Kleinen ging es besonders bunt zu. Fast alle kamen maskiert als Piraten, Feen, Cowboys, Clowns oder Pippi Langstrumpf. Mit Colonel Hathi sind alle einmarschiert und mit Kinderliedern und heißen Rythmen sowie einer heiteren Polka war die Stunde im Nu viel zu schnell vorbei

Am Samstag, den 23. März 2014 nahm eine U8-Gruppe erfolgreich am Sportfest in Burglengelfeld teil: Madita Fröbel Clemens Schöberl, Laurin Schynzilorz, Fabian Reil und Constantin Weitzer gaben ihr Bestes beim Hoch-Weit-Sprung, bei der Hindernisstafel, beim Medizinball-Stoßen und bei der 4x 100 m Staffel. Dafür das sie das 1. Mal dabei waren, ist der 3. Platz schon eine beachtliche Leistung

Ein voller Erfolg auf der ganzen Linie ist unser Lauftreff am Freitag, den die Kindersport-Abteilung gemeinsam mit der Leichtathletik anbietet. Mit Carmen und Felix macht es einfach Spaß, spielerisch das Laufen zu lernen, die Schnelligkeit zu steigern und die Ausdauer zu verbessern. Wer mal schnuppern möchte, ist herzlich willkommen:

Jeden Freitag, 16.00 Uhr im Stadion am Kaulbachweg

Weitere Fotos sind auf unserer Homepage hinterlegt.

Hinweis:

Jeden Freitag, um 16.00 Uhr treffen sich alle kleinen Sportler (von 5 – 15 Jahren) zum Lauftraining im Stadion am Kaulbachweg mit Carmen und Felix
(Kommentar einer 6-jährigen: ... macht Riesenspaß !!!)

Maria Ludwig

Termine:

08.06.2014 (Pfingstsonntag) KKH-Lauf – Flyer werden ausgegeben

Anmeldung bis spätestens 02.06.2014 bei den Übungsleitern

18. Juli 2014, (Freitagnachmittag, 16.00 Uhr) Sportfest am Kaulbachweg

T-Shirts können noch bestellt werden. Eine Abbildung ist auf unserer Homepage. Der Stückpreis beträgt 9,00 €. Bitte bei den Übungsleitern anmelden !!

Wenn Sie/Ihr Fragen rund um den Kindersport haben, dann geht das am einfachsten per E-Mail:

kindersport@postsued-regensburg.de

oder

per Telefon: 0941 9455889

Abteilung Kinder- und Jugendsport

Maria Ludwig, Marion Hafner, Helmut Ludwig

Roland Käser, Andrea Langer, Manuela Pezo,

Carmen Pirzer-Schynzilorz, Felix Fröbel



Integration durch Sport“

unter diesem Motto steht auch das diesjährige Sportfest

Es findet am Freitag, den 18. Juli 2014

im Sportpark am Kaulbachweg

statt

**ab 16.00 Uhr: Dreikampf für Kinder
(Laufen, Springen, Werfen)**

Teilnehmen darf jeder, der kommt (ab 3 bis 15 Jahre)

ab 15.00 Uhr: Nachmeldung (2,00 € Nachmeldegebühr)

Anmeldung online bis zum 16.07.2014 unter

kindersport@postsued-regensburg.de

mit Namen, Vornamen und Geburtsjahr

jedes Kind erhält eine Urkunde und eine Medaille.

-für das leibliche Wohl ist gesorgt-

Darüber hinaus findet im Anschluss an den Dreikampf eine

Team-Biathlon-Staffel

statt.

Eine Mannschaft besteht aus 4 Teilnehmern

Alter: 6 bis 15 Jahre

Anmeldung: keine Gebühr

Es laden ein:

die Kindersport- und die Leichtathletik-Abteilung

Leichtathletik

Podestplatz für die „Wellenreiter“ bei Fun in Athletics

Am Sonntag, den 16.03.2014, eröffnete die Kinderleichtathletikgruppe der SG Post Süd ihre Hallensaison mit dem Mannschaftswettbewerb „Fun in Athletics“ in Bad Kötzing. Dort warteten neun verschiedene Disziplinen und viel, viel Spaß auf die jungen Sportler, die in Viererteams um die vorderen Plätze kämpften.

Von den insgesamt 24 Mannschaften am Start stellte die SG Post Süd gleich vier. In der Altersklasse 2005/2006 starteten die „**Gipfelstürmer**“ mit Tara Gharavi, Klara und Vinzenz Reindl und Lisa-Marie Wildanger. Sie erreichten am Ende den 6. Platz.

In der Altersklasse 2003/2004 traten die „**Tigerentenbande**“ (Emilie und Isaac Mbra, Tim Löhle, Vanessa Schyndzielorz), die „**Rennmäuse**“ (Charlotte Mack, Therese Reindl, Pia Seidinger, Kati Urban) und die „**Wellenreiter**“ (Julius und Marlene Albert, Samira Gharavi, Sarah Knopp) gegen sechs weitere Mannschaften aus Kötzing und der Region an. Die „Tigerentenbande“ landete nach einem ereignisreichen Tag auf dem 8. Platz. Die „Rennmäuse“ und die „Wellenreiter“ lieferten sich ein spannendes, vereinsinternes Duell, das am Ende die „Wellenreiter“ mit nur 3 Punkten Vorsprung gewannen und sich so die Bronzemedaille sicherten. Die „Rennmäuse“ erreichten damit den undankbaren, aber trotz allem sehr guten 4. Platz.

Zu den neun Disziplinen zählten im Block Sprung der Standweitsprung, der Dreier-Hopp sowie der sog. Speed-Bounce, bei dem die Kinder innerhalb von 20 Sekunden beidbeinig so oft wie möglich über einen 20cm hohen Keil springen mussten.

Der Block Wurf / Stoß bestand aus Frontalstoß mit Medizinball, Flatterball-Weitwurf aus dem Stand und Zielwurf in kleine Kästen.

Besonders spannend waren die Ball-Verlege-Staffel, der Hindernissprint und die abschließende Grand-Prix-Staffel des Blocks Sprint / Lauf. Beim finalen Hindernisparcours durch die ganze Halle starteten immer zwei Teams gegeneinander. Lisa Wildanger und Tim Löhle zündeten ihren Turbo und verhalfen ihren Teams zum Sieg ihrer jeweiligen Läufe. Die „Rennmäuse“ und „Wellenreiter“ lieferten sich ein vereinsinternes Rennen, das die „Rennmäuse“ knapp für sich entscheiden konnten. Die Leistungen der anderen Disziplinen reichten den „Wellenreitern“ allerdings, um in der Gesamtwertung trotzdem vor ihren Freundinnen zu bleiben.

Wir möchten uns bei allen mitgereisten Eltern bedanken, die uns unterstützt und den Weg nach Kötzing auf sich genommen haben.

Hier der Link zum Bericht der MZ über Fun in Athletics: <http://www.mittelbayerische.de/region/cham/artikel/24-mannschaften-bei-fun-in-athletics/1033854/24-mannschaften-bei-fun-in-athletics.html>

Gipfelstürmer: Sieg beim Hallensportfest in Burglengenfeld!

Die Dreifachturnhalle in Burglengenfeld stand am Samstag, den 22.03.2014 ganz im Zeichen der Kinderleichtathletik. 22 Mannschaften mit jeweils 4-7 begeisterten Teilnehmern starteten beim 16. Hallensportfest des TV Burglengenfeld, darunter 4 Teams der SG Post Süd. Auf dem Programm standen die Disziplinen Hindernissprintstaffel, Medizinballstoßen, Hochweit- bzw. Scherhochsprung. Den Abschluss bildete eine 4x1 Runde-Staffel, die die Stimmung in der Halle zum Kochen brachte, weil jeder jeden anfeuerte! Bei den Wettkämpfen des neuen Kinderleichtathletik-Konzepts steht der Teamgedanke im Vordergrund, jeder Einzelne versucht für sein Team das Beste herauszuholen und möglichst viele Punkte zu sammeln.

Dass sie ein super Team sind, bewiesen die **Gipfelstürmer** (Jahrgang 2006) mit Tara Gharavi, Klara und Vinzenz Reindl, Lisa Rösl und Lisa-Marie Wildanger. Sie waren diesmal eine Klasse für sich, konnten alle vier Wettbewerbe gewinnen und sicherten sich mit großem Vorsprung den ersten Platz in der AK 8. Der Erfolg der fünf jungen Athleten ist gleichzeitig der erste Sieg für die Kinderleichtathletik-Gruppe, die Julia Kick und Josef Zweck im Herbst 2012 ins Leben gerufen haben.



In der Klasse der Zehnjährigen stellte die SG Post Süd gleich zwei Mannschaften an den Start. Die **Rennmäuse** mit Charlotte Mack, Tim Löhle, Therese Reindl, Pia Seidinger und Kati Urban erreichten den hervorragenden 3. Platz. Der Sieg im Scherhoch-



sprung bescherte den fünf Rennmäusen wichtige Punkte für die Gesamtwertung. Therese und Kati übersprangen hier eine Höhe von 1,10m.

Auch die **Tigerentenbande** mit Moritz Pfundstein, Vanessa Schyndzielorz, Emma Stahl, Tim Vogl und Klara Wöhner star-



tete in der AK 10 und landete am Ende auf dem 6. Platz. Da hier zwei Kinder des jüngeren Jahrgangs hochstarten und das Team komplettieren mussten, war die Tigerentenbande vor allem in der für sie neuen Disziplin Scherhochsprung nicht ganz so gut aufgestellt, überzeugte aber bei der Hindernisstafel. Wenn die Fünf motiviert und fleißig weitertrainieren und im Team zusammenhalten, wird auch die Tigerentenbande das nächste Mal wieder weiter vorne zu finden sein!

Maria Ludwig von der Kindersport-Abteilung betreute die **Pin-guine** in der Klasse der Siebenjährigen. Madita Fröbel, Fabian Reil, Clemens Schöberl, Laurin Schyndzielorz und Constantin Weitzer erreichten bei ihrem allerersten Sportfest den guten 3. Platz.



Am meisten freut uns, dass wir dieses Jahr gleich vier Teams am Start hatten und damit doppelt so viele wie beim gleichen Sportfest 2013! Die Kinderleichtathletik der SG Post Süd ist auf einem guten Weg und blickt erwartungsvoll in Richtung anstehende Freiluftsaison!

Julia Kick läuft Bestzeit über 3000m

Bei der 3000m Challenge im Regensburger Uni-Stadion am 26. April lief Julia Kick eine Zeit von 9:58,37min und verbesserte damit ihre Bestzeit aus 2010 um gut zwei Sekunden. Die heute 24jährige zog sich vor vier Jahren aus dem Leistungssport zurück, konzentrierte sich auf ihr BWL-Studium und rief gemeinsam mit Abteilungsleiter Josef Zweck im Herbst 2012 die Kinderleichtathletik-Gruppe der SG Post Süd ins Leben. Die Arbeit mit den Kindern motivierte sie, auch selbst wieder an Wettkämpfen teilzunehmen. Jetzt konnte Julia schon im ersten Rennen der Saison 2014 die 10-Minuten-Grenze über 3000m unterbieten und sich für ihr tägliches Training belohnen. Viele Freunde und Trainingskollegen waren ins Uni-Stadion gekommen, um sie zu unterstützen. Am meisten freute sich Julia aber über die lauten Anfeuerungsrufe von Klara, Therese und Vinzenz Reindl aus ihrer Kinderleichtathletik-Gruppe! Danke für die Unterstützung!



Julia Kick gewinnt Jura Cross in Parsberg

Sprühhregen und Temperaturen um 5°C sind nun wahrlich nicht die Bedingungen, die sich Julia Kick und die Familie Reindl für den Crosslauf in Parsberg am 15. März gewünscht hatten.

Pünktlich mit dem Startschuss der Altersklasse U10 fiel, stoppte aber der Regen und **Klara und Vinzenz Reindl** machten sich auf die ein Kilometer lange Strecke rund um das Vereinsgebäude des TV Parsberg. Nach 5:02 min erreichte Vinzenz Reindl den 6. Platz, dicht gefolgt von seiner Schwester Klara, die in 5:17 min Platz 4 erreichte. **Therese Reindl** startete in der U12 und kam nach zwei Kilometern und 10:11 min als gute 7. ins Ziel.

Wenig später startete das Hauptfeld auf die 5,4 Kilometer rund um den Hatzenberg. **Julia Kick** fühlte sich wohl auf dem dreimal zu durchlaufenden Rundkurs mit seiner giftigen Steigung in der zweiten Hälfte und kam nach 23:11 min als Erste ins Ziel. **Gabi und Andi Reindl** erreichten in ihren Altersklassen jeweils den 5. Platz.

Neuigkeiten der Kinderleichtathletik

Es hat sich einiges getan in den letzten Wochen, bei uns in der Kinderleichtathletik der SG Post Süd. Ganz besonders erfreulich: **Alexandra Dedio** unterstützt Julia Kick und Josef Zweck seit Anfang des Jahres beim Training und wird vielleicht auch bei den anstehenden Wettkämpfen schon eine Mannschaft betreuen. Die Fünfzehnjährige hat auch in der Grundschule mit Leichtathletik angefangen und wurde von den Kindern freudig begrüßt.

Julia Kick konnte am 22.02.2014 erfolgreich ihre **Ausbildung zur C-Trainerin Leichtathletik** abschließen und ist nun lizenzierte Übungsleiterin des Bayerischen Leichtathletik Verbandes (BLV). Nach interessanten und spannenden Lehrgängen in den vergangenen Monaten fühlt sich die 23-Jährige, die selbst „nur“ Läuferin ist, in der Lage den Kindern auch die technischen Disziplinen beizubringen. Bei der praktischen Prüfung im Goethe-Gymnasium durften 10 Kinder unserer U12-Gruppe mitmachen und die 25 neuen Trainer der Bezirke Oberpfalz / Niederbayern kennenlernen. Ein super Extra-Training für unsere anstehenden Wettkämpfe und die Möglichkeit, neue Spiele und Trainingsmethoden kennenzulernen und zu sehen, wie andere Trainer ihre Stunden gestalten.

Aufgrund der Ausbildung konnte Julia selbst leider nicht wie im vergangenen Jahr beim **Jura Cross Cup in Waldetzenberg** teilnehmen, wurde aber von der Familie Reindl bestens vertreten. Klara und Vinzenz Reindl belegten in der Altersklasse U10 jeweils den 3. Platz und Therese, die sich schon mit den 11-Jährigen messen musste, kam als gute 5. ins Ziel. Herzlichen Glückwunsch dazu!

Damit wir alle an die guten Laufleistungen der drei anknüpfen können, wird es ab Freitag, 07. März wieder einen Lauftreff für Kinder geben. Treffpunkt ist immer freitags von 16:00 -17:00 Uhr im Stadion am Kaulbachweg. Da unsere Sportart aus vielen verschiedenen technischen Disziplinen besteht, kommt bei einer Trainingseinheit pro Woche das Ausdauertraining leider etwas zu kurz. Und das, wo doch die Ausdauer Voraussetzung für gute Leistungen in allen Bereichen ist und wir beispielsweise einen langen Wettkampftag nur mit einer guten Ausdauer und gutem Durchhaltevermögen erfolgreich bewältigen können. Der Lauftreff von Carmen Pirzer-Schyndzielorz und Felix Fröbel gibt euch nun die Gelegenheit, zweimal wöchentlich zu trainieren. Wir hoffen, dass möglichst viele das Training besuchen, damit wir an unsere Erfolge der letzten Saison anknüpfen können.

Wir freuen uns, dass wir euch beim letzten Training vor den Faschingsferien schon die neuen SG Post Süd Leichtathletik Kapuzenpullover übergeben konnten und wir sie damit bei den anstehenden Hallenwettkämpfen schon tragen können.

Am 16.03. werden wir in Bad Kötzing bei „Fun in Athletics“ an den Start gehen. Dort warten folgende Disziplinen auf die Mann-



schaften mit jeweils 4 Kindern: Ball-Verlege-Staffel, Hindernissprint, Grand-Prix-Staffel, Standweitsprung, Speed-Bounce, Dreier-Hopp, Zielwurf, Flatterball-Weitwurf und Frontalstoß mit Medizinball. Neun neue Disziplinen also, die wir aber in den letzten Wochen fleißig trainiert haben...

Am 22.03. werden wir dann am **Kinder-Hallensportfest in Burglengenfeld** teilnehmen und die schon aus dem letzten Jahr bekannten Disziplinen Scherhochsprung (U12) bzw. Hochweitsprung (U10), Medizinball-Stoßen, Hindernis-Sprint Staffel und 4x1 Runde-Staffel meistern.

Termine der Kinderleichtathletik 2014

06. Juli : Kreismeisterschaft Süd U10 / U12 (Bad Kötzing)

28. Sept. : Bezirksfinale Kinderleichtathletik (Regensburg)

Neue Trainingszeiten der Kinderleichtathletik-Gruppe

Seit wir im Herbst 2012 die Kinderleichtathletik-Gruppe ins Leben gerufen haben, ist einiges passiert! Wir haben erfolgreich an Sportfesten teilgenommen, Julia hat ihre Übungsleiter-Lizenz erhalten und das Wichtigste: unsere Gruppe wächst und wächst... Das freut uns sehr und macht uns auch ein bisschen stolz!

Die Kinderleichtathletik liegt uns sehr am Herzen und wir sind ständig am überlegen, wie wir das Training noch besser machen können.

Um jedem einzelnen Kind v.a. in den technischen Disziplinen noch mehr beibringen zu können, möchten wir die Gruppe noch einmal teilen:

In den Wochen, in denen der Donnerstag ein Feiertag ist, trainieren alle gemeinsam am Mittwoch.

Zusätzlich habt ihr die Möglichkeit freitags von 16:00-16:45 Uhr ins Lauftraining von Carmen Pirzer-Schyndzielorz und Felix Fröbel im Stadion am Kaulbachweg zu kommen.

U10 (Jahrgang 2005 / 2006)	U12 (Jahrgang 2003 / 2004)
Mittwoch, 16:30-18:00 Uhr	Donnerstag, 16:30-18:00 Uhr
Stadion am Kaulbachweg	Stadion am Kaulbachweg
Julia Kick, Alexandra Dedio	Julia Kick, Gabi Reindl, Anna-Lena Stich

Veranstaltungen

Samstag, 07.06. **Sparkassen Gala** : Das Leichtathletik Sportfest im Regensburger Uni-Stadion. Hier könnt ihr den internationale Leichtathletik-Stars zuschauen und echte Wettkampfluft schnuppen.



Sonntag, 08.06. **KKH-Lauf** : 800m (Sportgelände am Oberen Wöhrd, Regensburg)

Sonntag, 06.07. **Kreismeisterschaft Süd U10 / U12** (Bad Kötzing) : kein Mannschaftswettbewerb (!)

Sonntag, 28.09. **Bezirksfinale** Kinderleichtathletik : Mannschaftswettbewerb mit 4 Disziplinen (Regensburg)



Ninjutsu

Bujinkan Budo Taijutsu

Im Zeitraum vom 26.-27.04.2014 führte Shihan Lauri Jokinen aus Finnland (15. Dan JudanKuGyo) bei uns Seminar durch. Inhalt waren aktuelle Themen aus Japan, die uns Lauri in einer außergewöhnlichen Kompetenz sehr anschaulich und verständlich vermittelte.

Er informierte uns umfassend über das Jahresthema, das im Schwerpunkt aus folgenden Inhalten besteht:

Shin In Bu Do (Lebe im Rhythmus der Göttlichkeit und lasse deine Seele im Kampf davon leiten)

Der Kampf Bo gegen Bo

Muto Dori gegen Bo

Ein Schwertkämpfer gegen Muto Dori

Am 17.05.2014 trainierten wir gemeinsam mit mehreren Shihan im Bujinkan Dojo Eckental unter der Leitung von Shido-shi Detlef Edenhofer.

Die Abteilung gratuliert zu den erfolgreichen Gürtelprüfungen:

Alexander Indlekofer	8. Kyu
Alexandra Indlekofer	8. Kyu
Arielle Muccio	8. Kyu
Dimitri Hoffmann	7. Kyu
Harriet Forster	6. Kyu
Leandra Pflegerl	4. Kyu
Markus Bachl	7. Kyu
Rilana Pflegerl	5. Kyu
Roland Birner	5. Kyu
Tristan Pflegerl	6. Kyu

Ein Probetraining ist jederzeit ohne Voranmeldung möglich.

Die Trainingszeiten sind:

Sonntag 19.00-20.30

Dienstag 18.00-19.30

INFO: Forster.R@bujinkan-regensburg.de, 0160/94928200

Gedanken zum Bujinkan

Einen „Kampf“ gewinnen ohne zu kämpfen.

Ich mache jeden Tag einen längeren Spaziergang mit meinen zwei großen Hunden. Währenddessen führe ich die Beiden an einer gemeinsamen Leine. Dabei habe ich eine interessante Feststellung gemacht. Die Hunde wissen, dass sie ab einem bestimmten Bereich von der Leine gelassen werden, damit sie toben und ihr Geschäft verrichten können. Kurz vor diesem Punkt werden sie sehr ungeduldig und neigen dazu, an der Leine zu ziehen. In Summe über 100 kg Hund zieht an einer

Leine, an deren Ende ich gehe (für einen Außenstehenden wohl lustig anzusehen). Meine Gegenmaßnahme war es immer, in die entgegengesetzte Richtung zu zerren. Als Ergebnis erntete ich stets, dass die beiden Gauner nur noch mehr zogen (was für den besagten Außenstehenden noch lustiger wurde). Während ich mich an der Leine abmühte, fiel mir eine Lehre aus dem Bujinkan ein, die lautet: Druck erzeugt Gegendruck, Gewalt erzeugt mehr Gewalt.

Nun zog ich nicht mehr in die entgegengesetzte Richtung, sondern zur Seite. Die Hunde konnten sich nicht mehr an mir abstützen und ihre Energie lief in die Leere. Sie hörten auf zu ziehen.

Wie ist diese Lehre in einem Kampf anzuwenden? Ein kleines Beispiel:

Ein Gegner packt mein Handgelenk und zieht daran. Er will mich beherrschen und die Kontrolle erlangen. Dabei erwartet er Gegenwehr und Kraft. Auf diese Gegenwehr stützt er sich und stabilisiert sich daran. Immer dann, wenn ich einem Gegner mit Kraft und Energie entgegentrete, wird diese mit der des Gegners kollidieren und es kommt zum Kampf. Ein Kampf birgt immer Risiken, darum gilt es ihn zu vermeiden.

So „schenke“ ich dem Aggressor meine Hand und gehe mit. Gebe ihm keinen Halt. Ich nutze die Angriffsenergie, anstatt sie zu bekämpfen. Der Angreifer destabilisiert sich und verliert sein Gleichgewicht. So bin ich in der Lage, die Situation zu kontrollieren, wie auch zu entschärfen. Ich siege, ohne auf die Auseinandersetzung eingegangen zu sein.

Forster Rudolf, Nana-Dan Shidoshi



Rock 'n' Roll

Turnierberichte

Nachdem die Rock 'n' Roll Abteilung der SG Post/Süd das Jahr mit Motivation und Vorfreude begrüßt hatte, sind die ersten Turniere dieses Jahr auch schon wieder getanzt.

Auf der Nordbayerischen Meisterschaft am 22. März in Amberg waren sowohl die Jelly Beans als auch die Formation FAMOUS vertreten, Letztere zum ersten Mal in der Klasse der Ladys. Die Jelly Beans gingen als Siebtplatzierte aus dem Turnier hervor, die FAMOUS-Mädels konnten sich einen Platz auf dem Podest ertanzen und nahmen somit stolz den Pokal für den zweiten Platz entgegen. Beide Formationen hatten Tänzerinnen mitgebracht, die zum ersten Mal an einem Turnier teilnahmen. Sie alle haben ihren Auftritt sehr gut gemeistert.



Die Bayerische Meisterschaft wurde dieses Jahr vom SV Wettstetten ausgerichtet. Die Zahl fünf hatte uns an diesem Tage scheinbar ins Herz geschlossen, so fand die Meisterschaft nicht nur am 05. April statt, sondern endete für uns auch mit einem fünften Platz. Schuld daran waren einige Fehler in der Choreografie, die den fünf Wertungsrichtern leider doch etwas zu sehr ins Auge gesprungen waren.

Außerdem traten wir am 26. April in Anzing bei der Süddeutschen Meisterschaft an. Die Erwartungen waren hier schon im Vorfeld nicht zu hoch, da die Konkurrenz doch ein wenig besser und erfahrener war. So waren wir mit einem neunten Platz im Großen und Ganzen zufrieden.



Neue Talente durch „YoungStars“

Wer in letzter Zeit im Besprechungszimmer war, wird es wohl gesehen haben – das Plakat mit der Aufschrift „Der McDonalds Effekt“. Dies stammt von den an Adipositas erkrankten Jugendlichen, denen Caro, Martin und Werner in einem dreimaligen Training den Tanz Bugg beigebracht hatten. Nach anfänglicher Scheu (besonders auf Seiten der männlichen Teilnehmer) hatten aber dann doch alle Spaß beim Tanzen. Möglicherweise wird auch im Juni nochmals ein Treffen stattfinden.



Die Kleinsten

Vom 11. Februar bis 29. April durften einige Kinder der Grundschule Königswiesen die Grundbegriffe des Rock 'n' Roll erlernen. Dazu waren drei unserer Trainer einmal in der Woche an der Schule. Leider konnte sich bisher keiner der Teilnehmer dazu entschließen, einmal im regulären Training vorbeizuschauen. Unsere Hula Babys zeigten neulich bei einem Auftritt im Lukas-Kindergarten in der Konradsiedlung ihr Können. Mit dabei waren natürlich auch Mia und Manuel. Der verdiente Lohn für den Auftritt war begeisterter Applaus.



Nichts Unwichtiges

Auch sonst hat sich bei uns in der Abteilung einiges getan. Diese Neuerungen hier einmal in Kurzfassung.

Formation FAMOUS war einmal, nun nennt sich unsere Lady Formation stolz „Enchanted Angels“, was soviel heißt wie „Verwünschte Engel“.

Für beide Formationen wurden kürzlich Elternversammlungen abgehalten, um die aktuelle Situation zu besprechen. Mit den gefällten Entscheidungen waren alle zufrieden.

Unsere Trainingsanzüge sind nun endlich mit dem Logo der Happy Shakers bedruckt, allerdings nicht in dem für Post/Süd typischen Grün-Gelb, sondern in Schwarz-Weiß.

Wie viele andere Abteilungen haben auch wir eine Wahl abgehalten, die Lady Formation wählte Pia zur „Jugendsprecherin“.

Sie darf nun bei Beschwerden und Ähnlichem zwischen den Tänzern und den Trainern vermitteln.

Zu guter Letzt begrüße ich noch einige neue Mitglieder in unserer Abteilung. Es sind einige Kinder hinzugekommen, mit denen wir jetzt eine neue Formation aufbauen wollen.

Damit verabschiede ich mich für diese Ausgabe des Kuriers und wünsche allen eine schöne Zeit.

Christine Weck



Für jung und alt, groß und klein: Unsere Girokonten.

Transparent. Übersichtlich. Leistungsstark.
In 49 Geschäftsstellen, mit 88 Geldautomaten
und mit 435 Beratern!



Wenn Sie ...

... unsere Vereinszeitung gelesen haben und sie Ihnen gefallen hat, werfen Sie sie bitte nicht gleich in den Papierkorb, sondern geben Sie sie an einen Kollegen oder Bekannten weiter, der oder die noch nicht Mitglied in der SG Post/Süd ist. So gewinnen wir vielleicht weitere Freunde und Mitglieder. Denn unser Verein bietet Sport für alle in 23 Abteilungen.

Vielen Dank

Schützen

Faschingsschießen, Schützen schlüpfen in Masken

Die Schützen trafen sich zu einem Preisschießen um den Faschingsschwan. Dieser Schwan aus Porzellan wurde neben vielen anderen Sachpreisen, passend zur Faschingszeit, heuer zum fünften Mal ausgeschossen. Für die Preise waren wieder 3. Schützenmeister Armin Weidinger und seine Karin zuständig. Es hatten sich über 30 Schützen, Freunde und Gäste angemeldet. Sie schossen auf Luftballons.

Gewinnerin des Faschingsschießens wurde Beate Leja, und somit ging der schöne, mit allerhand guten Dingen gefüllte Faschingsschwan für ein Jahr an die Schützin über.



Das Foto zeigt die teilnehmenden Schützen und Freunde, die nach dem Wettbewerb zusammen Fasching feierten.

Oster- und Geburtstagsschießen

Beim Osterpreisschießen der Schützen wurde wieder auf bunte, nummerierte Ostereier geschossen. Den Osterbaum mit den Eiern bastelte unser 2. Schützenmeister Wolfgang Siegmär. Alle Schützen füllten ein Osternest mit einem Wert von ca. 10.-€, die Verteilung erfolgte durch die Nummer auf dem getroffenen Osterei. Als erste Gewinnerin durfte sich Renate Gans ein gefülltes Osternest aussuchen, ihr folgten Dominik Kemeter, und Angelika Böhm und alle weiteren 19 Schützen. Jeder erhielt einen Preis.

Auch die Geburtstagsscheibe von 1. Schützenmeister Günter Leja, gespendet und mit Geldpreisen im Gesamtwert von 120.-€ anlässlich seines 60. Geburtstages, wurde ausgeschossen. Alle teilnehmenden Schützen zielten mit einem Kleinkaliber-Gewehr auf 25m direkt auf die Scheibe, einige haben auch getroffen. Nur unser 2. Schützenmeister hatte das Sportgerät nicht so recht unter Kontrolle, oder doch?

Er traf das Bild von Günter Leja, dafür wurde er mit einer Strafe belegt. Diese beglich er sofort nach der Preisverteilung.

Gewinner der Geldpreise:

Wolfrum Peter, Armin Weidinger, Winfried Mirl, Kathrin Neumeier, Christian Gans, Renate Gans, Horst Köhlik, Ulrich Kemeter, Wolfgang Gans,, Tobias Bauer

Weitere Platziert

Klaus Biendl, Jürgen Docekal, Hans Rester, Gerhard Böhm, Willi Bäumler, Beate Leja, Alfred Koppenwallner, Michael Siegmär, Angelika Böhm

Schuß auf Schützenmeister

Wolfgang Siegmär



Die ersten drei Gewinner der Geburtstagsscheibe mit Günter Leja

Noch ein weiteres Geburtstagskind war bei den Schützen, Hans Rester beging seinen 65. Geburtstag.

2. Schützenmeister Wolfgang Siegmär gratulierte ihm recht herzlich und übergab ein großzügiges Geschenk.



Hans Rester und Wolfgang Siegmär

Im Anschluss der Preisverteilung folgte die traditionelle Osterfeier der Schützen mit Speis und Trank. Die Feier wurde ausschließlich durch Spenden finanziert



Steckbrief von unserem neuen Ehrenmitglied Günter Leja



Geboren: 06. Februar 1954 in Regensburg
Mitglied seit: 18. November 1967 in der Schützenabteilung, Postsportverein Regensburg

2. Kassier: 15. März 1974 – 1981
2. Schützenmeister: 09. Mai 1975 – 28. September 1977
1. Schützenmeister: 28. September 1977 bis dato

Fachübungsleiter C: 07. Oktober 1988 bis dato

Präsidiumsmitglied: 25. April 2008 – 24. April 2010
Vizepräsident: 24. April 2010 – 09. Mai 2014

Ehrungen:

Große Protektorzeichen in Gold für besondere Verdienste um das bayerische Schützenwesen, Protektorat S.K.H. Herzog Albrecht von Bayern, verliehen durch den Bayerischen Sportschützenbund, 21. Februar 1979

Ehrennadel in Gold mit Eichenlaub der SG Post/Süd Regensburg, 28. April 2003

Goldene Ratisbona- Verdienstnadel der Stadt Regensburg, 22. Oktober 2008

Protektorabzeichen in Silber in Würdigung der Verdienste um das Deutsche Schützenwesen, Protektorat Seine Hoheit Andreas Prinz von Sachsen- Coburg und Gotha, verliehen durch den deutschen Schützenbund, 11. Dezember 2010

Goldene Verdienstnadel des Deutschen Schützenbundes, 19. Januar 2013

Umzug der Schützenabteilung vom Kneitingen Garten zur Prüfeninger Straße, er war mit dabei.

Umbau und spätere Modernisierung der Schießanlage in der Prüfeninger Straße

Neubau / Innenausbau der Schießsportanlage am Kaulbachweg; 12 Stände für Luft- Gas- und Federdruckwaffen; 1 Stand für die Mehrschüssige Luftpistole; eine fahrbare Schießanlage 25m

für 5 meldepflichtige Sportwaffen bis zu einer Bewegungsenergie von 1500 Joul.

Einbau einer Schießanlage für Unterhebelrepetierbüchsen C Erneuerung und Einbau von 11 Ständen für Luft- Gas- und Federdruckwaffen in der Schießsportanlage am Kaulbachweg, 2014

Durchführung von zwei Direktionsmeisterschaften, 1989 und 1996

Durchführung von zahlreichen Vereins- und Gaumeisterschaften, Sektionsligawettkämpfen

Durchführung von unzähligen Übungsabenden (40 – 50 pro Jahr) und Preisschießen

Teils erfolgreiche Teilnahme an ungezählten Wettkämpfen und Pokalschießen auf Vereins- Sektions- Gau- Bezirk- und Landesebene. Davon Zeugen Urkunden, Auszeichnungen, Leistungsnadel und derzeit 52 Pokale, darunter sind einige Wanderpokale

Günter Leja vertrat die Farben des Vereins an sehr vielen Sitzungen, Ehrenabenden, Siegerehrungen, Pokalverleihungen, Gründungsfesten, Fahnenweihungen und Vereinsfesten.

Renovierung der Schießsportanlage

Der Anstand und die Zieleinrichtung für Luft- Gas und Federdruckwaffen in der Schießsportanlage wurde nach 20-jährigen Betrieb erneuert. Die Kosten beliefen sich über 5000.-€, der Einbau erfolgte von den Schützen in über 200 Arbeitsstunden. Die Arbeiten zogen von März bis Ende Mai.

Termine 2014

02. Juni, 4. Sektionsligawettkampf, Luftgewehr und Luftpistole
23. Juni, 5. Sektionsligawettkampf, Luftgewehr und Luftpistole
26. Juni, Ehrungen für Gaupokal Luftpistole- Auflage

19. Juli, Sommerfest der SG Post/Süd
21. Juli, Sommerpreisschießen
22. Juli, Sommerpreisschießen
24. Juli, Sommerpreisschießen
28. Juli, Sommerpreisschießen
29. Juli, Sommerpreisschießen
31. Juli, Sommerpreisschießen

02. August, Sommerfest der Schützen

Liebe Sportfreunde,

Nachrichten, Termine und Informationen sind ab sofort im Internet unter Post/Süd Regensburg, Abteilung Schützen, nachzulesen.

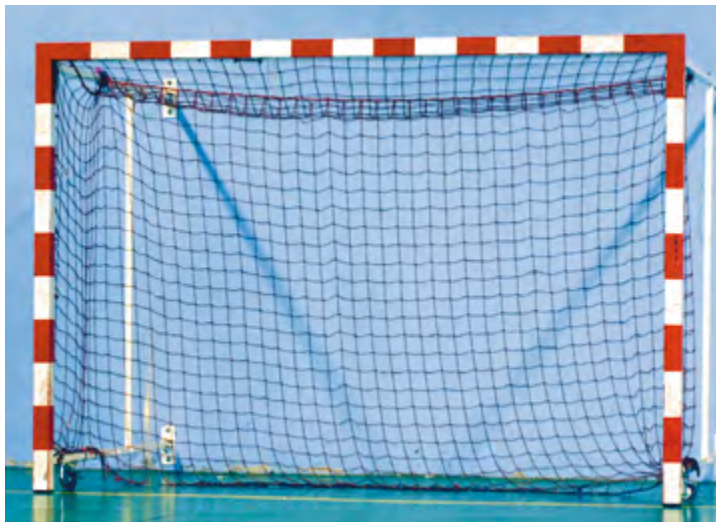
Günter Leja
Abteilungsleiter

1. Schützenmeister Günter Leja, Am Bahndamm 15, 84069 Schierling
Telefon 09451 4231, Mobil 0171 93 40 851, Telefax 09451 949079
schuetzen@postsued-regensburg.de oder guenter.leja@gmx.de

KUNO
KINDER
UNI
KLINIK
OSTBAYERN



www.kuno-ostbayern.de



**HALTET
EURE KISTE
STETS
SAUBER!**

BEST CARWASH
Servicepark **KM20D**
Kirchmeierstraße 20
93051 Regensburg
[www. BEST-R.de](http://www.BEST-R.de)

Mo. - Fr. 8:00 - 19:00 Uhr
Sa. 8:00 - 18:00 Uhr
SB-Anlage:
Mo. - Sa. 7:00 - 22:00 Uhr

Die reinste Freude



TWP-Halle ab sofort geöffnet!

...für Mannschafts- und Personal-Athletic-Training.

Jetzt gleich buchen
und 10% sparen!

TWP
TRAINIEREN-WIE-PROFIS.DE

→ Speed → Koordination → Agility → Sprungkraft → Explosive Power → Antrittsschnelligkeit

In Regensburg/Königswiesen!



Senioren

Beim Feste feiern braucht man die Senioren nicht lange fragen, sie sind immer gerne dabei. Da wir bekanntlich aus der Gymnastikgruppe und der Tanzgruppe bestehen, kommen einige davon gleich 2mal in den Genuss zu feiern. So auch dieses Mal wieder bei der Faschingssaison. Den Anfang machte am 26. Februar 2014 nach der Tanzstunde die Tanzgruppe. Wie es im Fasching Brauch ist, kam die ganze Gruppe schon maskiert zur Tanzstunde. Anschließend trafen wir uns im faschingsmäßig geschmückten Saal im Vereinsheim. Heitere Vorträge von Christine, Gabi, Marianne und Heinz erheiterten die Anwesenden.



Die Tanzgruppe beim feiern

Am unsinnigen Donnerstag folgte dann die Gymnastikgruppe. Schon die Übungsstunde wurde durch Elisabeth dem Motto angepasst und der Spaß kam nicht zu kurz. Dank unserer edlen Spenderin Elisabeth wurde schon während der Gymnastikstunde etwas „vorgeglüht“, so dass die Stimmung immer ausgelassener wurde. Im Vereinsheim ging es dann „unsinnig“ weiter. Die altbewährten Geschichten- und Gedichte Erzähler trugen auch hier wieder zum Gelingen bei.



Die Gymnastikgruppe beim „vorglühen“

Etwas ernster wurde es dann bei unserer Abteilungsmitglieder Versammlung am 13. März 2014 nach der Gymnastikstunde. Judith begrüßte die Anwesenden (als Gäste waren der Präsident und seine Frau anwesend) und verkündete, dass dies ihre letzte

Sitzung als Abteilungsleiterin ist, da sie bei den anschließenden Neuwahlen nicht mehr zur Verfügung stehe. Nach der Gedenkminute für unsere verstorbenen Abteilungsmitglieder ließ Judith das vergangene Jahr Revue passieren und gab einen Ausblick auf das vor uns liegende Jahr. Anschließend präsentierte unser Kassier Toni seine Jahresbilanz und gab ebenfalls bekannt, dass dies seine letzte Bilanz war. Auch er stand bei den anschließenden Wahlen nicht mehr zur Verfügung.

Danach standen die Neuwahlen auf dem Programm. Auf einstimmigen Wunsch der Anwesenden fungierte Heinz als Wahlleiter. Auf Befragen erklärten die Mitglieder, eine öffentliche Wahl mit Handzeichen durchführen zu wollen.

Auf Vorschlag der Mitglieder und später auch einstimmig bestätigt wurden in den einzelnen Positionen

Abteilungsleiter/-in	Gabi
stv. Abteilungsleiter/-in	Rosemarie
Kassier/-in	Monika
Schriftführer	Heinz
Delegierte/-r	Olga, Helga, Rosemarie
stv. Delegierte/-r	Angela, Elisabeth Crusius, Monika
Gerätewart	Angela
stv. Gerätewart	Renate
Vergnügungswart	Gabi und Heinz

Wir danken den Gewählten für ihre Bereitschaft, die Geschicke der Abteilung in den nächsten 2 Jahren zu führen und wünschen Ihnen viel Erfolg.



Die neu gewählte Abteilungsführung

Mit Trauer im Herzen müssen wir bekanntgeben, dass unser langjähriges Mitglied der SG Post/Süd (Seniorenabteilung) Frau Luise Lindner am 15. März 2014 von uns gehen musste.

Nur wenige Monate nach dem Tod ihres Mannes Michael, den Sie längere Zeit gepflegt hatte, musste auch Sie uns verlassen.

Luise war viele Jahre Delegierte der Seniorenabteilung und hat unsere Interessen bei den Versammlungen des HV mit vertreten. Wir trauern mit ihrer Familie und werden in Gedanken immer bei Ihr sein.

Die Seniorenabteilung
Heinz Engerer

Tennis

Tennisabteilung – es geht weiter aufwärts mit Robert Wingerter

Punktspielauftakt mit Licht und Schatten

Die **Damen 40** konnten bei ihrem Punktspielauftakt mit 6:3 einen hart erkämpften aber letztendlich klaren Sieg beim TC Bruckmühl-Feldkirchen landen, wobei alle 4 Match-Tiebreaks von unseren Spielerinnen gewonnen wurden. Die **Damen 50** absolvierten bereits 3 Spiele. Beim TF Grün-Weiß Fürth verlor unser Team knapp mit 4:5. Das Heimspiel gegen den TC Herrsching ging mit 0:9 ebenso klar verloren wie die zweite Auswärtsbegegnung beim TC in Berchtesgaden mit 1:8.

Außer in den Regionalligen wird seit 2014 bei allen Punktspielen ein Sieg im Einzel mit 2 und ein Sieg im Doppel mit 3 Punkten gewertet. Die Endergebnisse fallen entsprechend höher aus. In der Landesliga Nord mussten sich die **Herren 70** beim TV Hilpoltstein mit 14:0 geschlagen geben. Die **Herren 60** dagegen feierten in der Bezirksklasse beim TC Waldsassen einen klaren 10:4 Auftakterfolg. Die neu gebildete **Herren 65** (ebenfalls Bezirksliga) konnte sich beim SV Donaustauf ebenfalls klar mit 10:4 durchsetzen. Die ursprünglich geplante Herrenmannschaft kam leider nicht zustande. Das soll im nächsten Jahr gelingen.

Nachwuchs erstmals im Einsatz

Die **U 10-Schülermannschaft** (MidCourt) musste beim ihrem ersten Heimspiel gegen die starke SpVgg Hainsacker mit 2:12 die Überlegenheit der Gäste anerkennen. Der einzige Sieg gelang Simon Heller. Ein besonderen Dank gilt den Eltern, insbesondere Frau Klein und Frau Seifert für die Betreuung, den gespendeten Kaffee und Kuchen sowie die Organisation des Essens im Tennisheim.

Die **U 14** musste im ersten Punktspiel beim TC Tegernheim antreten und hatte mit dem 10:4 Sieg ein schönes Erfolgserlebnis. Katharine Klein entschied das Match im Tiebreak für sich; Enrico Mayer gewann klar mit 6:1 und 6:2. Julia Bota musste sich erst im Matchtiebreak geschlagen geben und Leonie Polnik (erst 11 Jahre alt) verlor ihr Match. Das Doppel Nr. 1 mit Katharina und Julia fing sich nach einem 0:6 im ersten Satz und konnte schließlich den Matchtiebreak für sich entscheiden. Enrico und Simon Soller gewannen das Doppel Nr. 2 mit 7:6 und 6:2. Helena und Marco sowie den anwesenden Eltern eine „Danke“ für die Betreuung. Im zweiten Auswärtsspiel musste die gleiche Mannschaft die Überlegenheit des SV Zeitlarn II anerkennen. Den einzigen Sieg beim 2:12 holte Enrico Mayer. Nahezu alle Mädchen und Jungs unserer Schülermannschaften bestreiten das erste Mal Punktspiele. Sie werden in diesem Jahr sicher an Erfahrung und Spielstärke hinzugewinnen.

Dorothea Engelhard erneut Bezirksmeisterin

Bei den diesjährigen Bezirksmeisterschaften in Burglengenfeld verteidigte „Doro“ ihren Titel bei den Damen 40 erfolgreich und holte sich souverän ohne Satzverlust den Sieg. Im Endspiel

bezwang sie Silvia Huber-Obermeier (Regenstauf) klar mit 6:0 und 6:2. **Herzlichen Glückwunsch.**

Erfolgreiche Tenniskids

Beim ersten Sandplatz-Hallenturnier des TC Neutraubling konnten die von Marco und Helena gut vorbereiteten Tenniskids schöne Erfolge erzielen. Auf dem Kleinfeld holte sich Ali-Murtaza Karadag den Siegerpokal, die Plätze 3 und 4 gingen an Tim Hofsäß und Pamela Uwadiale. Enrico Mayer gewann das Turnier der Gruppe B (ohne Turnier Erfahrung) und Katharina Klein holte Rang zwei in der Gruppe A (mit Turnier Erfahrung). Allen Teilnehmern unserer Abteilung herzlichen Glückwunsch.

Tennisschule

Nach dem plötzlichen Tod von Peter Baumann hat Marco Oblerschauer seine eigene Tennisschule gegründet und steht uns, wie schon im vergangenen Jahr, als Vereinstrainer zur Verfügung. Er wird sich besonders dem Nachwuchs widmen und bietet von Anfang Mai bis Mitte Juli ein Mannschaftstraining für unsere Schüler und Jugendlichen an.

Es findet (außer in den Pfingstferien) jeden Mittwoch für die U 10 vom 15:00 bis 16:30 Uhr und für die U 14 von 16:30 bis 18:00 Uhr statt. Marco hält diese Übungsstunden für unseren Verein zu besonders kulanten Konditionen, sodass sowohl der Kostenanteil für die Eltern als auch für die Abteilung sehr günstig ist. In den Pfingstferien führt Marco wieder ein Trainingscamp durch. Näheres zu entnehmen dem Aushang am Tennisheim, der Homepage und der Presse. Kontakt: Tel. 0157/54490649 und auf unserer Homepage.

Kindertraining mit Helena

Jeden **Freitag ab 16:00 Uhr** findet auf unserer Anlage am Kaulbachweg unter der Leitung von Helena Caniparoli ein Kindertraining für Anfänger und Fortgeschrittene statt. Zwei Mal darf kostenlos geschnuppert werden. Danach ist entweder der Beitritt zur Tennisabteilung erforderlich oder eine Gebühr von 5,- € einschl. Versicherungsschutz zu leisten. Eltern sind ebenfalls herzlich willkommen und können sich am Tennisspiel beteiligen. Kontakt: Helena Caniparoli – Tel. 0941/52983, Robert Wingerter 0941/97289 und auf unserer Homepage.

Die Frühjahrsinstandsetzung

konnte dank des milden Winters in diesem Jahr früher beginnen, sodass bereits am **13. April** die offizielle **Platzeröffnung** statt fand. Am Vormittag war unser Nachwuchs, betreut von Marco, an der Reihe; ab 13:00 Uhr konnten Gäste und Mitglieder die Plätze testen. Die Damen hatten für Kaffee und Kuchen gesorgt – vielen Dank! Zuvor jedoch und noch bis Anfang Mai waren fleißige Mitglieder unter der Leitung von Robert viele Stunden im Einsatz, um die Außenanlagen und das Tennisheim

für die Saison auf Vordermann zu bringen und die Plätze spiel-
fertig zu machen (Bänke, Sichtblenden usw.) Allen Helferinnen
und Helfern für die tatkräftige Unterstützung herzlichen Dank.

Mitgliederversammlung mit Neuwahlen

Am 20. März fand die diesjährige Mitgliederversammlung statt.
Die Neuwahlen ergaben folgendes Ergebnis.

Abteilungsleiter: Robert Wingerter
Stellvertreter: Manfred Greil u. Max Griesbeck
Kassenwart: Horst Küster
Schriftführer: Manfred Greil
Teamsportwart: Irmgard Kramel
Jugendwart: Helena Caniparoli
Beisitzer: Dr. Günter Rothmeier



„Bezirksmeisterin Doro Engelhard
(links) mit Endspielgegnerin.“

Mitgliederentwicklung

Unsere Abteilung befindet sich weiter im Aufwind. Der aktuelle
Stand: **172 Mitglieder.**

Besonders erfreulich, dass davon 26 Schüler/innen unter 14
Jahre sind. Unser Traumziel sind 200 Mitglieder. Liebe Tennis-
freunde, macht weiterhin rege Werbung für unsere Abteilung!
Wie im Vorjahr gilt für Neumitglieder im Beitrittsjahr die Ver-
günstigung: **HV-Beitrag und 50 % des Abteilungsbeitrages.**

Für die Abteilungsleitung
H. Küster

Infos und Aktuelles unter
www.tennis-sgpostsued.de
oder **www.postsued-regensburg.de** (HV)



Erfolgreich Tenniskids: Ali-Murtaza Karadag, Tim
Hofsäß (1. u. 2. v. links) und Pamela Uwadike (rechts)“



Tischtennis

Meisterschaft!!

Gratulation der 1. Mannschaft; sie hat mit dem ersten Platz in der 1. Kreisluga den Aufstieg in die 3. Bezirksliga Süd geschafft!

Mit nur einem Minuspunkt wurde diese Liga voll beherrscht. Im entscheidenden Auswärtsspiel beim Hauptkonkurrenten TSG Laaber I gab es einen hartumkämpften 9:7 Sieg. Zum Matchwinner avancierte unser Spitzenspieler Khalid Hamras, der im vorderen Paarkreuz beide Einzel gewinnen konnte. Die Spieler Alexander Paulus, Carsten Breitkreuz und Michael Griesser gaben in der ganzen Saison nur ein bis zwei Spiele ab. Mit positiven Ergebnissen gehörten auch noch Alexander Mosch, Michael Schmid und Christoph Bäuml zur Meistermannschaft!

In derselben Liga belegte unsere 2. Mannschaft einen sehr guten 5. Tabellenplatz, obwohl sie in der Rückrunde nie komplett antreten konnte. Wegen Verletzung konnte z.B. Karl Bachmayer kein Rückrundenspiel bestreiten. Weiterhin gute Besserung!

In der 3. Kreisluga belegte die 3. Mannschaft den undankbaren 2. Tabellenplatz und hat damit den Aufstieg knapp verpasst. Auch hier konnte die Mannschaft in der Rückrunde kein einziges Spiel in kompletter Aufstellung antreten. Trotzdem Glückwunsch zu einer hervorragenden Mannschaftsleistung!

Im Pokalwettbewerb mit 3er Teams gewann unsere 1. Mannschaft den Kreispokal und anschließend auch den Pokal auf Bezirksebene. Erst auf Verbandsebene war die Grenze erreicht und die Spieler Paulus, Hamras, Breitkreuz und Griesser schafften es noch bis unter die letzten vier. Auch hier einen herzlichen Glückwunsch an die Spieler.

Für die abgelaufene Saison möchte ich mich bei allen Mannschaftsführern und Mitarbeitern bedanken. Ein besonderes Dankeschön an all diejenigen, die sich als Ersatzspieler immer wieder zur Verfügung stellten.

Für die neue Saison, Beginn ca. Ende September, hat die Abteilung 2 neue Tische angeschafft! Vielen Dank hier an die Vorstandschaft des Hauptvereins für den geleisteten Zuschuss.

Ich hoffe, dass bei den demnächst anstehenden Entscheidungen, wie Vereinsmeisterschaft bzw. Ranglistenbesprechung und Mannschaftsaufstellungen weiterhin ein sehr guter Teamgeist bestehen bleibt.



Von links

oben: Alexander Paulus/Michael Griesser/Carsten Breitkreuz

unten: : Michael Schmied/Christoph Bäuml/Khalid Hamras



Jürgen Scholze
Abteilungsleiter

Gefördert durch:



Bundesministerium
des Innern

aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages



Wandern

Faschingswanderung

Samstag, 22. Februar 2014

Diesmal war es etwas schwierig den ausgeschriebenen Treffpunkt bei Gonnersdorf, Nähe Thurnhof, zu finden. Doch nach einigem Suchen fanden mit unserem Spürsinn doch 31 Wanderlustige den beschriebenen Parkplatz. Nach dem Regen am Vortag versuchte nun die Sonne die noch vorhandenen Wolken zu vertreiben und bald zeigte sich blauer Himmel. Die Temperatur lag im Bereich knapp über dem Gefrierpunkt, doch bald wurde es wärmer.



Um 9.30 h marschierten wir los. Ziemlich eben ging es auf Feldwegen durch das Lettental Abbachhof zu. Dort legten wir eine Schnapspause ein, zur Feier des Geburtstags eines Mitwanderers. Unser Wanderführer trug noch ein selbstverfasstes Gedicht vor. Bei vollem Sonnenschein gelangten wir schon um 11.30 h an unser Ziel für Mittag, die Gaststätte Stang in Zeitlarn. Zwei Nachfahrer gesellten sich bald noch zu uns. Das Essen konnten wir aus der Karte auswählen. Nach dem Essen hörten wir noch eine Geschichte von Toni Lauerer mit dem Titel „Der Zuschuss“, vorgelesen vom Wanderführer und seiner Gattin.



Lustig und gut gestärkt brachen wir um 14.00 h zum Rückweg auf. Über Mühlhof und Hölzlhof erreichten wir auf Feldwegen um 15.15 h unseren Ausgangspunkt bei Gonnersdorf. Unterwegs sahen wir in den Gärten bereits die ersten Frühlingsboten wie Schneeglöckchen und Krokusse. Dass unsere Schuhe wieder

einmal ziemlich schmutzig waren tat unserer Freude über den schönen Tag keinen Abbruch. Einige ließen den Tag noch im Café ausklingen, die meisten aber strebten gleich Regensburg zu.

Segeltalwanderung

Samstag, den 22. März 2014

Um 10.00 h hatten sich 31 Wanderlustige auf dem Parkplatz bei der Münchsmühle im Labertal eingefunden. Die Anfahrt erfolgte in Fahrgemeinschaften mit den Autos. Das Wetter war trübe, doch trocken und für den März schon recht warm. Durch das Segeltal marschierten wir mit nur leichten An- und Abstiegen über die Felder und durch kleine Wälder. Da es zuvor lange nicht geregnet hatte, war alles ziemlich trocken und staubig. Durch die warme Witterung die ganze Woche durch blühten schon die Frühlingsboten wie Schneeglöckchen und Veilchen. Unterwegs durfte natürlich die Schnapspause nicht fehlen.

Um 12.00 h etwa erreichten wir in Hohenschambach den Gasthof Post. Dort konnten wir 4 Nachfahrer begrüßen. Das Es-



sen konnten wir aus der Karte auswählen und wir mussten auch nicht lange darauf warten. So blieb noch Zeit für einen Kaffee. Um 13.45h wurden wir zum Aufbruch für den Rückweg aufgerufen. Inzwischen hatte es merklich abgekühlt und es wehte auch ein frischer Wind. Über Pittmannsdorf und Stegenhof ging es wieder auf Feld- und Waldwegen zur Münchsmühle zurück. Da-



bei konnten wir uns nochmals an der erwachten Natur mit ihrer Blütenpracht freuen. Da es erst 15.30 h war kehrten die meisten noch in der Münchsmühle ein und genossen gut angezogen mit Anoraks den Kaffee und Kuchen im Freien. Nur ein paar nahmen sofort Kurs auf Regensburg auf, wir aber ließen den Tag noch eine gute Stunde lang ausklingen.

Wanderung Kelheim – Weltenburg über den Keltenwall

Samstag, den 26. April 2014

Mit den Autos fuhren die Wanderlustigen in Fahrgemeinschaften nach Kelheim. Auf dem Parkplatz am Volksfestplatz stellten sie ihre Fahrzeuge ab. Nach einer kurzen Begrüßung setzten wir uns, 28 Leute, um 9.30 h in Marsch. Bei herrlichen Frühlingswetter stiegen wir durch den Wald hinauf zum Keltenwall. Die Wege waren gut begehbar, aber in einigen Teilen doch anspruchsvoll, weil es steil hinauf ging. Die von vielen mitgebrachten Wander-



stöcke erwiesen sich als sehr nützlich. Einige Trink- und Verschnaufpausen durften nicht fehlen. Die Natur hatte schon ihr frisches Grün angelegt und etliche Blumen entfaltet ihre Farbenpracht. Nach dem Abstieg zur Donau brachte uns eine Zille in zwei Gruppen hinüber zum Kloster Weltenburg. Um 12.30 h nahmen wir im schönen Biergarten Platz und ließen uns das aus der Karte gewählte Essen schmecken. Dabei konnten wir zuerst den Ein- und später den Auszug einer Hochzeitgesellschaft beobachten.

Für den Rückweg bot sich die Gelegenheit sich mit der Zille zum Klösterl bringen zu lassen und auf ebenen Weg nach Kelheim zu spazieren.



Die meisten aber brachen um 13.45 h zum Rückweg auf. Auf der Weltenburger Seite hieß es wieder steigen. Über den Wurzburg wanderten wir Richtung Kelheim. Unterwegs schauten wir von einem Aussichtspunkt auf das schöne Donautal hinunter. Nach dem Abstieg vor Kelheim erreichten wir um 15.45 h den Parkplatz mit den Autos. Wir verabschiedeten uns voneinander und fuhren nach einem erlebnisreichen Wandertag nach Regensburg zurück.

Alle Texte Maria Listl

Genieße deine eigene Welt.

www.thurnundtaxisbiere.de

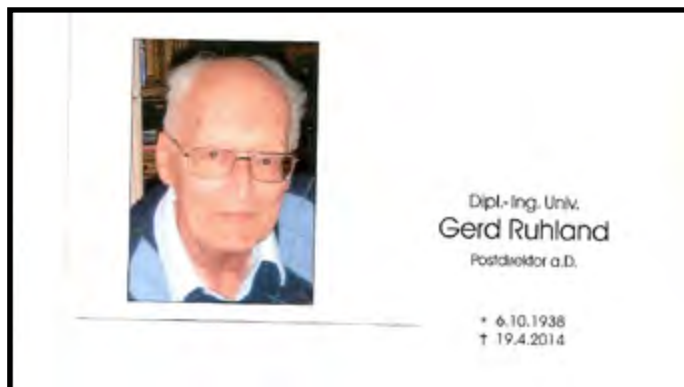
Die Wanderabteilung trauert

Die Wanderabteilung trauert um ein langjähriges Vereinsmitglied, Herrn **Gerd Ruhland**, der nach langer, geduldig ertragener Krankheit von uns gegangen ist. Er leitete 17 Jahre lang die Wanderabteilung, organisierte erstklassige Wandertouren und Wanderfahrten mit der liebevollen Unterstützung seiner Gattin Birgit. Jeder freute sich beim monatlichen Stammtisch auf seine interessanten Diavorträge. Besonders schön war es, dass er seinen Geburtstag auch immer im Kreis seiner Wanderer feierte.

In treuem Gedenken

Deine Wanderer

(Sigrid Bitomsky Abtl.Ltg.)



every injury is a new chance!
Jede Verletzung ist eine neue Chance!



PHYSIOWORLD
Krankengymnastik Vielhuber-Stäbler

Dr.-Gessler-Straße 16a · 93051 Regensburg
Telefon: 0941 / 999 393 · www.physioworld-regensburg.de

MEINE BANK.

Für mein kostenloses Girokonto.



- **KOSTENLOS**
keine Kontoführungs-
gebühr
- **ATTRAKTIV**
45 Euro WechselBonus
- **CLEVER**
UmzugsService inklusive

psd
Bank

Niederbayern-
Oberpfalz eG

www.direktbank-fuers-leben.de

Kostenfreie Service-Hotline **0800 15858-01**



Nichts Unwichtiges

Vereinsanschrift:

SG Post/Süd
Regensburg e. V.
Kaulbachweg 31
93051 Regensburg

Bankverbindung

Sparkasse Regensburg
IBAN DE37 7505 0000 0000 1414 40
BIC BYLADEM1RBG

Geschäftsstelle

Montag - Freitag
10.00 - 12.00 Uhr

Der Post/Süd Kurier erscheint vierteljährlich zum Quartalsende. Der Bezugspreis ist im Mitgliedsbeitrag enthalten. Bitte reichen Sie Berichte per E-Mail an:

kurier@postsued-regensburg.de

Bilder können als Papierabzüge (schwarz-weiß oder farbig, jeweils Hochglanz) oder in den gängigen Grafikformaten verwendet werden.

Geschäftsstelle

Organisation + Mitgliederbetreuung

Margit Ebnet,
Telefon: 0941 92052-10
Fax: 0941 92052-15
E-Mail: ebnet@postsued-regensburg.de

Geschäftsstelle allgemein,

Telefon: 0941 92052-0
Fax: 0941 92052-15
E-Mail : sg@postsued-regensburg.de

Internet: www.postsued-regensburg.de

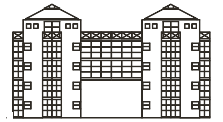
Geschäftsverteilungsplan der SG Post/Süd Regensburg e. V.

Präsident	Vize-präsident	Vize-präsident	Vize-präsident	Schatzmeister	Jugendwartin	Mitglied des erweiterten Präsidiums	Mitglied des erweiterten Präsidiums	Mitglied des erweiterten Präsidiums	Mitglied des erweiterten Präsidiums
Peter Gritsch ☎ mobil 0160 98929925	Heinrich Brömmel ☎ mobil 0171 3320296	Karin Gritsch ☎ mobil 0175 4105997	Roswitha Lehner ☎ p 09403 8349	Norbert Bambl ☎ p 0941 98122	Maria Ludwig ☎ p 0941 999666	Christine Zelzer ☎ mobil 0160 6141872	Horst Küster ☎ p 0941 920510	Joachim Wolbergs ☎ g 0941 5071010	Johann Rester ☎ p 0941 98159
Repräsentation des Vereins, Kontakte zu Behörden, Verbänden und den Eigentümern der Sportanlagen, Einberufen und leiten der Präsidiums- und Vereinsausschuss-sitzungen, Allgemeine Betreuung der Geschäftsstelle und des Personals, Mitglied der Schiedsstelle	Ansprech-partner für Abteilungs- und Übungs-leiter, Integrations-beauftragter (IDS), Mitgliederver-waltung CVP, Ehrungen, Geburtstage, Betreuung der Geschäfts-stelle	Breiten-Familien- und Freizeitsport, Marketing, Werbung, Öffentlich-keitsarbeit, Koordination Veranstaltungen, Inventar-verwaltung		Finanzen aller Art, Zahlungs-verkehr, Beantragung v. Zuschüssen der Stadt und BLSV, Übungsleiter-vergütung, Großgeräte-beschaffung, Finanz-Haushaltsplan Kontenführung Budgetierung Abteilungen	Leiten des Jugendrates, Ansprech-partner für alle Jugendwarte der Abteilungen	Schriftführung Sitzungs-vorbereitung, Sitzungs-einladungen, Sitzungs-protokolle.	Vereinsrecht, Steuerange-legenheiten. Jahresab-schluss, Rechnungs-wesen, Lohnbuch-führung, Rechts-Versicherungs- und Vertrags-angelegen-heiten. Mitglied der Schiedsstelle	Marketing, Werbung, Breiten-, Familien- und Freizeitsport.	Homepage-verwaltung
Vertreter Heinrich Brömmel	Vertreter Peter Gritsch	Vertreter Johann Rester	Vertreter	Vertreter	Jugend-sprecher Pia Jansche ☎ p 09498 2683	Vertreter Laura Schönhüt	Vertretung Geschäftsstelle		Vertreter Karin Gritsch

Stand, Mai 2014

Ehrenrat

Vorsitzender	☎	Beisitzer	☎	Beisitzer	☎
Gerhard Bornschlegl	0941 45678	Otto Wolf	0941 88096	Siegrid Bitomsky	09498 8389



LUST AUF WOHNEN

WOHNKULTUR

ÄSTHETIK

Wir sind der marktführende Bauträger in Regensburg und Bad Abbach und errichten für Sie elegante Wohnungen und Einfamilienhäuser mit besonderem Ambiente.

Beachten Sie neben unseren außergewöhnlichen Gartenanlagen – meistens mit großen Wasserflächen – auch unsere Konzepte zur Einsparung von Nebenkosten durch Lieferung von Energie-, Kommunikations- und Servicediensten.

Unsere Wohnungen eignen sich zum Eigenbezug wie zur Kapitalanlage.

Unser Sportangebot

HIER BETREIBEN WIR SPORT

Sportpark SG Post/Süd - Kaulbachweg 31, 93051 Regensburg mit:

- Tennisanlage
- Vereinsheim
- Vereinshalle
- Kegelbahn
- Schützenstand
- Beachballanlage
- Leichtathletikanlage

DFH Köwi

- Dreifachhalle Königswiesen, Klenzestraße

VMG Halle 1 u. 2 (links/rechts)

- Von-Müller-Gymnasium, Erzbischof-Buchberger-Allee

Wolfgangsschule, alt
Wolfgangsschule, neu
(Halle 1 u. 2)

- Brentanostraße/Theodor-Storm-Straße

- Brentanostraße/Theodor-Storm-Straße

Grundschule Prüfening

- Killermannstraße 49



AIKIDO Stefan Weinzierl Mob. 01525 3688544	BADMINTON Bernd Schwarz Mob. 0151 40344667 Tel. 09405 - 609871	BASKETBALL Andrej Schleicher Mob. 0151 17984470	DAMENGYMNASTIK Roswitha Lehner Tel. 09403 8349	FITNESS Karin Gritsch Tel. 0941 99667	FLOORBALL Christian Treutler Tel. 0941 5934178
HANDBALL Arnold Anton Mob. 0170 5639594	JIU JITSU Michael Benner Mob. 0176 64947631	KARATE Andreas Pippig Mob. 0179 7744143	KEGELN Christa Schuster Tel. 09402 8596	KINDERSPORT Maria Ludwig Tel. 0941 999666	KORONARSPORT Kurt Rudner Tel. 0941 48936
LEICHTATHLETIK Josef Zweck Tel. 0941 998529	NINJUTSU Rudolf Forster Mob. 0160 94928200	ROCK 'N' ROLL Werner Hubert Tel. 0941 63639	SCHACH Karl Geiger Tel. 0941 400261	SCHÜTZEN Günter Leja Mob. 0171 9340851	SENIORENSPORT Gabriele Engerer Tel. 0941 7058760
SKI Alexander Busch Tel. 09493 9528452	TENNIS Robert Wingerter Tel. 0941 97289	TISCHTENNIS Jürgen Scholze Tel. 0941 999466	VOLLEYBALL Björn Kuchenmüller Mob. 0171 6160953	WANDERN Siegrid Bitomsky Tel. 09498 8389	