sg post süd regensburg

kurier

Ausgabe 4 / 2017 ***Oktober - Dezember***

Du kennst deine Grenzen erst,

wenn du über sie

hinausgewachsen bist.

INTEGRATION DURCH SPORT
DOSB
2017 Anerkannter Stützpunktverein

Deutscher Olympischer SportBund
IN ZUSAMMENARBEIT
SPORT PRO GESUNDHEIT
MIT DER BUNDESÄRZTEKAMMER
GEPRÜFT&EMPFOHLEN

INHALT

Das Präsidium berichtet 3
Herzlich willkommen 3
Wir gratulieren 3
Wir trauern 3
Termine 4
Basketball.....5
Fitness.....7
Handball..... 9
Kindersport 10
Leichtathletik..... 11
Rock ´n´ Roll.....17
Schach.....18
Schützen.....19
Seniorensport 21
Ski-Abteilung.....23
Tennis.....25
Tischtennis.....27
Wandern.....28
Nichts Unwichtiges.....31
Unsere Sportabteilungen 32

www.postsued-regensburg.de

Liebe Mitglieder der SG Post/Süd,

Wie Ihr feststellen werdet, hat sich das Gesicht unseres Kuriers etwas verändert. Zu meiner großen Freude hat sich Frau Katalin Melczer bereit erklärt, das Layout unserer Vereinszeitung zu gestalten. Meine Freude ist doppelt, da es für den Kurier eine wesentliche Verbesserung darstellt, da Frau Melczer die Sache professionell gestaltet, aber auch, weil ich dadurch eine Aufgabe weniger habe. Es ist schön, wenn sich Mitglieder von sich aus in die Vereinsarbeit einbringen und ihr berufliches Können dem Verein zur Verfügung stellen. Es kommt uns allen zu Gute, herzlichen Dank dafür.

Die im letzten Kurier angesprochene gerichtliche Auseinandersetzung mit dem SSV Jahn, hat am 24. Oktober zu keinem Ergebnis geführt, da ein maßgeblicher Zeuge des SSV Jahn erst einberufen werden muss. Es steht also ein weiterer Gerichtstermin an.

Wir haben einen jungen Mann aus Syrien in unsere Basketballabteilung integriert. Naji Baghdadi hat sich in Deutschland und auch in unserem Verein hervorragend eingefügt und ist sportlich sehr engagiert. Er hat die Abteilung wiederbelebt und will, da er die ÜL Ausbildung erfolgreich abgeschlossen hat, auch eine Gruppe von Kindern trainieren. Wir haben ihn daher beim Sparkassen Bürgerpreis angemeldet, um seinen Einsatz evtl. honorieren zu lassen. Die Gewinner werden durch eine Jury ermittelt, aber auch durch ein Online-Voting für MZ Abonnenten. Die Online-Abstimmung ist bereits geöffnet und es wäre schön, wenn viele Mitglieder der SG Post/Süd für unseren Kandidaten, Naji, in der Kategorie Sport, stimmen würden.

Wenn auch das Jahr zu Ende geht, läuft im Präsidium das Tagesgeschäft weiter. So haben wir bereits Termine für das Jahr 2018 festgelegt. Bei unserem traditionellen Jahresempfang werden wir am 16. Februar wieder unsere erfolgreichen Sportler, verdienten Mitglieder und langjährige Treue zum Verein auszeichnen. Ich freue mich wieder viele Mitglieder unseres Vereins bei dieser Veranstaltung zu treffen.

Auch der Termin für die Delegiertenversammlung steht bereits fest. Die gewählten Delegierten werden dazu schriftlich eingeladen, doch auch interessierte Mitglieder sind bei der Versammlung am 4.5.2018 willkommen.

Ich wünsche allen einen ruhigen Advent, ein frohes Weihnachtsfest und gesundes und friedliches neues Jahr.

Euer Präsident

Wichtige Termine Kurier 4/2017

Datum	*Uhrzeit*	*Was*	*Wo*
03.12.2017	17:00	Adventsfeier	Theresienkirche
06.12.2017	19:00	Ausschusssitzung mit Jahresabschlussessen	Gaststätte Jahnwirt
16.02.2018	19:00	Jahresempfang	Vereinshalle
04.05.2018	19:00	Delegiertenversammlung mit Neuwahlen	Gaststätte Jahnwirt

Abgabetermine:

31.12.2017		Immatrikulationsbescheinigung	Geschäftsstelle
02.02.2018		Abgabe Etatplan Abteilungen	Geschäftsstelle
02.02.2018		Abgabe Kassenbuch Abteilungen	Geschäftsstelle
16.02.2018		Abgabe Übungsleiterabrechnung Ausschluss	Geschäftsstelle
31.03.2018		Abteilungsversammlung mit Neuwahlen	

Vorschläge Ehrungen für sportliche Leistungen sowie besondere Verdienste bitte bis spätestens zur Ausschusssitzung am 06.12.2017 an Vizepräsident Heinrich Brömmel - vizepraesident@postsued-regensburg.de - melden.

Herzlich Willkommen
bei der SG Post/Süd Regensburg

Aliu Sara
Aliu Stesy
Benninger Elisabeth
Berger Barbara
Beutlhauser Iris
Beutlhauser Karoline
Friedberg Andreas
Ghafoori Helena
Ghafoori Parwane
Hammelrath Lisa
Hardt Jonas
Janner Dorothee
Janner Lorenz
Kaiser Rosemarie
Kaiser Sabine
Kartini Amira
Köss Harald
Leuteritz Jan
Maier Lars
Manafski Maksimilian
Meier Anneliese
Mersi Constantin
Nicus Andrea
Pinto Shanice Suzana
Rezmann Philipp
Schaich Karl
Schaich Ludwig
Schaich Marlene
Schwarz Johannes
Schwarz Philipp
Siska Oliver
Spintig Martin
Tran Jessica
Walger Lennart
Walger Steven
Weiß Cornelia
Weiß Maximilian
Wolf-Maier Katharina

Wir trauern um unser Mitglied

Walter Miersch
† 22.09.2017

60 Jahre
Ring Alois
Wolf Norbert
Zeisler Günter

65 Jahre
Knott Walter
Köglmeier Angie
Schätz Veronika

70 Jahre
Meier Anneliese
Schweinfurter Fritz
Wingerter Robert

75 Jahre
Eberl Josef
Freisler Helene
Janssen Ute

80-93 Jahre
Amann Anna
Bartosch Gertraude
Bornschlegl Theresia
Brem Günter
Dedio Raimund
Dietl Elisabeth
Engelbrecht Johann
Gröhlich Heinz
Hölzl Erich
Klingeis Margarete
Kulzer Michael
Lell Johann
Müller Karl-Heinz
Rudner Kurt
Sauter Friedrich
Schindler Herbert
Stadler Herbert
Süß Sophie
Walter Gertraud
Wankerl Gunter
Westerboer Irmgard

Sportlich-kreativ bei der SG Post/Süd

Es freut mich, dass mir das Vertrauen entgegen gebracht wurde, die Redaktion bei der Gestaltung des Post/Süd-Kuriers zu unterstützen und dem Magazin ein wenig frischen Wind einzuhauchen. Eine tolle Aufgabe, wo ich Kreativität und Sport verbinden kann.

Mein Name ist Katalin Melczer und ich bin selbstständige Mediengestalterin.

Leichtathletik spielte schon von klein auf bei mir eine große Rolle. Die Vielseitigkeit des Siebekampfes und das Diskuswerfen hatten es mir besonders angetan.

Dank meiner Tochter Hannah habe ich mit der SG Post/Süd einen tollen Verein gefunden, bei dem ich nicht nur Kinder und Jugendliche trainieren, sondern auch selber wieder aktiv sein kann.

sg post süd regensburg kurier

IN EIGENER SACHE:

Sie haben unsere Vereinszeitung gelesen? Ihnen gefallen die Beiträge und Sie möchten, dass Ihre Freunde, Bekannten oder Kollegen unserem Verein kennenlernen?

Dann geben Sie einfach die Zeitung einfach weiter. Die SG Post/Süd freut sich über jedes neue Mitglied.

Wir haben schließlich viel zu bieten: Sport in 21 Abteilungen.

Vielen Dank!

Die Sportgemeinschaft SG Post/Süd lädt ein zur

Adventlichen Stunde mit Musik

Sonntag, 3. Dezember 2017 um 17 Uhr

in der Theresienkirche
Kumpfmühl

mit dem Gospelchor
JohannesSingers e.V.

Leitung:
Angelika Hanglick

Eintritt frei.

SG Post/Süd

Jahresempfang 2018

am
16. Februar 2018, 19.00 Uhr,
in der Vereinshalle
am Kaulbachweg

Geehrt werden:
sportliche Erfolge
besondere Verdienste
langjährige Mitgliedschaften
der SG Post/Süd

Schaffen Sie mit Ihrem Besuch unseres
Jahresempfangs 2018
den Sportlern und geehrten Mitgliedern
den verdienten Rahmen.

Wir freuen uns, an diesem Abend,
viele „Post/Südler" mit Familie
begrüßen zu dürfen.

Ein unterhaltsames Rahmenprogramm
und ein kleiner Imbiss
erwartet unsere Gäste.

Das Präsidium

Ein syrischer Trainer für die Basketballer

des SG Post/Süd Regensburg

In einer Interviewreihe zu ehrenamtlich Engagierten bei „Integration durch Sport" werden in den nächsten Monaten Personen vorgestellt, die sich in herausragender Weise für die integrative Arbeit in Sportvereinen engagieren. Sie setzen sich für die Integration von Menschen mit Migrations- oder Fluchterfahrung in den Sport und in die Gesellschaft ein – und profitieren dabei häufig von ihren eigenen Erfahrungen in diesem Bereich.

NAJI BAGHDADI ist 23 Jahre alt, kommt aus Damaskus, Syrien, und lebt seit knapp 2 Jahren als anerkannter Flüchtling in Deutschland.

Er trainiert seit September 2016 eine Basketballmannschaft in der SG Post/Süd Regensburg und hat vor kurzem seine ÜL-C-Ausbildung abgeschlossen. Bei der Jahrestagung des Programms „Integration durch Sport" (IDS) im März in Regensburg hielt er einen Vortrag zum Thema „Sport und Kultur in Syrien".

IDS: Naji, wie bist du zur SG Post/Süd Regensburg und zu deinem Engagement als Trainer gekommen?

Naji: Das war eine Verkettung glücklicher Umstände! Ich habe einige Zeit schon bei „Campus Asyl" in Regensburg in einer Basketballmannschaft gespielt. Dort lernte ich Malte (Malte Wulfinghoff, IDS-Bildungsreferent des Bezirks Oberpfalz, Anm. v. IDS) kennen. Nachdem er hörte, dass ich mich auch schon als Übersetzer beim Bayerischen Roten Kreuz ehrenamtlich eingebracht hatte, frage er mich, ob ich nicht auch Lust hätte, bei der SG Post/Süd Regensburg eine Basketballmannschaft zu trainieren.

IDS: Welche Gruppe trainierst du im Verein?

Naji: Ich trainiere eine Hobbygruppe, Männer und Frauen Ü18. Momentan sind es 11 Spielerinnen und Spieler und ich als Spielertrainer. Aber es läuft aktuell so gut, dass wir überlegen, uns in der kommenden Saison für die Liga zu melden. Es ist für mich eine neue Erfahrung, eine Mannschaft zu trainieren. In Syrien habe ich zwei Jahre im Verein gespielt, danach, auch aufgrund meiner Flucht, konnte ich nur noch hobbymäßig spielen. Die Rolle als Trainer ist für mich also noch ganz neu, aber super spannend. Und mit der Ausbildung als Übungsleiter C im Breitensport konnte ich viele tolle, neue Anregungen sammeln, wie ich das Training in der Mannschaft aufbauen und verbessern kann.

IDS: Du hast die ÜL-C-Ausbildung also ganz frisch abgeschlossen?

Naji: Ja, ich habe die Ausbildung Anfang dieses Jahres gemacht. Besonders stolz bin ich darauf, dass ich sie komplett auf Deutsch absolvieren konnte. Ich hatte aber auch wirklich viel Glück und viele Leute um mich herum, die mich dabei unterstützt haben. So durfte ich den Abschlusstest mündlich absolvieren und die Ausbildung wurde von IDS finanziert. Der Verein ist auch glücklich, da eine Lizenz dort Voraussetzung dafür ist, wenn ich langfristig als Trainer tätig sein möchte.

IDS: Woher kommen deine Spieler? Werden auch gezielt Geflüchtete und Menschen mit Migrationshintergrund und Geflüchtete angesprochen?

Naji: Die Mannschaft ist wirklich ganz bunt gemischt. Sie kommen aus Deutschland, Syrien, Rumänien und dem Irak. Einige sind über Campus Asyl zu uns gestoßen, einige sind Studenten. Die meisten sind Anfang 20, wir haben aber auch zwei Spieler um die 40. Das Schöne ist, dass wir uns nicht nur in der Sporthalle sehen. Auch jenseits des Sports verbringen wir Zeit miteinander. Wir kochen zusammen oder treffen uns an der Uni. Diesen Austausch schätze ich sehr. Die Kommunikation passiert immer auf Deutsch – wodurch ich tagtäglich meine Deutschkenntnisse verbessern kann. Ich profitiere also doppelt von meinem Engagement. Einerseits sozial, andererseits sprachlich (lacht).

IDS: Das heißt, dein Engagement als Trainer hat auch positive Auswirkungen auf andere Bereiche deines Lebens?

Naji: Auf jeden Fall. Ich liebe Basketball. Und ich habe ein großes Interesse an an-

deren Kulturen. Beim Sport und als Trainer lerne ich viele Leute kennen, kann mich mit ihnen austauschen und gleichzeitig Sport treiben. So tue ich etwas für meine Gesundheit, kann andere dabei unterstützen, sich im Sport zu verbessern und lerne selbst jeden Tag etwas dazu.

IDS: Und was sind nun deine weiteren Pläne? Was wünschst du dir für deine Zukunft?

Naji: Ich werde weiter mein Deutsch verbessern. Mit dem Deutschkurs an der Universität Regensburg, der täglichen Praxis mit meinen deutschen WG-Mitbewohnern und den Spielern in meiner Mannschaft werde ich bestimmt bald das erforderliche Niveau erreichen, um auch studieren zu können. Mein Traum wäre es, wenn ich für das Architekturstudium angenommen werde. Und natürlich werde ich weiter die Basketballmannschaft trainieren (lacht).

Die SG Post/Süd Regensburg ist seit 2008 Stützpunktverein für Integration. Der Mehrspartenverein bindet Migrantinnen, Migranten und Geflüchtete in seine diversen Sportangebote ein. Die Basketballmannschaft von Naji Baghdadi trainiert immer dienstags von 19 bis 21 Uhr und freut sich immer über weitere Spieler. Bei Interesse melden Sie sich unter sg@postsued-regensburg.de.

Laura Verweyen, BLSV Integration durch Sport (Text & Bilder)

Kontakt
SG Post/Süd Regensburg:
SG Post/Süd Regensburg e.V.
Kaulbachweg 31
93051 Regensburg
sg@postsued-regensburg.de

INTEGRATION DURCH SPORT
DOSB
2017 Anerkannter Stützpunktverein

Petrus ist ein Nordic-Walking-Fan

Am 24. September startete die 12. Nordic-Walking-Tour „…durch's grüne Regensburg" wieder bei herrlichem Sonnenschein. Entgegen allen Wetterprognosen konnten 255 Teilnehmer bei spätsommerlichen Temperaturen auf die Strecken durch das Weltkulturerbe Regensburg geschickt werden.

Genau um 13.00 Uhr fiel der Startschuss, den in diesem Jahr BLSV Kreisvorsitzender Matthias Meyer abgab, da die neue Schirmherrin, I.D. Gloria Fürstin von Thurn & Taxis leider verhindert war. Bereits nach 1 Std. 19 kamen die ersten beiden Langstreckler wieder im Ziel am Dultplatz an. Eine Spitzenleistung, die jedoch die aller späteren Ankömmlinge nicht schmälerte, da bei unserer NWT eigentlich keine Zeitnahme erfolgt.

Die Tour ist eine reine Breitensportveranstaltung, bei der der Spaß am Nordic-Walking in historischem Gelände an erster Stelle steht. Das haben uns auch alle Teilnehmer bestätigt, die begeistert von der Strecke zurückgekommen sind. Im Ziel erwartet alle ein kulinarisches Angebot unserer Abteilungen. Vom Kaffee und Kuchen über Grillkost, Getränke bis zur Edelbrause, war alles im Angebot.

Nach der Stärkung und Rückkehr aller Nordic-Walker unterhielten die Rock ‚n' Roller und die Seniorentanzgruppe die Teilnehmer, bis Moderator Matthias Walk die Verlosung startete. Seine Kinder, Jonas und Verena ermittelten die Gewinner. Es konnten sich 20 Leute über schöne Sachpreise und drei über unsere Hauptpreise freuen, die von unseren Sponsoren zur Verfügung gestellt wurden. Nachdem der Platz sich anschließend langsam leerte, ging es für unsere Helfer wieder daran aufzuräumen. Eine Arbeit, die nach so einem langen Tag keinem mehr besonders Spaß macht, aber gemeinsam war auch das bald geschafft und wir konnten auf eine sehr gelungene Veranstaltung zurückblicken.

Wenn sich auch nach zahlreichen gemeinsamen NWT's jetzt bereits ein eingespieltes Team am Werk ist, kann man allen nicht genug für die Mithilfe danken. Dafür gibt es auch jedes Jahr ein Helferfest, als kleine Anerkennung für den Einsatz.

Doch möchten wir hier in unserer Vereinszeitung einmal ausführlich die Leute nennen, ohne die die NWT nicht stattfinden könnte. Allen voran natürlich unsere Sponsoren, denn ohne Moos nix los:

- Hauptsponsor Intersport Tahedl, der mit Geld und Sachspende unterstützt.
- Personalleasing I. K. Hofmann, den wir als neuen Sponsor gewinnen konnten.
- Die PSD-Bank unterstützt uns ebenfalls finanziell.
- Unser Wellnessponsor Hotel Sonnbichl in Lam spendet ein Wochenende für Zwei.
- Der Luftsportverein Regensburg stellt schon viele Jahre einen Rundflug als dritten Preis.
- Die Gruppenpreise kommen von SuperBowl und der Stadt Schwandorf.
- Die Spital Brauerei stellt das Equipment für das gesellige Beisammensein.
- Für die Beschallung danken wir der Fa. Expert Reng, die die Anlage liefert.
- Die schönen Sachpreise für die Verlosung erhalten wir von Continental, Hofmann, PSD-Bank und Sommerrodelbahn.
- Das Team der Physiotherapie Morgenroth und Edenhofer, die unsere Teilnehmer wieder auf Vordermann bringen.
- Robert Grundl, der den LKW für den Transport aus seiner Privatkasse bezahlt.
- Die Stadt Regensburg, die uns ebenfalls mit Dienstleistung und Förderung unterstützt.

Doch Geld allein macht auch noch keine erfolgreiche Veranstaltung, dazu sind viele ehrenamtliche Helfer nötig.

- Die Organisation, bestehend aus allen Teamleitern, die sich das ganze Jahr mit der NWT beschäftigt.
- Die Leichtathleten, mit Rudi Graf und Josef Zweck, die für die Strecke zuständig sind. Das Organisieren der Streckenposten ist jedes Jahr eine neue Herausforderung.
- Roswitha Lehner konnte in diesem Jahr neu gewonnen werden. Sie hat mit den Damen ihrer Abteilung die Anmeldungen und Nachmeldungen gemeistert.
- Agnes Stupar, ist zwar aus der Fitnessabteilung, betreibt aber ausschließlich mit ihrer Familie die drei Versorgungsstände auf der Strecke.
- Die Jungs von der Floorballabteilung managen den Getränkeverkauf und sind von Samstag bis Sonntag Abend auch als Auf- und Abbauhelfer im Einsatz.
- Für große Auswahl am Kuchenbüffet sorgt die Kegelabteilung unter der Regie von Christa Schuster. Bei ihnen gibt's immer ein Tässchen gratis für alle Helfer.
- Die Seniorenabteilung mit ihrer Leitung Gabi Engerer, haben sich einen Profigriller engagiert, um den Gästen hervorragende Fleisch- und Wurstsemmeln anzubieten.
- Für den Kindersport stehen Maria und Helmut Ludwig am Sektstand. Wenn sich auch der Gewinn in Grenzen hält, es macht das Angebot komplett.
- Die Einmannshow aus der Skiabteilung, Peter Bornschlegl sorgt für den richtigen Ton und Musik. In diesem Jahr hat er spontane Hilfe durch Wolfgang Gabler erhalten.
- Für viele schöne Fotos von der Strecke und dem Gelände waren zahlreiche Fotografen im Einsatz. Allen voran, Michael Weiß, der auf dem Rad unterwegs war und sehr schöne Eindrücke von der Strecke eingesammelt hat. Eine Auswahl davon gibt's beim Helferfest zu sehen.
- Am Stand der Blutdruckmessung stehen drei freundliche, kompetente Damen, die nicht unserem Verein angehören, aber mit Begeisterung bei der Sache sind.

Eine lange Liste, die nur die Spitze der Helfer nennt. Es gibt noch viele, die in den einzelnen Teams eingesetzt sind und hier nicht namentlich genannt werden. Auch ihnen gebührt ein herzlicher Dank.

Ich hoffe, wir sehen uns alle beim Helferfest und natürlich am 23. September 2018 bei der 13. Nordic- Walking-Tour.

Karin Gritsch

Fit bis zum Jahresende

Wir gehen mit schnellen Schritten auf das Jahresende zu und in den Turnhallen wird es ruhiger. Viele haben in dieser Zeit andere Dinge im Kopf, doch die Trainingsstunden laufen bis kurz vor Weihnachten.

Zum gemeinsamen Abschluss treffen sich die Mitglieder der Fitnessabteilung wieder zu einer **ADVENTSFEIER**. In diesem Jahr findet sie am **Freitag, den 8. Dezember, beim Jahnwirt** statt. Alle Fitnessler und solche die es werden wollen, sind herzlich eingeladen daran teilzunehmen. Treffpunkt ist um **18.00 Uhr**, zu einem **Glühweinempfang**, bevor wir uns zu einem kurzen besinnlichen Teil in der Gaststätte zusammensetzen.

Nach dem gemeinsamen Essen, geht es zum gemütlichen Beisammensein über, bei dem es reichlich Gelegenheit gibt sich alles zu erzählen, was in den Trainingsstunden zu kurz kommt. Es ist jedes Jahr ein schöner Abschluss und Jahresausklang, der immer wieder gerne angenommen wird.

Wenn die Weihnachtsfeiertage vorüber sind und der Jahreswechsel vollzogen, beginnen wir im 2018 mit frischen Elan und guten Vorsätzen das neue Fitnessjahr.

Doch nicht nur sportlich geht es wieder los, auch die Pflicht eine **MITGLIEDERVERSAMMLUNG** abzuhalten steht an. Daher sind alle Mitglieder eingeladen am **1. März 2018** in dieser Versammlung eine neue Abteilungsleitung zu wählen, oder die altbewährte zu bestätigen. An diesem Tag besteht auch die Gelegenheit Kritik, Verbesserungsvorschläge, oder auch neue Ideen einzubringen. Daher bitte ich alle Interessierten sich diesen Termin vorzumerken. Erinnerung über die Übungsleiter wird rechtzeitig folgen. Da jedoch nicht alle Fitnessler in den Stunden persönlich geladen werden können, wird die Einladung zur Mitgliederversammlung der Fitnessabteilung hier veröffentlicht.

Ich wünsche allen eine schöne Vorweihnachtszeit, ein frohes Weihnachtsfest und eine gesundes neues Jahr, damit wir uns alle fit und gesund 2018 wiedersehen.

Karin Gritsch

SG Post/Süd
Fitnessabteilung

Einladung zur Abteilungsversammlung

Do., 01.03.2018,17.30 Uhr
SG Post/Süd, Kaulbachweg 31

Alle Mitglieder der Fitnessabteilung sind herzlich eingeladen an der Abteilungsversammlung teilzunehmen.

Neben den Tagesordnungspunkten gehen wir gerne auf Eure Wünsche und Anregungen ein. Anträge bitte vorab schriftlich an die Abteilungsleitung.

Tagesordnung:

TOP1	Begrüßung
TOP2	Feststellung ordnungsgemäßer Ladung und Beschlussfähigkeit
TOP3	Berichte Abteilungsleitung und Kassier
TOP4	Aussprache zu den Berichten
TOP5	Neuwahlen der Abteilungsleitung und Delegierten
TOP6	Anträge/Verschiedenes
TOP7	Schlusswort des Abteilungsleiters

Ich freue mich auf eine rege Teilnahme.

Karin Gritsch
Abteilungsleitung

Die Handballsaison 2017/18 hat begonnen

Von der SG Post/Süd Regensburg nehmen 3 Mannschaften an den Ligaspielen des Bayerischen Handballverbandes Ostbayern teil. Eine weibl. E-Jugend-, eine weibl. D-Jugend- und eine weibl. C-Jugendmannschaft.

Während die weibl. E-Jugendmannschaft am 21.10.2017 und somit nach Abgabetermin für diesen Bericht, ihre ersten Spiele bestreit, haben unsere anderen Mannschaften schon ihre ersten Ligaspiele absolviert.

Die weibl. C-Mannschaft hat die ersten Punkte kampflos erhalten, da die SG Regensburg das Spiel verlegen wollte und dabei die von der spielleitenden Stelle gegebene Frist verstreichen ließ. Im zweiten Spiel gegen JHG Regendreieck konnten wir wegen Erkrankung einiger Spielerinnen nur mit 4 Spielerinnen - statt 6 - und einer Torfrau angetreten. Damit hatte unsere Mannschaft, die zum ersten Mal in dieser Liga spielt, gegen die erfahrenen Spielerinnen des Gegners keine Change.

Man konnte nur Erfahrung sammeln in der Abwehr, zum Beispiel das „Verschieben" und im Angriff den „schnellen Gegenstoß".

Einige Spielerinnen unserer weibl. D-Mannschaft spielen nun im zweiten Jahr in dieser Altersklasse. Sie sind unsere Leistungsträger bei den Spielen. Es wurden deshalb auch die ersten Spiele souverän gewonnen. Lediglich beim 7. Spiel gegen den Gegner SSG Metten musste man eine Niederlage hinnehmen, weil auch bei diesem Spiel wichtige Spielerinnen wegen Krankheit nicht teilnehmen konnten. Trotzdem ist man immer noch erster in der Tabelle.

Weibl. D-Mannschaft mit Trainer Kurt Blaß

Bei der E-Jugend sind nun auch einige Jungen im Training. Wenn das so bleibt, werden wir nach Weihnachten statt einer weibl. E-Jugend eine gemischte E-Jugend für den Spielbetrieb melden.

Wegen der Anzahl unser Spielerinnen ist es immer notwendig, dass auch Eltern zu den Spielen fahren und Spielerinnen mitnehmen. Hierfür und auch für die Unterstützung bei den von uns durchgeführten Spielen und Turnieren bedanken sich die Abteilungsleitung und Trainer recht herzlich.

Abwehr des Gegners

Weibl. C-Mannschaft mit Trainer Kurt Blaß

Kampf um den Ball

Grundschüler beim „Passen"

Für alle Altersgruppen nehmen wir gerne noch interessierte Mädchen in die Mannschaft auf. Wer mitmachen möchte, sollte ins Training kommen. Die Minis und E-Jugend trainieren immer dienstags von 16.00 Uhr bis 17.30 Uhr, die D-Jugend immer donnerstags von 16.30 Uhr bis 18.00 Uhr und die C-Jugend immer donnerstags von 18.00 Uhr bis 19.30 Uhr.

Das Training findet in der Städtischen Turnhalle Königswiesen, Klenzestrasse. 31, statt.

Am Freitag, 06.10.2017 fand wieder der Handball-Grundschul-Aktionstag statt. Die Grundschule Königswiesen beteiligte sich am Aktionstag mit 4 Klassen, insgesamt fast 100 Kindern. Sie hatten jede Menge Spaß bei verschiedenen Ballübungen wie „Passen, Zielwerfen, Prellen und Torwurf".

Trainer und Abteilungsleitung wünschen allen Mitgliedern und Freunden des Handballsports ein

Frohes Weihnachtsfest
und ein Gutes Neues Jahr!

Abteilungsleiter Anton Arnold

Eltern-Kind-Turnen

Zum Abschluss der Sommersaison durften die Kleinsten mit Hilfe ihrer Eltern/ Großeltern eine Olympiade bestreiten.

Spontan hatten wir uns entschieden die Sportstunde nach draußen zu verlegen auch wenn das Wetter es nicht so gut mit uns gemeint hat, so dass wir bei diversen Regenschauern unter die Überdachung der Sportanlage ausgewichen sind.

Dort konnten die Olympioniken vier Disziplinen bestreiten: Klettern – Hüpfen – Werfen und Tunnellauf.

Nach anfänglichem Zögern ist allen schnell warm geworden und es konnten sämtliche Stationen mit Bravour bestanden werden.

Natürlich wurden sie auch dementsprechend mit Medaillen belohnt! Zudem konnten wir für die „fleißigsten" Turnteilnehmer seit Mai 2016 eine Doppelehrung vornehmen: Butz Benedikt und Moritz Julian.

Nach einer langen Sommerpause starten wir ab Mitte September wieder durch nach Turnvater Jahn´s Motto: Frisch – Fromm – Fröhlich – Frei!

Bei Interesse einfach am Donnerstag von 9.00 Uhr bis 10.00 Uhr in die Vereinsturnhalle Am Kaulbachweg kommen und mit toben!

Kinder- und Jugendsportabteilung

Schon sind wir wieder mittendrin im laufenden Sport- und Spielbetrieb. Alle unsere Stunden sind schon gut ausgelastet. Nur noch Restplätze stehen zur Verfügung, z. B. beim Eltern-Kind-Gruppe am Donnerstag von 09.00 – 10.00 Uhr in der Vereinshalle. Unsere Übungsleiter Marion, Susanne, Helmut, Tommy und Maria haben viel zu tun. Viele neue Mitglieder dürfen wir begrüßen. Wir bemühen uns, die Stunden so zu gestalten, dass sich alle wohlfühlen und Spaß an Bewegung und körperlicher Betätigung haben. Nachstehend eine Zusammenstellung unserer Angebote.

Tag	Zeit	Stunde	Alter	Trainer
Montag	16.15 - 17.15	Spiel und Sport 1	4 - 5 Jahre	Maria /Helmut
Montag	17.15 - 18.15	Spiel und Sport 1	5 - 6 Jahre	Maria /Helmut
Dienstag	16.00 - 17.00	Eltern-Kind	2 - 3 Jahre	Maria
Dienstag	17.00 - 18.00	Eltern-Kind	2 - 3 Jahre	Maria
Mittwoch	16.00 - 17.00	Mädchenturnen	5 - 7 Jahre	Marion / Maria
Mittwoch	17.00 - 18.00	girls indoor	7 - 10 Jahre	Marion / Maria
Mittwoch	16.30 - 18.00	fit und flott	8 - 12 Jahre	Tommy
Donnerstag	09.00 - 10.00	Eltern-Kind	2 - 3 Jahre	Susanne
Donnerstag	16.30 - 18.00	U 8	6 - 8 Jahre	Tommy

VMG = Sporthalle des von-Müller-Gymnasiums

Falls noch nicht geschehen, sucht Euch die richtige, für Euch passende Gruppe aus. Die älteren Kinder machen wir auch aufmerksam auf die Angebote der anderen Abteilungen in unserem Verein, wie Handball oder Basketball, Tennis oder Leichtathletik.

Maria Ludwig

... wer hat Lust mit uns zu sporteln ?

ÜBUNGSLEITER DRINGEND GESUCHT

Unsere Sport-Angebote im Kinder-Elementar-Bereich erfreuen sich großer Beliebtheit. Wir können mit unseren Übungsleitern gerade noch alles abdecken. Aber bei Ausfällen haben wir große Probleme. Deshalb unser Appell: Werde Übungsleiter bei der SG Post/Süd.

Wenn Du gerne mit Kindern umgehst und ein bisschen sportlich bist, überlege nicht lange und melde dich bei uns. Entweder bei der Geschäftsstelle unter Tel. 920520 oder bei Maria Ludwig, Tel. 9455889.

Natürlich bereiten wir dich auf die Aufgabe vor und ermöglichen dir den Besuch von Fortbildungen und/oder zum Einstieg die Mitarbeit in einer Gruppe.

Und er läuft und läuft und läuft

Getreu dem Motto „Und ist der Berg auch noch so steil, a bisserl was geht allerweil" machte sich Andi Krebs Anfang Juli auf den Weg zu den Bayerischen Berglaufmeisterschaften der Senioren nach Furth im Wald.

Diese wurden im Rahmen des dort stattfindenden „Gibacht" Berglaufs ausgetragen. Bei schwülwarmen Temperaturen ging es vom Tagungszentrum über eine landschaftlich sehr schöne Strecke durch Furth und Umgebung über den Golfplatz des örtlichen Clubs und weitere Waldwege bzw. Trails auf einer Länge von 10 km und 600 Höhenmetern hinauf zum Gipfelkreuz des Gibacht. Andi erreichte hier in einer Zeit von 53:04 min den 6. Platz in der Altersklasse M 45.

Topleistungen beim Saisonhöhepunkt

Pünktlich zum wichtigsten Wettkampf der Saison zeigte sich Patricia Weiß in Bestform, konnte sich mit 3.709 Punkten für die Bayerischen Mehrkampfmeisterschaften 2018 qualifizieren und wurde gleichzeitig Oberpfalzmeisterin im Siebenkampf.

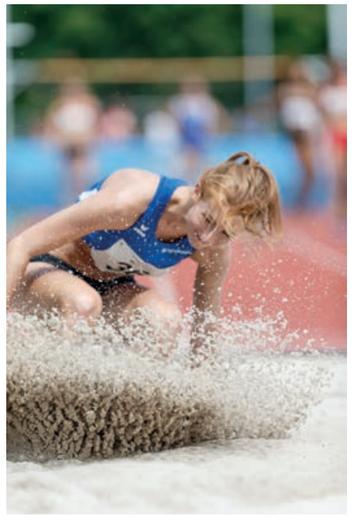
Dem soliden Start über die 100 m Hürden mit einer Zeit von 18,01 sec bei starkem Gegenwind ließ Patricia mit 1,51 m im Hochsprung eine neue persönliche Bestleistung folgen, die nicht nur sie, sondern auch ihren Trainer Rudi Graf mehr als zufriedenstellte.

8,41 m im Kugelstoßen und 27,55 sec über die 200 m konnten sich ebenfalls sehen lassen, sodass Patricia den ersten Wettkampftag als Erstplatzierte beenden konnte.

Der zweite Tag begann mit eher mäßigen 4,67 m im Weitsprung, allerdings flog der Speer in der Folge wieder nahe an die 30-Meter-Marke (29,89 m) und so hatte Patricia noch alle Chancen, im abschließenden 800 m-Lauf die Norm zu knacken. Aufgrund der fehlenden Leistungsdichte und der mangelnden Konkurrenz war Patricia jedoch auf sich alleine gestellt und musste noch einmal alles geben. Die Zeit von 2:42,04 min reichte knapp für die Qualifikation und nebenbei für eine neue persönliche Bestleistung im Siebenkampf.

Wir wünschen unserer Athletin für die Vorbereitungszeit und die kommende Saison viel Gesundheit und Glück und Durchhaltevermögen.

(ak)



Therese Reindl mit Klassensieg

beim Gäubodenlauf in Straubing

Beim traditionellen Volksfestlauf in Straubing am 15.8., der heuer bereits zum 35. mal ausgetragen wurde starteten in diesem Jahr auch Therese und Vinzenz Reindl von der SG Post/Süd Regensburg. Mehr als 300 Teilnehmer beteiligten sich bei hochsommerlichen Temperaturen an diesem Lauf.

Vinzenz und Therese mussten beide die größtenteils flache Strecke von ca. 1,5 km absolvieren. In der stark besetzten Klasse männlich U12 erkämpfte sich Vinzenz den guten 6. Platz in der Zeit von 6:44 sec.

Therese zeigte sich gegenüber dem Vorjahr deutlich verbessert und gewann ihre Altersklasse U14 in der Zeit von 6:22 min. mit großem Vorsprung. *GR*

Post/Süd-Jungs holen sich Kreismeistertitel in Burglengenfeld

Bei herrlichem Spätsommerwetter fanden in Burglengenfeld am Samstag, den 23.September die KM im Mehrkampf für die AK bis 11 Jahre statt.

Mit 5208 Punkte erkämpften sich die Post/Süd Jungs Leonard Gehrmann, Philipp Krieg, Vinzenz Reindl, Jan Konert und Alexander Ross den Kreismeistertitel im Vierkampf der U12, nur mit dem äußerst knappen Vorsprung von 115 Punkten vor dem TV Burglengenfeld.

Fleißigster Punktesammler war Leo Gehrmann, der vor allem im Ballwurf (37 m) und im Weitsprung (3,49 m) glänzte und sich damit in der Einzelwertung Silber im Vierkampf (1137 Punkte) und Bronze im Dreikampf (890 Punkte) sicherte.

Vinzenz Reindl brillierte im Hochsprung mit 1,20 m und im Sprint (8,38 sec). Großartig auch die Weite von Jan Konert im Ballwurf mit 30 m. Philipp Krieg zeigte sein großes Talent im Weitsprung (3,78 m) und im Sprint (8,22 sec). Mit 1118 Punkten holte er sich die Bronzemedaille im Jahrgang 2007.

Ebenfalls in der U 12 am Start waren Vincent Diewald, Felix Mrosek, Simon Hirner und Valentin Köppelle, die allesamt stabile Leistungen zeigten. Vincent gefiel in seinem allerersten Wettkampf durch seine tollen 28,50 m im Ballwurf und knapp 900 Punkten.

In der AK W9 erreichte Hannah Melczer mit einem guten Weitsprung (3,00 m) den 7. Platz im Dreikampf mit 731 Punkten (9,30 sec, 12,00 m).

Leandro Nzau ging in der M9 an den Start. Mit 628 Punkten und dem 5. Platz zeigte er in allen drei Disziplinen großes Geschick (8,94 sec, 2,83 m, 17,50 m). *GR*

Andy Krebs bezwingt den Berg als Oberpfalzmeister

Bei den Oberpfalzmeisterschaften im Berglauf in Premberg bei Teublitz konnte Andy Krebs einmal mehr seine tolle Form unter Beweis stellen.

Ausgerichtet vom TV Burglengenfeld ging es auf die knapp 6,2 km lange Strecke und knapp 260 Höhenmeter. Bei optimalem Laufwetter ging es vom Anger über den Ort hinauf auf den Münchshofener Berg. In der Männerklasse wurde Andy Krebs souveräner Zwölfter, in seiner Altersklasse M 45 durfte er sich in einer Zeit von 29:31 min über den ersten Platz und somit den Titel des Oberpfalzmeisters freuen. (ak)

DEUTSCHER OLYMPISCHER SPORTBUND ©
IN ZUSAMMENARBEIT
SPORT PRO GESUNDHEIT
MIT DER BUNDESÄRZTEKAMMER
GEPRÜFT&EMPFOHLEN

Der „SG Post/Süd Express“ startete beim Landkreislauf richtig durch

Natürlich ließen sich die fleißigen Sportler des Lauftreffs auch dieses Jahr die Chance nicht nehmen, am beliebten Landkreislauf teilzunehmen.

Beginn war im Ortskern von Oberndorf, wo sich die circa 300 Staffeln und Ultraläufer bei kalten und regnerischem Wetter auf den Weg über die insgesamt 10 Etappen und 74,4 km bis nach Kallmünz machten. Startläuferin Helga Anderson konnte sich beim Massenstart gut in Szene setzen und war schon bald Matting, um den Staffelstab an Katalin Melczer zu übergeben.

In Mariaort übernahm Andi Krebs kurzfristig wegen eines verletzungsbedingten Ausfalls den Staffelstab und durfte ihn in Schwetzendorf gleich behalten, da es von dort aus auf seine geplante Etappe nach Eitlbrunn weiterging. Dort angekommen, übergab er auf Bettina Staiger, welche ganz sportlich mit dem Fahrrad zum Startpunkt kam. Daran sollten sich einige Mitstreiter ein Beispiel nehmen, denn durch den Verkehr und die parkenden Autos rund um die Laufstrecke kam es zeitweise zu einigen Staus kurz nach der Staffelübergabe, was zu ziemlich chaotischen Verhältnissen führte. Bettina ließ sich davon jedoch nicht beirren und konnte alsbald ihr gewohntes Tempo aufnehmen. Auf einer etwas rutschigen Bergauf- und Bergablaufstrecke auf dem letzten Flachstück gab sie sogar nochmal richtig Gas und konnte am Übergabepunkt in Regendorf bereits auf die drei Mädels Therese, Marlene und Anna (aus der Trainingsgruppe von Gabi und Katalin) übergeben, welche die Strecke als Team liefen.

Die Strecken 7 - 9 (Diesenbach-Steinsberg, Steinsberg-Holzheim und Holzheim-Wolfsegg) teilten sich dann Gabi und Andi Reindl. In dieser Kombination konnten die beiden nochmal richtig Strecke bzw. Zeit gutmachen und übergaben den Staffelstab für die Schlussetappe von Wolfsegg nach Kallmünz an Uwe Pöttke.

Auf dieser letzten Etappe hatte sogar das Wetter ein Einsehen und die Sonne kam zum Vorschein. Mit einer Zeit von 6 Stunden, 18 Minuten und 54 Sekunden und damit ungefähr 30 Minuten vor der geplanten Zielankunft erreichte der Post/Süd Express mit fast allen Teammitgliedern gemeinsam das Ziel und konnte einen hervorragenden 12. Platz von insgesamt 111 Mannschaften bei den Mixed-Staffeln erreichen.

Verletzungsfrei und stolz auf die erbrachte Leistung ließen die glücklichen Läufer bei einer gemeinsamen Brotzeit sowie Kaffee und Kuchen im Festzelt den erfolgreichen Tag langsam ausklingen. Wir sind stolz auf euch! (ak)

Toller Saisonabschluss für unsere „Rennmäuse“
beim Bezirksfinale in Regensburg

Einen gelungenen Saisonabschluss gab es für die U10 Mannschaft „Rennmäuse“ bei dem Bezirksfinale der Kinderleichtathletik am 3.10. im Städtische Sportanlage am Weinweg in Regensburg.

Nach lang anhaltenden Regenfällen in der Nacht bis in den Vormittag hinein wurde der Wettkampfbeginn kurzerhand verschoben. Eine gute Entscheidung, denn der Regen ließ nach und am Nachmittag begleiteten uns sogar ein paar Sonnenstrahlen.

Leandro Nzau, Felix Stangl, Hannah Melczer, Leonard Zeilhofer, Anton Tranitz und Julian Höfl ließen sich von den Wetterbedingungen nicht bremsen und meisterten die Disziplinen Drehwurf, Zonenweitsprung, Hindernisstaffel und der abschließenden Biathlonstaffel mit sehr guten Leistungen und bewiesen vor allem Teamgeist. Zusammen mit dem SWC belegten Sie Platz 1 und wurden mit tollen Urkunden, Medaillien und den beliebten Gummibärchen belohnt.

Erst einmal durchatmen: Julia Kicks persönlicher Saisonrückblick

Angetrieben von den tollen Erfolgen der Saison 2015/2016 und hochmotiviert, diese vielleicht bestätigen zu können, begann für Julia trotz einer 40-Stunden-Woche und der Fokussierung auf die berufliche Weiterentwicklung auch im Herbst 2016 wieder eine harte Vorbereitungszeit.

Der erste Formtest erfolgte über die 10 km in Bad Füssing und fiel mit 35:59 min etwas langsamer als im Vorjahr aus. Im Hinblick auf dem sechsten Platz bei den Deutschen Meisterschaften und zwei bayerischen Meistertiteln war es vermessen, zu glauben, dass diese Erfolge wiederholt werden können, obwohl Julia trotz der Mehrfachbelastung weiterhin hart trainierte und oft noch vor Arbeitsbeginn eine Laufeinheit absolvierte.

Die Bayerischen Crossmeisterschaften in Kemmern und der überraschende zweite Platz brachten jedoch das nötige Selbstvertrauen zurück. Im Gegensatz zum Vorjahr ließ Julia das Trainingslager in Italien sausen und verbrachte über Ostern eine paar Tage in Ruhpolding, um den Kopf freizubekommen und neben zahlreichen Trainingseinheiten ausgiebig zu wandern.

Was der Seele gut tut, schlägt sich nicht unbedingt in neuen Bestzeiten nieder und so schwang vor dem ersten Bahnrennen Ende April über die 3.000 Meter doch ein wenig Unsicherheit und Nervosität mit. Das Rennen lief jedoch richtig gut und konnte mit einer neuen persönlichen Bestzeit von 9:22,89 min gewonnen werden. Mit diesem hervorragenden Ergebnis über die 3.000 Meter im Rücken testete Julia beim Rolf-Watter-Sportfest über die 800 Meter und schrammte mit 2:06,26 min nur knapp einer neuen Bestzeit vorbei.

Die Erkenntnis, dass die Form stimmt und das Wintertraining sich gelohnt hat, war nun vorhanden und so maß sich Julia beim „Soundtrack in Tübingen“ mit einem richtig guten und international besetzten Feld auf ihrer Paradestrecke, den 1.500 Metern. Mit 4:16,50 min lief sie die drittschnellste Zeit ihrer Karriere und spürte, dass da tatsächlich noch mehr drin ist.

Anfang Juni bestätigte sich Julias Gefühl und sie konnte beim Ludwig-Jall-Sportfest im altehrwürdigen Münchner Dante-Stadion dank eines guten Läuferfeldes ihre persönliche Bestzeit auf 4:14,06 min steigern und einen weiteren Sieg verbuchen.

Beim Heimspiel in Regensburg macht es Julia sogar noch besser und steigerte sich erneut auf fantastische 4:12,71 min. Ähnlich wie in München konnte sie die Konkurrenz hinter sich lassen und einen souveränen ersten Platz feiern, der vor Heimpublikum und vor den Augen ihrer Athleten, die Julia als Trainerin betreut, natürlich besonders schön ist.

Das ganz große Highlight der Saison waren die Deutschen Meisterschaften Anfang Juli in Erfurt. Aufgrund der Steigerung der persönlichen Bestzeit im Vorfeld und der engen Konkurrent war einiges möglich und Julia spürte den Druck, den sie sich vor allem selbst machte. Der Vorlauf verlief nach Plan und Julia konnte souverän in das Finale einziehen. Neben verschiedenen Renntaktiken versuchte Julia, sich die positiven Erinnerungen, die sie mit dem Stadion in Erfurt verbindet, ins Gedächtnis zu rufen. Hier hat sie bereits vor 10 Jahren mit der 3x800m-Staffel bei den Deutschen Meisterschaften einen überraschenden und umso schöneren zweiten Platz erreicht. Also warum sollte noch ein weiterer Erfolg gelingen?

Mit den beiden international erfahrenen Konstanze Klosterhalfen und Diana Sujew gingen die zwei Favoritinnen das Rennen von vorne an, während sich Julia hinter Katharina Trost und Elene Burghart einreihte und sich fortan nur noch auf eine möglichst gute Platzierung zu konzentrierte, ohne auf die Zeit zu achten. Bis zur letzten Runde tat sich nicht allzu viel und so schlug Julias Stunde. Sie enteilte ihren Konkurrentinnen auf den letzten 300 Metern, konnte den Vorsprung bis ins Ziel retten und damit einen unglaublichen dritten Platz feiern. Damit nicht genug, Julia steigerte ihre persönliche Bestzeit erneut auf 4:10,90 min.

Bei der Bayerischen Meisterschaften Ende Juli in Augsburg war die Luft nach diesem perfekten Tag in Erfurt etwas raus, aber dennoch wollte Julia ihre beiden Titel aus den vorangegangenen Jahren verteidigen. Dies gelang eindrucksvoll, vor allem über die 800 Meter mit einer persönlichen Bestzeit von 2:05 min.

Danach ging es für Julia ist die wohlverdiente Saisonpause, die bis heute andauert. Julia hat erneut bewiesen, dass überragende sportliche Leistungen trotz beruflicher Verpflichtungen möglich sind, wenn Willensstärke, konsequente Trainingsarbeit und die nötige Lockerheit zusammentreffen. Alle sportlichen Erwartungen und Wünsche, die vor dieser Saison noch als unrealistisch und vermessen galten, wurden noch einmal übertroffen und sind Zeugen einer überragenden Saison. (ak)

Rückblick auf die Saison 2016/2017:

Viel Licht und ein wenig Schatten

Im letzten Saisonrückblick haben wir auf viel Gesundheit und das Gelingen unserer zahlreichen Vorhaben gehofft. Diese Hoffnungen haben sich zum Glück weitgehend erfüllt, wir mussten allerdings auch einige Rückschläge einstecken.

Wenn es um die Highlights geht, muss natürlich der Name Julia Kick fallen. Die Sportlerin des Jahres 2016 knüpfte nicht nur nahtlos an ihre herausragenden Leistungen der Vorsaison an, sondern konnte sich sogar noch einmal steigern. Mit ihrem dritten Platz über die 1.500 Meter bei den Deutschen Meisterschaften konnte sie den größten Erfolg ihrer Karriere einfahren und sich für ihre harte Arbeit belohnen. Dass solch ein Kraftakt nicht jedes Jahr wiederholbar ist, sollte allen klar sein. Noch steht zwar nicht fest, wie Julia ihre Zukunft gestalten wird, aber ganz egal, wo sie der Weg hinführt, uns von der SG Post/Süd bleibt nur zu sagen: Wir sind stolz auf dich!

Ebenfalls ein Grund zur Freude ist unsere Kinderleichtathletik, die neben zahlreichen Erfolgen mittlerweile das Hauptbetätigungsfeld der Leichtathletikabteilung der SG Post/Süd darstellt. Angefangen beim Nikolauslauf mit 25 teilnehmenden Athleten über die Vergabe der Mehrkampfabzeichen bis hin zu tollen Erfolgen bei den vielen Sportfesten, ohne unsere jungen Athleten wäre bei der LG Telis Finanz Regensburg im Nachwuchs nicht mehr viel los.

Herauszuheben sind besonders die Treppchenplätze bei der Kreismeisterschaft in Bad Kötzting und die Teilnahmen bei der Oberpfalzmeisterschaften in Eschenbach und im Blockmehrkampf.

Wie bereits angedeutet, hat sich die Befürchtung bestätigt, dass mit Ausnahme von Julia Kick, Patricia Weiß und Altmeister Andy Krebs keine Athleten der SG Post/Süd mehr im Junioren- bzw. Erwachsenenbereich starten. Dies auf die Probleme der Leichtathletik im Allgemeinen zu schieben, wäre zu einfach, denn mit dem SWC Regensburg schafft es ein Verein in Regensburg bereits seit Jahren, eine lebendige und überaus erfolgreiche Gruppe von Athleten auch überregional an den Start zu bringen. Während sich die LG Telis Finanz mittlerweile ausschließlich auf die Laufstrecken 5.000 Meter aufwärts und auf wenige leistungsstarke Athleten konzentriert, schwebt die Leichtathletik-Abteilung der SG Post/Süd etwas im luftleeren Raum zwischen erfolgreicher Kinderleichtathletik und fehlendem Anschluss im Jugend- und Erwachsenenbereich.

Erfreulich waren erneut die von der Abteilung durchgeführten Sportfeste. Mittlerweile haben sich sowohl das KiLa-Sportfest und das Abendsportfest fest im den Veranstaltungskalendern etabliert. Durch das eingespielte Team und die vielen fleißigen Hände wurden diese wieder einmal zu einem großen Erfolg.

Auch die Wiederauflage des Pentlinger Waldlaufs war vielversprechend und erforderte großen Einsatz der Verantwortlichen. Die Hoffnung auf eine bessere Resonanz in diesem Jahr wurde aber leider nicht erfüllt. Aufgrund mangelnder externer Anmeldungen musste der Wettkampf diesmal abgesagt werden.

Große Erfolge konnte diese Saison auch Patricia Weiß erzielen, die neben zahlreichen neuen Bestleistungen auch die Qualifikation für die Bayerischen Mehrkampfmeisterschaften schaffte. Darüber hinaus wurde sie Oberpfalzmeisterin im Kugelstoßen und im Siebenkampf. Nicht zuletzt gebührt Trainer Rudi Graf, der sich mit großen Engagement und viel Geduld um seine Athletin kümmert, ein großer Dank

Andreas Krebs war wieder einmal in der ganzen Oberpfalz unterwegs, um sich widrigen Wetterverhältnissen, schwierigen Strecken und gar hohen Bergen zu stellen. Dieser Fleiß wurde mit den Oberpfalztiteln über die 10 Kilometer auf der Straße und im Berglauf belohnt.

Der „SG Post/Süd Express“ war diesmal zweifach unterwegs. Die Form wurde erstmals beim Run & Bike-Lauf in Kelheim getestet, ehe sich die engagierten Sportler beim Landkreislauf in so hervorragender Form zeigten, dass sie den 12. Platz von 111 teilnehmenden Teams erreichten.

Zusätzlich zu diesen sportlichen Ereignissen waren das Knackeressen in der Vorweihnachtszeit, die traditionelle Osterbrotzeit und das Saisonabschlussfest sehr schöne Erlebnisse, um sich über das Erlebte auszutauschen und gemeinsam eine schöne Zeit zu verbringen. Besonders erfreulich ist es, immer wieder zu sehen, wie hervorragend das Team zusammenarbeitet und sich gegenseitig hilft.

(ak)

DEUTSCHER OLYMPISCHER SPORTBUND ©
IN ZUSAMMENARBEIT
SPORT PRO GESUNDHEIT
MIT DER BUNDESÄRZTEKAMMER
GEPRÜFT&EMPFOHLEN

ABTEILUNGS-VERSAMMLUNG

mit Neuwahlen der Abteilungsleitung

Mittwoch, den 24. Januar 2018 um 19Uhr

LG Zimmer - Kaulbachweg

Für Kinder und Jugendliche unter 16 Jahren können die Eltern teilnehmen und abstimmen.

Vorbereitung auf die deutsche Meisterschaft

iDolls

Da unsere Showformation im Oktober an der deutschen Meisterschaft teilnimmt, laufen die Vorbereitungen auf Hochtouren: Die Choreographie wurde perfektioniert, an der Ausdauer wurde gearbeitet und über den Zuwachs neuer Tänzerinnen konnten wir uns auch erfreuen. Unser Ziel auf der anstehenden Meisterschaft ist es, die Endrunde zu erreichen und somit mindestens vier Formationen zu schlagen.

Miri und David

Beim Nordic Walking Auftritt Mitte September zahlte sich das wöchentliche Training von Miri und David aus. Ihre Darbietung, inklusive professionell angefertigtem Trikot, sorgte für allgemeine Begeisterung beim Publikum. In der kommenden Turniersaison werden Miri und David in der Kategorie Schüler antreten, weshalb nun intensiv trainiert werden muss.

Smarties

Die Girlformation „Smarties“ war auch ein Teil des Nordic Walking Auftrittes. Dort präsentierten sie zum ersten Mal einen Ausschnitt ihres neuen Programms. Für die nächsten Monate ist ein Trainingsplan angesetzt, der ihnen eine Teilnahme an der bayrischen Meisterschaft im März ermöglichen soll.

!!!AUFRUF!!!

Hast du Lust mit gleichaltrigen Mädchen und Jungs in einer coolen Atmos-phäre zu tanzen und Spaß zu haben? Dann bist du bei uns genau richtig!

Wir suchen Mädchen und Jungs im Alter von 6-13 Jahren, die gerne mal das Rock‘n‘Roll-Tanzen ausprobieren wollen. Bei Interesse könnt ihr euch gerne unter der folgenden Email-Adresse melden: astrid.schoenhuetl@gmail.com

Lina Seubert & Astrid Schönhütl

Thriller in Kötzting

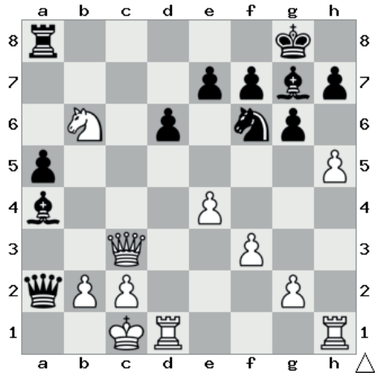
SG Post/Süd Oberpfalzmeister im Blitzschach

Am 15.Oktober fanden sich im Kötztinger Bürgersaal die besten Blitzmannschaften der Oberpfalz ein. 16 Mannschaften spielten an jeweils 4 Brettern jeder gegen jeden bei Partien mit nur 5 Minuten Bedenkzeit. Bei dadurch etwas höherer Fehlerquote waren Schnelligkeit und gute Nerven gefragt. Die SG Post/Süd wollte ihren Vorjahrestriumph wiederholen und die Trophäe, den traditionsreichen Silberschild, wieder nach Regensburg bringen.

Nach durchwachsenem Start wurde die Konkurrenz förmlich überrollt und vor der letzten Runde lag unsere Mannschaft vor der starken Kelheimer Mannschaft knapp in Führung.

Ein 2:2 Unentschieden oder Sieg in der letzten Runde gegen den TSV Nittenau würde den Titel bedeuten, eine Niederlage den zweiten Platz.

Und es ließ sich gut an, als in einer Modernen Verteidigung an Brett 3 die Springer von Roland Gruber in die gegnerische Stellung eingaloppierten und mit einem brachialen Mattangriff den Gegner zur Aufgabe zwangen. Als aber plötzlich an den Spitzenbrettern 1 und 2 in kurzer Folge die Fidemeister Roland Schmid und Michael Quast überraschende Niederlagen hinnehmen mußten, lastete der ganze Druck auf Claus Werner. An Brett 4 hatte er bis dahin ein überragendes Turnier gespielt und war nun beim Stand von 1:2 zum Siegen verdammt, um das Unentschieden zu erreichen. In der sizilianischen Drachenvariante ging er mit den weißen Steinen in komplizierter Stellung hohes Risiko, sein Nittenauer Gegner reagierte jedoch brillant und nach einem kraftvollen Turmopfer stand der König von Claus vor einem unvermeidbaren Matt:



Claus Werner vs. Nittenau:Schwarz am Zug setzt spätestens im vierten Zug matt. *(Die Lösung finden Sie unten)*

In diesem Moment stieg die Schachgöttin Caissa aus dem Olymp herab und kam Claus zu Hilfe, denn der Nittenauer verpasste das Matt! Immer noch blieb die Stellung für Claus verloren, aber schnell wie Speedy Gonzalez und ausgestattet mit stahlharten Nerven kreierte er immer neue Probleme für den Gegner. Die Bedenkzeit lag bei beiden inzwischen unter 60 Sekunden und die Zuschauer hielten gebannt den Atem an. Mit nur noch Sekunden auf der Uhr verlor der Nittenauer schließlich den Überblick und erlaubte den entscheidenden Durchmarsch des weißen a-Bauern zur Dame!

Punkt und Silberschild für die SG Post/Süd!

Die Siegermannschaft mit dem Silberschild (von links nach rechts: Claus Werner, Michael Quast, Roland Gruber, Roland Schmid).

Lösung Schach : 1...Lh6+ 2.f4 Lxe3+ 3.De3 Lxe3+ 4. Td2 Damatt!

90 Jahre Postschützen

Am 10. Mai 2018 feiert die Schützenabteilung ihr 90-jähriges Bestehen.

Gegründet am 10. Mai 1928, nur 2 Monate nach der des damaligen Postsportvereins Regensburg, unter Vorsitz von Wilhelm Greiner, wurde sie als eigene „Kleinkaliberschießabteilung" ins Leben gerufen und erwarb sich schnell durch ihre guten Leistungen und durch die rasch wachsende Anzahl ihrer Mitglieder einen hervorragenden Ruf im regionalen Schützenverband. Ein Höhepunkt war die 1. Fahnenweihe 1935.

Schützen Fahnenweihe 1935

Nach dem 2. Weltkrieg aufgelöst, Gewehre und Fahne von den Amerikanern verbrannt, wurde sie als Schützenabteilung des Post SV Regensburg 1928 wieder gegründet. 1958 bekam sie dann eine neue Fahne, die im Dom zu Regensburg geweiht wurde.

(Dies alles ist nachzulesen in der Chronik der Schützenabteilung, die zum Selbstkostenpreis von EUR 10,- angeboten wird)

Den genauen Ablauf des Festes und Preisschießens wird noch bekannt gegeben. Spenden zur Finanzierung werden dankend von der Abteilung angenommen.

Schützen Fahnenweihe 1958

Aus der Tätigkeit der Schützenabteilung

Wir begrüßen unsere Neumitglieder:

Stefan Gelata und Raisa Gelata-Romanov, Merkl Johannes,

Beleuchtung

Die Beleuchtung der Zieleinrichtung für Luftgewehr/Luftpistole wurde verbessert. Nun werden die Wettkampfanforderungen von einer Beleuchtungsstärke von 1000 Lux erfüllt.

Inventarliste

Die Inventarliste der Abteilung ist nunmehr vollständig erstellt.

Klappscheibenanlagen für die Disziplin Unterhebel C

Ab sofort kann die Disziplin Unterhebel C auf die nunmehr restaurierten Klappscheibenanlagen geschossen werden.

Putzmaschine für den Schießstand

Die Schützenabteilung hat sich eine gebrauchte Putzmaschine angeschafft. Der Schießstand er Abteilung wird hauptsächlich in Eigenleistung unterhalten und gereinigt. Die regelmäßige Reinigung ist unbedingt erforderlich, um entstandene Pulver- und Bleireste zu beseitigen. Bisher war ist des in intensiver Handarbeit geschehen. Durch die Spende eines Mitglieds konnte eine gebrauchte professionelle Reinigungsmaschine erworben werden, mit der das Saubermachen nicht nur leichter, sondern auch wesentlich effizienter durchgeführt werden kann. Ab jetzt wird es sauberer!

Reinigungsmaschine

Fertigstellung des Abgangs zu den Räumen der Abteilung

Nach der lange erwarteten Generalsanierung des Pflasters zum Haupteingang durch den Eigentümer war ein Dauerübel beseitigt: über Jahre regnete es nämlich in den Kellerabgang zu den Schützenräumen hinein. Weder war es bis dahin möglich, dort empfindiche Gegenstände zu lagern, noch den Boden und die Wände zu gestalten. Nach erfolgter Renovierung des Pflasters konnten wir nunmehr beginnen. In vollständiger Eigenleistung wurden die Arbeiten durch unsere Mitglieder ausgeführt: Die Wände wurden mit hellen Deckenpaneelen ausgekleidet. Der Boden nach der Treppe erhielt einen Holzrost, wodurch gleichzeitig eine Stolperstelle überbrückt werden konnte. Die Treppenstufen und eine Teilwand wurden neu gestrichen, der Zugang zur Putzkammer wurde mit einem Vorhang abgeteilt. Mit neuer Beleuchtung sieht das Ganze mittlerweile so aus, wie man es sich erwartet.

Sommerfest der Schützen

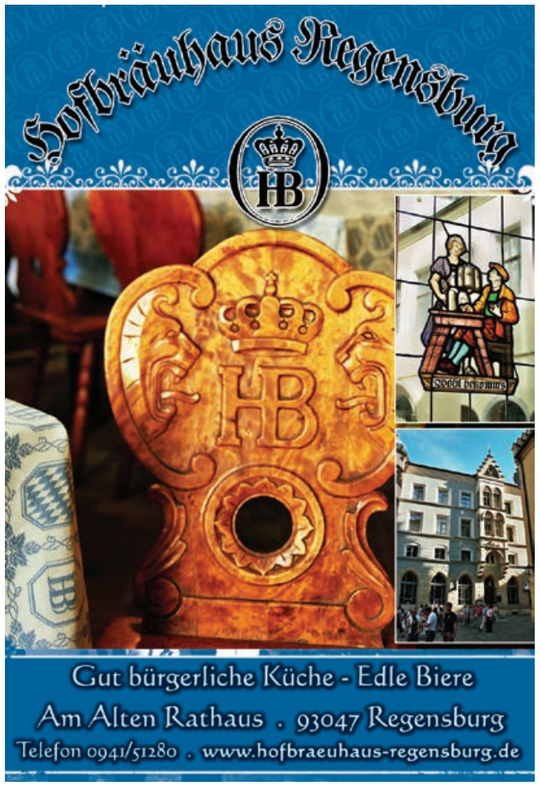
Bei strahlendem Wetter feierten die Schützen am 29. Juli ihr Sommerfest auf der Terasse des Vereinswirts mit Speis und Trank. Zahlreiche Schützen folgten der Einladung von Günter Leja und kamen mit ihren Partnern und Kindern.

30 Schützen hatten sich vorher mit Luftgewehr, Luftpistole und Sportpistole am Sommerfest-Preisschießen beteiligt. Dieses brachte auf den ersten Plätzen die folgenden Sieger hervor:

Sommerpreis Luftgewehr:	Günter Leja
Königspokal Luftgewehr:	Gerhard Böhm
Sommerpreis Luftpistole:	Hans Rester
Königspokal Luftpistole:	Günter Leja
Sommerpreis Sportpistole:	Uller Kemeter
Königspokal Sportpistole:	Hans Rester
Geburtstagsscheibe Peter Wolfrum:	Günter Leja

Peter Wolfrum spendete anläßlich seines 60. Geburtstags eine Geburtstagsscheibe, sowie 100.-€ für Geldpreise und 50.-€ für Verpflegung. Ebenso spendeten Armin Weidinger für 100.-€ zu seinem 40. Geburtstag und Angie Böhm 50.-€ ebenfalls zum Geburtstag

Günter Leja bedankte sich im Namen des Vereins bei Uller, Ingrid und Dominik Kemeter sowie Armin Weidinger für den Ausbau des Eingangs zu unserer Schießanlage mit einem kleinen Geschenk.



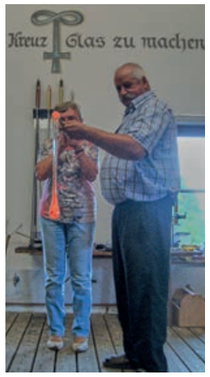
Seniorenbericht 4. Quartal 2017

Nachdem sich die Seniorenabteilung das ganze Jahr „sportlich fit" hält, ist es auch ihnen vergönnt, einmal davon aus zu spannen. Was bietet sich hierfür am besten an? Ein Ausflug wäre doch etwas Geeignetes. Gesagt, getan. Unser „Vergnügungsausschuss" hat sich etwas einfallen lassen. So wurde die Gymnastikübungsstunde am 27. Juli 2017 „geopfert" und wir fuhren stattdessen nach Zwiesel und Frauenau.

Trotz der anfänglichen Startschwierigkeiten (Stau auf der Autobahn, Umleitungen) erreichten wir pünktlich unser erstes Etappenziel, die Rotwaldglashütte in Zwiesel. Eine kleine, gemütliche Glashütte mit Sitzgelegenheiten für alle. Und da es in einer Glashütte etwas warm zugeht kann man dort auch kühle Getränke zu sich nehmen. Gespannt wurde den Ausführungen des Glasbläsers zugehört und aufmerksam seine künstlerischen Fähigkeiten bei der Erstellung von Vogel, Vase, Schale oder Bierkrug verfolgt.

Gespannt wird das Geschehen auf der Bühne verfolgt

Das Highlight war jedoch die Möglichkeit, selbst einmal in die Rolle eines Glasbläsers zu schlüpfen und eine „bunte Kugel" zu blasen. Nach anfänglichem Zögern und erst durch gutes Zureden von Gabi und Heinz wagten sich schließlich doch noch einige „Wagemutige" an das „Blasrohr" und genossen den Applaus nach der Erstellung „ihrer" Kugel.



Unsere Kassiererin Monika bläst die Wangen auf

Nach dem Besuch der Glashütte fuhren wir zum Hotel Magdalenenhof, wo man ausgezeichnet Essen kann, wie alle Teilnehmer bestätigten. Bevor wir unser 2. Etappenziel, das Glasmuseum in Frauenau ansteuerten, machten wir noch einen kleinen Schwenk zur „größten" Glaspyramide der Welt um nachzuzählen, ob dort tatsächlich 93665 „Tritangläser" über einander gestapelt sind.

Im Glasmuseum in Frauenau wurden wir von 2 Führerinnen erwartet, welche uns beim Rundgang durch das Museum vieles über die Geschichte des Glases, von der Römerzeit bis in die jetzige Neuzeit erzählten. Aufmerksam wurden den Erzählungen der Führerinnen gelauscht.

Interessant die Geschichten über das Glas

Noch eine kleine Stärkung in der Cafeteria des Museums und schon mussten wir wieder unsere „Zelte" abbrechen und uns auf den Heimweg machen, wo wir wie geplant, pünktlich um 18.30 Uhr am Kaulbachweg eintrafen. Fazit: Ein gelungener, schöner Ausflug hat auch einmal ein Ende.

Das nächste „Highlight" für die Seniorenabteilung war die von der Fitnessabteilung organisierte NWT 2017. Wir waren 2mal aktiv dabei. Einmal betreuten wir den Grillstand um die „Walker" mit Köstlichkeiten wie Bratwürste, Knacker, Steak-semmel und Käsesemmeln zu verwöhnen. Außerdem war die Tanzgruppe gefordert um im Rahmenprogramm ihr „Können" zu zeigen.

Das Operetten Medley wird gekonnt aufgeführt

Die Bereitschaft aktiv die Seniorenabteilung zu vertreten war in diesem Jahr nicht sehr ausgeprägt. Ich möchte hier ein Zitat eines amerikanischen Präsidenten erwähnen, welcher nach seiner Wahl in der Antrittsrede zu seinem Volk sagte: „fragt nicht was der Staat (Verein) für

Imposant die Pyramide, aber zum Zählen fehlte die Zeit

Wir waren dabei

Euch tun kann, sondern fragt lieber, was Ihr für den Staat (Verein) tun könnt." Darum noch mal ein herzliches Dankeschön an alle Damen, welche durch ihren Einsatz zum Gelingen der Tanzaufführung und zur Verköstigung der Gäste beigetragen haben. Ein lobenswertes Beispiel verdient jedoch einmal besonders erwähnt zu werden. Es ist der Einsatz von unserer Übungsleiterin Elisabeth.

Elisabeth war beim Auf- und Abbau am Dultplatz, bei der Betreuung am Grillstand sowie beim Kassensturz von morgens 8 Uhr bis abends 20 Uhr aktiv und hat mit ihrem Einsatz wesentlich zum Gelingen beigetragen. Und ohne unseren „Grillmeister" Klaus (kein Mitglied im Verein) hätten wir die Betreuung des Grillstandes nicht durchführen können.

Ebenfalls erwähnen möchte ich unser Ehrenmitglied Judith. Sie ist als Zuschauerin spontan eingesprungen um die Damen bei der Ausgabe am Grillstand zu unterstützen, als während der Tanzaufführung die Besetzung nicht vollständig war.

Elisabeth in Aktion

Elisabeth und Heinz machen Kassensturz

virtuoser Grillmeister Klaus

Unsere nächsten Termine:

20. Dezember 2017
gemeinsame Weihnachtsfeier nach der Tanzübungsstunde. (auch letzte Übungsstunde vor den Ferien).
Beginn: 11.15 Uhr

21. Dezember 2017
letzte Gymnastikstunde vor den Ferien

23.12.2017 – 05.01.2018
Weihnachtsferien. Es finden keine Übungsstunden statt.

10. Januar 2018
erste Tanzübungsstunde nach den Ferien

11. Januar 2018
erste Gymnastikstunde nach den Ferien

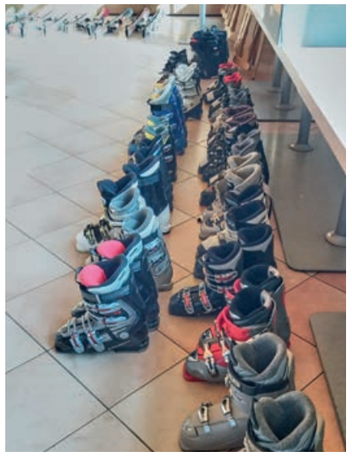
Heinz Engerer

PRAXIS FÜR PHYSIOTHERAPIE
Sabine Morgenroth
Irmgard Edenhofer
Tel. 0941/ 97 111 oder 999 111
Dr. Gessler-Straße 2 Eingang: Friedrich-Ebert-Straße 93051 Regensburg
HAUS- UND HEIMBESUCHE

Saisonbeginn in SG Post/Süd Skiabteilung:

Hallo an alle Mitglieder der SG Post/Süd. Schon wieder ist das Jahr rum und der Winter steht vor der Tür. Wir sind gespannt wie er dieses Jahr wird. Laut den Prognosen der Wetterpropheten werden die Temperaturen jedes Jahr weiter steigen. Da hatten wir doch in der letzten Saison Glück und konnten mit sehr guten Schneebedingungen unsere Fahrten durchführen.

Die Saison haben wir wie jedes Jahr mit unserem Skibasar im Vereinsheim begonnen.



Anschließend steht unsere traditionelle Auftaktfahrt im November auf unserem Programm. Am Stubaier Gletscher können die aktuellen Entwicklungen im Bereich Wintersport getestet werden. Die Entwicklung im Skisport bleibt immer noch nicht stehen. Nicht jeder kann jedoch mit 2 oder 3 Paar Ski zum Skifahren mitnehmen. Den persönlichen Traum-Ski muss jeder für sich finden. Hier gibt es viele Kategorien: Racecarver, Sportcarver; Genusscarver; Allmountain-Ski, Offpiste-Ski, Tourenski und LadySki.

Bei der Auftaktfahrt kann bei einem Skitest diese Erfahrung gesammelt werden. Die Teilnahme muss direkt beim Anbieter im Skigebiet gebucht werden. Wir empfehlen, geht einfach mal in eurem Skigebiet in ein Sportgeschäft und probiert ein aktuelles Modell aus. Jugendliche welche ohne Eltern mitfahren möchten werden auch betreut. Meldet euch einfach bei uns und sprecht uns auf diesen Service an.

Um den Weihnachtsstress ein bisschen zu entgehen laden wir am 1. Advent wieder zur besinnlichen Stunde in die St. Theresia Kirche in Kumpfmühl ein. Die JohannesSingers umrahmen die Veranstaltung mit Ihrem Gospelchor.

Im Januar geht's weiter mit unserem Skikurs. Ob Teilnehmer oder auch Mitfahrer. Reserviert auch die Termine in eurem Kalender.

Zur Abschlussfahrt geht es dieses Jahr vom 16.03.2018 – 18.03.2018 ins 4*Cordial Familien & Sporthotel in Going am „Wilden Kaiser", Weiter Information auf unserer Homepage. Meldet euch bald an. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt. Diese Veranstaltung wird in Zusammenarbeit mit dem Reisebüro Donaustauf durchgeführt.

Wir freuen uns auf euch. *Eure Skiabteilung.*

Winterprogramm:

AUFTAKTFAHRT STUBAIER GLETSCHER 10.11. – 12.11.2017

Abfahrt: 15:00 Uhr in Regensburg
Parkplatz Vereinsgelände
Kaulbachweg 31

Kosten Busfahrt:
Mitglieder 69 EUR
Nichtmitglieder 79 EUR

Skipass & Übernachtung
im **** Hotel Serles mit Halbpension
sind vor Ort zu zahlen:
Erwachsene 259 EUR
Kind (bis 17 Jahre) 184 EUR

Anmeldeschluss 01.11.2017
Bei freien Plätzen auch später.

ADVENTFEIER 3.12.2017

in der Theresienkirche, 17:00 Uhr

SKIKURS AM GEIßKOPF 13./14. & 20/21.01.2018

Bei schlechter Schneelage ist unter Umständen eine Verschiebung möglich!

ABFAHRT 07:15 Uhr in Regensburg
Parkplatz Vereinsgelände

ANKUNFT 17:45 Uhr in Regensburg

INFO Eltern & Kursteilnehmer
- Die Benutzung eines Skihelmes ist Plicht
- Nur Carving Ski für Skikurs
- Snowboard-Anfänger müssen Knieschoner und Handschuhe mit Protektoren benutzen
- Genügend Geld für Mittagessen mitbringen

REISE Kurs, Liftkarte & Busfahrt
4-Tage Kinderkurs:
1. Kind: 179 EUR
2. Kind: 142 EUR
3. Kind: 121 EUR
2-Tage Erwachsenenkurs: 175 EUR
Mitfahrer pro Tag: 22 EUR

Bei Bedarf besorgen wir auch Liftkarten.

ABSCHLUSSFAHRT IN GOING AM WILDEN KAISER 16.03.-18.03.2018

4 * Cordial Familien & Sporthotel
92 Euro pro Person/Tag
im Doppelzimmer bei HP

0-5 Jahre 100%
6-11 Jahre 50 %
12-15 Jahre 30 %

Skipass ist vor Ort zu bezahlen bei eigener Anreise.
Die Plätze sind hier begrenzt.
Buchungsschluss: November 2017

In Zusammenarbeit
mit dem Reisebüro Donaustauf
www.reisebüro-donaustauf.de

INFOS zu der Fahrt und Anmeldung
Email: ski@postsued-regensburg.de

Aus der Tennis-Jugendabteilung:

Eindrucke aus dem Spaßturnier für U10 und U12, das trotz der Erkältungswelle und suboptimalem Wetter am 8.Oktober 2017 gut besetzt statt gefunden hat.

Es geht gleich los - also sobald es zu regnen aufgehört hat.

Tapfer gekämpft gegen all die Jungs, noch dazu die jüngste von allen: Annamarie!

Nach dem Doppel mit den Eltern muss man erstmal wieder Kräfte tanken, am besten mit Wiener und leckeren Muffins.

Neu bei uns und gleich auf dem dritten Platz: willkommen Max W.!

Bitte nicht lunsen, die Preise sollen eine Überraschung sein!

Alle auf einmal, vorne von links nach rechts Annamarie, Angelos, Max W., der zweite Sieger Alexander und der absoluter Sieger im Einzel sowie im Doppel, Max R.!

Es sieht zwar aus wie eine Tennismodeshow, aber es sind unsere hübschen U12 Lisa und Emma bei der Preisübergabe.

Der Papa zu Hause wird sich freuen: Angelos und Ioannis.

Vorsicht, der Deckel des Siegerpokals fällt gleich runter!

Na, was habe ich gesagt?

Und hier endlich neben Lisa und Emma der stolze Sieger der U12, Ioannis!

Herren 75

Die Mannschaft HE 75 war aus der Bayernliga abgestiegen.

Da die Landesliga zu weite Reisen erforderte, versuchten wir bei den HE 70 mitzuspielen. Vorteil: kürzere Anreisen, Nachteil: die Alterklasse HE 70 war zu stark!

Zweimal knapp am Unentschieden vorbei, wurden alle Spiele verloren. Ja, der Altersunterschied, eine gute Lehre!

Für die neue Saison soll wieder bei den HE 75 gemeldet werden, wobei wir auf eine günstige Einteilung hoffen.

DER GRIECHE
am
Herzogshof
Alter Kornmarkt 1 · 93047 Regensburg
Telefon: 0941-599 93 03
www.dergrieche-regensburg.de
Kein Ruhetag!
Öffnungszeiten: Tägl.: ab 17.30 Uhr
Sa, So, Feiertag 11.30-14
und ab 17.30 Uhr

DEUTSCHER OLYMPISCHER SPORTBUND ©
IN ZUSAMMENARBEIT
SPORT PRO GESUNDHEIT
MIT DER BUNDESÄRZTEKAMMER
GEPRÜFT&EMPFOHLEN

Tischtennis

Die lange Sommerpause in der Tischtennisabteilung ist vorbei. Sie wurde zu Trainingszwecken recht gut genutzt. So war meist an zwei Tagen der Woche reger Spielbetrieb in der Halle. Auch hohe sommerliche Temperaturen konnten dem nichts anhaben!

Inzwischen sind alle drei Mannschaften voll im Spielbetrieb. Mit 6:2 Punkten und ohne Niederlage steht unsere 1. Mannschaft in der Tabelle der 2. Bezirksliga Süd ganz vorn. Eine Liga darunter steht unsere 2. Mannschaft als Aufsteiger mit 1:5 Punkten weit hinten! Leider noch schlechter, nämlich bislang ohne Punkte, bildet die 3. Mannschaft das Schlusslicht der 1. Kreisliga.

Ich wünsche allen, dass sie in den verbleibenden Auseinandersetzungen genügend Punkte für den Klassenerhalt sammeln können.

Neu für unsere Abteilung ist am Dienstagnachmittag ein Tischtennistraining einer Grundschule in Königswiesen! Dazu stellen wir vier ältere Tische und Netze (gelagert in Körben neben den Tischen) mit Aufschrift „Schule 1-4“ zur Verfügung. Den Spielbetrieb leitet der Lehrer. Wir brauchen nur die Tische in vordere Position zu bringen. Danke für Mithilfe!

Mit der neuen Saison hat die TT-Abt. auf die neuen Plastikbälle umgestellt; dies gilt auch für den Trainingsbereich. Eine Eigenschaft dieser Bälle ist, dass sie in kleine Splitter zerbrechen, wenn man auf sie tritt. Diese scharfkantigen Splitter können bei barfuß laufenden Kindern (am Donnerstag ist Kinderturnen in der Halle) zu Verletzungen führen. Deshalb sollten wir darauf achten, kaputte Bälle bzw. Splitter nach dem Training einzusammeln.

Wir sind derzeit mit Netzgarnituren gut ausgestattet. Wenn man zum Training oder Punktspiel eine Garnitur aus einer Schachtel nimmt, sollte diese dort auch wieder (ordentlich zusammengelegt) verstaut werden. Danke!

Unsere Jahresabschlussfeier findet am Freitag, den 29.12.2017 statt. Sie beginnt um 19:30 Uhr mit einer Versammlung, danach gibt es Würstchen und Feuerzangenbowle.

Ein ganz besonderer Dank geht an dieser Stelle an unseren Sportkameraden Carsten Breitkreutz, der es sich zur Aufgabe machte, neue Trikots für unsere Spieler zu beschaffen. Vielen Dank im Namen aller!

So hoffen wir, dass die neuen Trikots ein Sinnbild für eine erfolgreiche Saison darstellen! Neue Besen kehren bekanntlich gut! Die Kosten für den rückseitigen Aufdruck übernahm der Hauptverein mit einem Zuschuss aus der Vereinskasse. Vielen Dank dafür an das Präsidium!

Große Ereignisse werfen ihre Schatten voraus: **Nächstes Jahr sind für die Tischtennisabteilung Neuwahlen durchzuführen! Der Termin: Freitag, 9. März 2018; Beginn 20:00 Uhr; eine gesonderte Einladung folgt.**

Der derzeitige stellvertretende Abteilungsleiter Robert Weck steht leider nicht mehr für eine weitere Amtszeit zur Verfügung. Für ihn wird ein Nachfolger gesucht, der bereit ist, sich in die Materie einzuarbeiten. Durch die heutigen technischen Möglichkeiten (Mannschaftsmeldung und –verwaltung per Internet) ist dies aber sehr einfach geworden. Selbstverständlich wird ihm hierbei von seinem Vorgänger volle Unterstützung zugesichert!

Wer hierzu bereit ist, kann sich einfach bei uns melden, man muss also nicht vorgeschlagen werden.

Ich garantiere Euch: Wer ein Amt übernehmen will, bekommt auch eines!

Allen eine verletzungsfreie Zeit und viel Spaß beim Tischtennis!

Jürgen Scholze

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

Wanderung im Otterbachtal Samstag 29. Juli 2017

Um 9,45h hatten sich 27 Wanderlustige auf dem Parkplatz bei der Hammermühle eingefunden.

Alle waren in Fahrgemeinschaften mit den Autos gekommen. Das Wetter zeigte sich herrlich, Sonnenschein und blauer Himmel. Allerdings war es auch sommerlich heiß. So kamen wir schon ganz schön ins Schwitzen. Mit leichtem Anstieg marschierten wir auf einem Forstweg entlang des Otterbachs durch den Wald. Zur Feier eines Geburtstags gab es bei einer Pause Schnaps und Knabbereien.

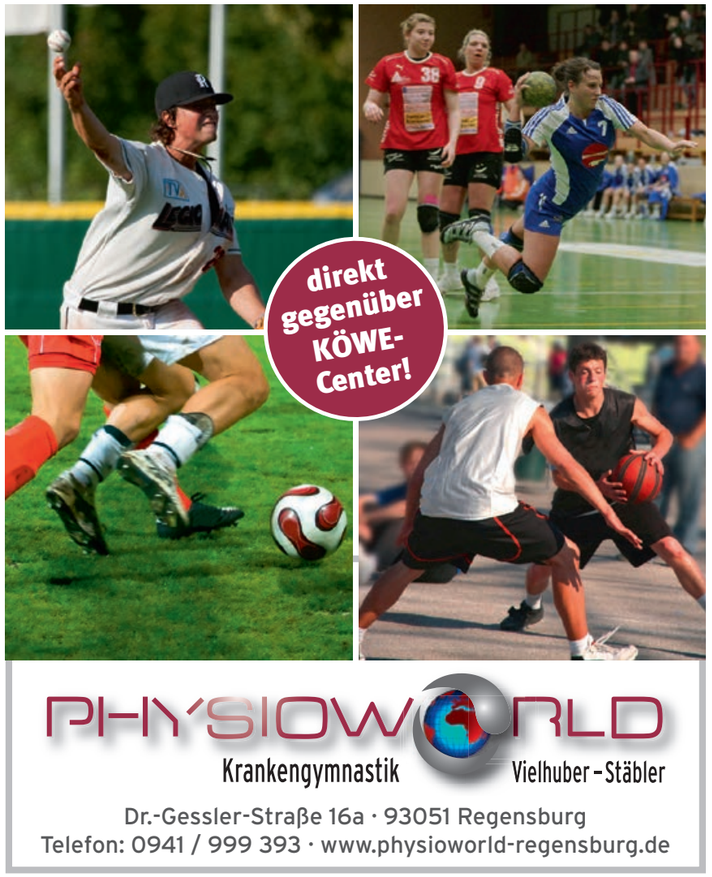
Gegen 12.00h erreichten wir den Landgasthof König, auch Koreawirt genannt. Hier gesellten sich noch einige Nichtwanderer zu uns. Sie waren mit dem Auto bis zu Lokal gefahren. Wir konnten das aus der Karte ausgewählte Essen im Freien genießen. Wenige zogen es wegen der Wärme vor in der Gaststube Platz zu nehmen. Leider dauerte es durch den großen Andrang hungriger Mäuler recht lange bis die Letzten gegessen und bezahlt hatten.

So traten wir erst um 14.30h den Rückweg an. Zunächst nahmen wir den gleichen Weg wie wir gekommen waren. Unterwegs teilte sich dann die Gruppe. Die meisten blieben auf dem Forstweg.

Die geübten Leute wanderten nun auf der anderen Seite des Baches auf schmalen Pfad, der auch etwas hinauf und hinunter verläuft. Nach einiger Zeit trafen wir auf eine Stelle an der der Weg mit einem Berg von umgelegten Nadelbäumen versperrt war. Diesen Stapel mussten wir durch einen kleinen Abstieg Richtung Bach und wieder hinauf umgehen.

Kurz nachdem dies erfolgreich gemeistert war verlangte uns ein kleinerer Reisighaufen nochmals eine gymnastische Übung ab. An einer weiteren Stelle waren große Stämme fast wie eine Trittleiter aufgebaut, wie wir sie schon öfter bei Viehweidezäunen hatten. Die sind uns im Fürstlichen Thierpark besten bekannt. Alle brachten diese Herausforderung mit Bravour hinter sich. Schließlich führte uns ein Brücke auf die andere Bachseite und bald trafen wir auf den Trupp, welcher auf dem Forstweg geblieben war.

Gemeinsam legten wir die restliche Strecke zur Hammermühle zurück. Die zog sich allerdings hin. Gegen 16.30h waren wir bei den Autos. Einige kehrten noch in der Hammermühle ein, die meisten fuhren aber nach diesem wunderbaren Wandertag gleich nachhause.



Wanderung Frauenberg nach Brunn

Samstag 26. August 2017

Nach einer halbstündigen Autofahrt über die Autobahn hatten sich in Frauenberg am Marienplatz 27 Wanderlustige eingefunden. Die Meisten hatten wie immer zu mehreren in einem Wagen zusammengetan. Das Wetter war spätsommerlich warm, fast noch heiß. Die Sonne strahlte vom blauen Himmel.

Voller Tatendrang zogen wir nach einer kurzen Begrüßung durch den Wanderführer los. Bald spannten einige zum Schutz vor der Sonne ihre mitgebrachten Regenschirme auf. Nach einem 2 ½ stündigen Marsch durch Wald und Flur erreichten wir auf nicht zu anspruchsvollen Wegen kurz vor 12.00h in Brunn den Gasthof Plank. Unterwegs fanden wir Brombeersträucher von denen wir naschen konnten.

Ein paar Kameradinnen und Kameraden waren mit dem Auto bis Brunn gekommen und erwarteten uns schon. Das Essen konnten wir aus einer kleinen Karte auswählen.

Um 14.00h brachen wir zum Rückmarsch auf. Die Temperatur war inzwischen ganz ordentlich hochgeklettert und wir kamen schon ins Schwitzen und auch die Regenschirme kamen erneut zum Einsatz gegen die Sonne. Wir hatten hier kaum Schatten durch Wald. Nach einer Stunde erreichten wir wieder den Marienplatz in Frauenberg. Nun war noch Gelegenheit einen Blick in die am Vormittag geschlossenen Kirche zu werfen. Nach einem gelungenen Wandertag fuhren wir zufrieden nach Regensburg zurück.

Wanderwoche in Kirchberg *Sonntag 17. - Sonntag 24. September 2017*

Um 9.30h war der mit 55 Personen besetzte Bus in Regensburg beim Castra Regina Center unter der Galgenbergbrücke startklar.

Auf der Autobahn ging es Richtung München. An der Raststätte Fürholzen legten wir eine kurze Pause ein. Weiter ging es auf der Autobahn zur Grenze nach Kufstein. Die letzten Kilometer bis Kirchberg legten wir auf der Landstraße zurück.

Gegen 14.00h erreichten wir unser Ziel, das Lifthotel, am Ortsrand von Kirchberg gelegen. Das Wetter zeigte sich kühl und regnerisch. Nach dem Bezug der geräumigen Zimmer nutzten viele die Zeit bis zum Abendessen um 18.00h zu einem ersten Spaziergang durch das Dorf. Inzwischen waren auch die paar mit dem Auto angereisten Leute angekommen.

Foto: © Hr Baeumler

Am Montag erwies sich am Morgen das Wetter besser als vorhergesagt. Bei Sonnenschein nahmen wir zu Fuß den Weg zur Talstation der Fleckalmbahn. Auf der Bergstation angekommen teilte sich die Gruppe. Die einen wanderten zum Hahnenkamm, legten im Hahenkammstüberl bei einer lustigen Wirtin und gutem Kaiserschmarren ihre Mittagspause sein ließen sich am Nachmittag von der Gondel in Tal bringen und kehrten von Kitzbühel mit dem Bus nach Kirchberg zurück.

Die anderen marschierten zur Pengelsteinhütte. Durch viele Baustellen, an denen alles für die kommende Skisaison vorbereitet wird, war der Weg ziemlich nass und schmutztig. Nach der Mittagsrast zogen wir auf gleicher Route zur Bergstation zurück, fuhren mit der Gondel ins Tal und liefen zum Hotel. Am Nachmittag trübte sich das Wetter allerdings schon ein. Beim Abendessen trafen wir uns alle wieder.

Am Dienstag traf der angekündigte Regen ein. Aber gut ausgerüstet wanderten wir der Ache entlang, vorbei an einem kleinen Wasserfall nach Aschau. Eine Gruppe stieg dann zur Kasplatzlalm auf. Der Weg war geschottert und somit auch mit Schirm gut begehbar. Zur Mittagspause gab es verschiedene Käsespezialitäten. In einer Schaukäserei konnte man sich über die Käseherstellung kundig machen. Draußen mischten sich unter den Regen nun sogar Schnee. Zurück auf gleichem Weg brachte sie nach der Besichtigung der Kirche der Bus von Aschau nach Kirchberg zurück. Da der Regen anhielt war im Hotel noch viel Zeit bis zum Abendessen.

Am Mittwoch regnete es immer noch. Unser Ziel war erneut die Fleckalmbahn. Oben angekommen erwartete uns eine Winterlandschaft. Es lagen etwa 20 - 25 cm Schnee. Da dieser recht nass war nahmen wir recht bald die Gondel zurück. Bei Regen marschierten wir zum Schwarzsee. In einem Restaurant konnten wir Mittagspause machen. Einige verzichteten aber darauf. Sie marschierten weiter nach Kitzbühel und schauten sich dort um. In einem netten Cafe war Gelegenheit sich Kaffee und Kuchen zu Gemüte zu führen. Der Legendenpark, in dem an einige österreichische Skifahrer wie z. B. Toni Sailer und Christl Haas erinnert wird und der Zieleinlauf der Streif am Fuß des Hahnenkamms waren sehr interessant. Zum Abendessen gab es an diesem Tag alles vom Grill.

Am Donnerstag war uns das Wetter endlich etwas wohlgesonnener. Zu Fuß marschierten wir zum Gaisberg. Wer wollte konnte mit dem Lift zur Bergstation hinauf fahren. Wir erklommen den Berg ohne Aufstiegshilfe. Zu Mittag steuerten wir die Gaisbergalm an. Nachher ging es auf guten Wegen nach Kirchberg hinunter. Auch heute blieb bis zum Abendessen noch Zeit für andere Unternehmungen.

Am Freitag hatte es die Sonne geschafft. Sie strahlte endlich von einem blauen Himmel. Wir nahmen den Bus nach Kitzbühel. Durch den Ort gingen wir zur Talstation der Gondel auf das Kitzbüheler Horn. An der Mittelstation nahmen wir die Gondel zur Gipfelbahn. Wir trafen wieder auf Schnee. Wir hatten aber einen herrlichen Rundblick auf die umliegenden Gipfel, welche fast alle von einer weißen Haube bedeckt waren. Nach diesem Genuss fuhren wir hinunter zur Mittelstation. Da viele noch nicht genug des Berges hatten ging es in die Gondel der Hornbahn 2 und wieder höher hinauf. Von der dortigen Bergstation machten wir uns auf den Weg zur Bichlalm. Der Pfad war nass und teilweise rutschig.

So suchte sich ein Teil der Truppe eine Alternative ins Tal. Einige wagten sich weiter auf dem schmalen, durchgehend nassen Weg. Teilweise ging es am steilen Hang entlang, auch Steinfelder und kurz vor dem Ziel hieß es über Schneereste die letzten Meter hinunter zur Bichlalm zu gehen. Aber trotz der Schwierigkeiten erreichten alle das Ziel. Nach der Mittagspause auf der Almhütte fuhren wir mit dem Sessellift nach Kitzbühel hinunter und mit dem Bus nach Kirchberg zurück. Da die Wartezeit ziemlich lang war spazierten wir auf der Straße dem Bus ein Stück voraus. Nachmittags verschwand die Sonne teilweise hinter kleinen Wolken, doch insgesamt war es etwas wärmer als die Tage zuvor.

Am Freitag fand keine von Hubert geführte Wanderung mehr statt. So strömten die Leute nach dem Frühstück in alle Richtungen aus. Jeder nahm sich das vor was er noch gerne noch sehen wollte, wo er noch hin wollte. Die Sonne schien wieder mit ihrer vollen Kraft. Blauer Himmel lag über den schneebedeckten Bergen. So lag es nahe auf den Hahnenkamm zu fahren und den Tag mit einer Wanderung oben auf dem Panoramaweg zu genießen, nicht ohne vorher das Start für die Streifabfahrt und die Streifabfahrt zu erkunden. Abens stand dann der Abschiedsabend an. Wir ließen die Woche Revue passieren. Durch die große Teilnehmerzahl teilten sich die Unternehmungen jeden Tag auf größere und kleinere Gruppen auf. Der Organisator der Woche Hubert erhielt Dank und Anerkennung für seine Mühe. Wir lachten über einige lustige Beiträge aus unseren Reihen.

Am Sonntag um 10.00h hieß es endgültig Abschied nehmen. Über Westendorf, Hopfgarten nahmen wir Kurs Richtung Autobahn Kufstein, München. Wegen vieler Baustellen herrschte meist zähflüssiger Verkehr. Doch wir kamen einigermaßen gut voran. In Fürholzen legten wir einen kurzen Halt ein. Gegen 14.30h erreichten wir Regensburg. An der Galgenbergbrücke warteten schon die Abholer auf ihre Leute, andere strebten dem Taxistand zu und ließen sich nach Hause bringen. Trotz des nicht optimalen Wetters füllten alle jeden Tag auf ihre Weise aus. Es war eine gelungene Wanderwoche.

IMPRESSUM

Herausgeber:
Sportgemeinschaft Post/Süd
Regensburg e.V.
Kaulbachweg 31
93051 Regensburg

Redaktion:
Edwin Wifling
Katalin Melczer
Peter Gritsch

Anzeigen / Werbung:
SG Post/Süd-Redaktion „PSK“
kurier@postsued-regensburg.de

Bankverbindung:
Sparkasse Regensburg
IBAN DE37 7505 0000 0000 1414 40
BIC BYLADEM1RBG

HINWEISE DER REDAKTION

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

redaktion@postsued-regensburg.de

Texte als Word-Dokument (Arial 10 pt) und Bilder in gängigen Grafikformaten separat einsenden. Bitte nicht im Dokument platzieren. Vermerken Sie die Bildnummer im Text.

Anzeigen- und Redaktionsschluss für Ausgabe 1/2018
20. Januar 2018

GESCHÄFTSSTELLE

Organisation + Mitgliederbetreuung
Margit Ebnet
Telefon: 0941 / 92052-10
Fax: 0941 / 92052-15
ebnet@postsued-regensburg.de

Geschäftsstelle allgemein
Öffnungszeiten: Mo - Fr 10 - 12 Uhr
Telefon: 0941 / 92052-0
Fax: 0941 / 92052-15
sg@postsued-regensburg.de
www.postsued-regensburg.de

Geschäftsverteilungsplan der SG Post/Süd Regensburg e.V (Stand 05/2017)

Präsident	***Peter Gritsch, Tel. 0160/98929925*** - *Vertreter Heinrich Brömmel* Repräsentation des Vereins, Kontakte zu Behörden, Verbänden und den Eigentümern der Sportanlagen, Einberufen und leiten der Präsidiums- und Vereinsausschusssitzungen, Allgemeine Betreuung der Geschäftsstelle und des Personals, Mitglied der Schiedsstelle
Vizepräsident	***Heinrich Brömmel, Tel. 0171/3320296*** - *Vertreter Peter Gritsch* Ansprechpartner für Abteilungs- und Übungsleiter, Integrationsbeauftragter (IDS), Mitgliederverwaltung CVP, Ehrungen, Geburtstage, Betreuung der Geschäftsstelle, Mitglied der Schiedsstelle
	Karin Gritsch, Tel. 0175/4105997 - *Vertreter Roswitha Lehner* Breiten-, Familien- und Freizeitsport, Marketing, Werbung, Öffentlichkeitsarbeit, Koordination Veranstaltungen, Inventarverwaltung
	Roswitha Lehner, Tel. 09403 / 8349 (p) - *Vertreter Karin Gritsch* Hallenbelegungen, Betreuung der Sportstätten, Führung der Vereinschronik
Schatzmeister	***Norbert Bambl, Tel. 0941 / 98122 (p)*** - *Vertreter P. Gritsch, H. Brömmel* Finanzen aller Art, Zahlungsverkehr, Beantragung v. Zuschüssen der Stadt und BLSV, Übungsleitervergütung, Großgerätebeschaffung, Finanz-Haushaltsplan, Kontenführung, Budgetierung Abteilungen
Jugendwartin	***Maria Ludwig, Tel. 0941 / 999666 (p)*** - *Vertreter Stefania Moor* Leiterin des Jugendrates, Ansprechpartner für alle Jugendwarte der Abteilungen
Jugendsprecher	***Patricia Weiß, Tel. 0941 / 893904 (p)*** - *Vertreter Stefania Moor*
Mitglied des erweiterten Präsidiums	***Christine Zelzer, Tel. 0160 / 6141872*** - *Vertretung Geschäftsstelle* Schriftführung, Sitzungsvorbereitung, Sitzungseinladung, Sitzungsprotokolle
	Dr. Thomas Burger, Tel. 0941 / 6988411 (g) Verbindungen zu Stadt und SSV Jahn, Aufbau von Netzwerken aus Wirtschaft und Medien
	Joachim Wolbergs, Tel. 0941 / 5071010 Marketing, Werbung, Breiten-, Familien- und Freizeitsport
Ehrenrat	
Vorsitzender	***Gerhard Bornschlegl, Tel. 0941 / 45678***
Beisitzer	***Sturmhart Schindler, Tel. 0941 / 998545*** und ***Siegrid Bitomsky, Tel. 09498 / 8389***

UNSER SPORTANGEBOT

sg post süd regensburg

AIKIDO Stefan Weinzierl ☎ 01525 3688544	**BADMINTON** Bernd Schwarz ☎ 0151 / 40344667 09405 / 609871	**BASKETBALL** Robert Grundl ☎ 0941 / 999986	**DAMEN-GYMNASTIK** Roswitha Lehner ☎ 09403 / 8349	**FITNESS** Karin Gritsch ☎ 0941 / 99667
FLOORBALL Karlis Bubins ☎ 0174 / 7043146	**HANDBALL** Arnold Anton ☎ 0170 / 5647154	**KEGELN** Christa Schuster ☎ 09402 / 8596	**KINDER-SPORT** Maria Ludwig ☎ 0941 / 999666	**KORONAR-SPORT** Kurt Rudner ☎ 0941 / 48936
LEICHTATHLETIK Josef Zweck ☎ 0941 / 998529	**NINJUTSU** Rudolf Forster ☎ 0160 / 94928200	**ROCK `N` ROLL** Astrid Schönhütl ☎ 0941 / 90234	**SCHACH** Ralf Smekal ☎ 09482 / 959593	**SCHÜTZEN** Günter Leja ☎ 0171 / 9340851
SENIOREN-SPORT Gabriele Engerer ☎ 0941 / 7058760	**SKI** Alexander Busch ☎ 09493 / 9528452	**TENNIS** Robert Wingerter ☎ 0941 / 97289		
TISCHTENNIS Jürgen Scholze ☎ 0941 / 999466	**VOLLEYBALL** Björn Kuchenmüller ☎ 0171 / 6160953	**WANDERN** Siegrid Bitomsky ☎ 09498 / 8389		

Hier trainieren wir:

Sportpark SG Post/Süd
Kaulbachweg 31
93051 Regensburg

BLSV
BAYERISCHER LANDES-SPORTVERBAND e.V.

BAYERISCHER SPORTSCHÜTZENBUND

- 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 & neu (Halle 1 u. 2),
  Brentanostraße / Theodor-Storm-Straße
- Grundschule Prüfening, Killermannstraße 49