

sg  
**post**  
**süd**  
regensburg

**kurier**

Ausgabe 3/2019 Juli - August



**Konzentration**

**ist zielgerichtete**

**Motivation.** *Andreas Tenzer*



INHALT

Das Präsidium berichtet ..... 2  
Herzlich willkommen ..... 3  
Wir gratulieren ..... 3  
Wir trauern ..... 3  
Das Präsidium berichtet ..... 4  
Fitness..... 5  
Handball..... 6  
Kindersport ..... 7  
Leichtathletik..... 10  
Schach..... 17  
Schützen..... 19  
Senioren sport ..... 20  
Tennis..... 21  
Tischtennis..... 24  
Wandern..... 25  
Nichts Unwichtiges..... 27  
Unsere Sportabteilungen ..... 28



www.postsued-regensburg.de

Liebe Mitglieder der SG Post/Süd,

Eine traurige Nachricht erreichte uns überraschend, unser Ehrenmitglied Herbert Schiller verstarb am 23. Mai. Ich hatte die ehrenvolle Aufgabe am 05. Juni bei der Urnenbeisetzung auf dem Dreifaltigkeitsberg ein paar Worte zu sprechen. Ich konnte dabei noch einmal sein großes Engagement für den Verein und seine wichtigen Vereinsstationen erwähnen. Auch außerhalb unseres Vereins war Herbert unter anderem sehr engagiert in der Jugendarbeit. Viele seiner Wegbegleiter waren bei der Urnenbeisetzung anwesend und erteilten ihm auch die letzte Ehre.

Schon wieder muss ich von einem Brand am Gelände Kaulbachweg berichten. Diesmal hat es den Lagerschuppen am Tennisplatz erwischt. Er ist vollständig den Flammen zum Opfer gefallen. Man geht auch hier wieder von Brandstiftung aus. Die Abwicklung mit der Versicherung läuft noch, aber wir werden auch dieses Gebäude voraussichtlich nicht ersetzen. Das eingelagerte Material wird dann anderweitig untergebracht werden. Es bleibt nur zu hoffen, dass dem bald ein Ende gesetzt wird und nicht irgendwann auch noch Personen zu Schaden kommen.

Die, von einigen Mitgliedern beantragte, außerordentliche Mitgliederversammlung der Tennisabteilung, mit Schwerpunkt Neuwahlen der Abteilungsleitung, wurde satzungsgemäß durchgeführt. Dabei wurde die bisherige Abteilungsleitung wieder bestätigt. Wenn auch einige mit dem Ergebnis nicht zufrieden sind, sollte jetzt in der Abteilung wieder Ruhe einkehren.

Bei der Delegiertenversammlung waren dieses Jahr keine Neuwahlen auf der Tagesordnung. Eine vom Präsidium beantragte Satzungsänderung wurde beschlossen. Damit gehen auch Änderungen auf der Beitrittserklärung einher. Dazu genaueres im Bericht über die Versammlung.

Zwei Gruppen, die sich bei uns eingemietet hatten, sind inzwischen wieder ausgeschieden. Learn2Fight und Brazillian JiuJitsu hatten regen Zulauf und mussten sich nach größeren Trainingsräumen umsehen.

Die Verhandlungen mit dem SSV Jahn, wegen der Betriebskostenabrechnung 2016, sind immer noch nicht abgeschlossen. Die ausstehenden Betriebskosten für 2017 sind beglichen. Sie wurden vom SSV Jahn mit der Erstattung der Versicherungssumme für die Beachhütte verrechnet. Wir waren damit nicht einverstanden, konnten es aber nicht verhindern, da die Abwicklung mit der Versicherung über den SSV Jahn gelaufen ist.

Um in Zukunft diese Streitigkeiten zu vermeiden, haben wir jetzt Stromzähler einbauen lassen, damit unsere Bereiche konkret abgerechnet werden können. Die Kosten für den Einbau trägt die SG Post/Süd. Die Verantwortlichen des SSV Jahn haben der getrennten Abrechnung zugestimmt und werden ab 1. Juli 2019 die Betriebskosten entsprechend berechnen.

Unser Hausherr, der SSV Jahn, hat am Gelände Kaulbachweg einiges baulich verändert. Es ist unbestritten, dass dies auch zur optischen Verbesserung beigetragen hat. Jedoch sind einige Abteilungen davon nicht unwesentlich beeinträchtigt. Besonders jetzt, mit der Sanierung von Platz 1, haben die Leichtathleten große Probleme ihr Training abzuhalten. Auch nach Abschluss der Arbeiten ist noch nicht klar, wie der Trainingsbetrieb auf dem sanierten Rasen fortgesetzt werden kann.

Es kommen also immer wieder neue Aufgaben auf uns zu, die wir bewältigen müssen. Das ist unsere Aufgabe, dafür wurden wir gewählt. Doch sind uns manchmal die Hände gebunden und Unterstützung von übergeordneten Institutionen lässt oft zu wünschen übrig.

Euer Präsident



Mitglieder

Herzlich Willkommen

bei der SG Post/Süd Regensburg

- |                       |                        |
|-----------------------|------------------------|
| Cimpean Julian        | Müller Gabriele        |
| Ciomber Karolina      | Nepl Bernhard          |
| Czepurnyi Nikolai     | Onkelbach Mareike      |
| Dannenberg Anne Tine  | Plaksina Maria         |
| Duregger Sabine       | Preu Emma              |
| El Khayyam            | Reinhardt Simon        |
| Mohyidin Hamza        | Riebel Ferdinand       |
| Endemann Sophia       | Rönisch Andreas        |
| Finkbeiner Max        | Roth Johannes          |
| Fluerasch Luca Milan  | Schatte Sarah          |
| Förth Cäcilia         | Schmaußer Susanne      |
| Fritz Felix           | Schmid Georg           |
| Fritz Fiona           | Schmidt Elisabeth      |
| Geffe Enno            | Schuller Nadine        |
| Glogauer Theresa      | Schütterle Stefan      |
| Greger Florian        | Seki Elissa            |
| Gubler Elisabeth      | Stahl Frida            |
| Härtl Florian         | Stanzick Kira          |
| Haselsteiner Isabella | Steger Alexander       |
| Heinzel Franka        | Stegerer Julia         |
| Helfrich Valentin     | Suresh Thiraviam       |
| Höring Marcus         | Ravi Shanmuga Sundaram |
| Jäger Larissa         | Treutler Emma          |
| Kinas Nelly           | Treutler Marie         |
| Klum Anna             | Weick Felix            |
| Künzel Gustav         | Weinelt Clara          |
| Lang Sophia           | Wenzel-Stamm Finja     |
| Lickleder Karl        | White Noah             |
| Lindner Sophia        | Winter Nikolai         |
| Meyer Susanne         | Wittmann Matthäus      |
| Moralis Antonios      |                        |



Wir gratulieren unseren Jubilaren

- |                    |                        |
|--------------------|------------------------|
| <b>60 Jahre</b>    | <b>80 bis 90 Jahre</b> |
| Wesselak Marianne  | Fischer Elisabeth      |
| Gans Wolfgang      | Rohrmüller Johanna     |
| <b>65 Jahre</b>    | Scharf Martha          |
| Schroll Elisabeth  | Czech Diethard         |
| Michl Renate       | Mönius Gerdi           |
| Freitag Reiner     | Schindler Marianne     |
| Graf Rudolf        | Huber Helmut           |
| <b>70 Jahre</b>    | Walz Kurt              |
| Eberl Brigitte     | Pollinger Magdalena    |
| Büschel Helene     | Richter Sigrid         |
| Listl Maria        | Barskyy Volodymyr      |
| Pompe Marianne     | Klum Margarethe        |
| Mages Johann       | Kronsnabel Olga        |
| Griesbeck Max      | Gröhlich Barbara       |
| Spreitzer Sigmund  | Daimer Gertraud        |
| <b>75 Jahre</b>    | Brandl Herta           |
| Rigl Aurelia       | Veitenhansl Irene      |
| Schuster Christa   | Hendlmeier Katharina   |
| Motschmann Heide   | Baumer Rudolf          |
| Klughardt Marianne | Schützmann Walter      |
| Brömmel Heinrich   | Diller Gertrud         |
|                    | Mederer Hedwig         |
|                    | Kronthaler Melita      |
|                    | Bachleitner Judith     |
|                    | Westerboer Ingo        |

IN EIGENER SACHE:

Sie haben unsere Vereinszeitung gelesen? Ihnen gefallen die Beiträge und Sie möchten, dass Ihre Freunde, Bekannten oder Kollegen unseren Verein kennenlernen? Dann geben Sie einfach die Zeitung weiter.

Die SG Post/Süd freut sich über jedes neue Mitglied. Wir haben schließlich viel zu bieten: Sport in 22 Abteilungen.

Vielen Dank!

Wir trauern um unser Ehrenmitglied

Schiller Herbert  
† 23.05.2019



Nachruf

Die Sportgemeinschaft Post/Süd Regensburg e.V. nimmt Abschied von ihrem langjährigen Ehrenmitglied **Herbert Schiller**.

Herbert Schiller, Gründungsmitglied des Post SV beim Neustart im Jahre 1952, war in den über 65 Jahren seiner Vereinsmitgliedschaft immer ein aktiver und kompetenter Ansprechpartner in der Vereinsführung und -Entwicklung. Sportlich lag sein Fokus hier bei der Fußball Abteilung, die er auch einige Jahre als Abteilungsleiter führte.

Als es im Jahr 1986 an der Prüfeningerstraße zu eng wurde für den Post SV, war er einer der Initiatoren und Organisatoren der Fusion mit dem TSG Süd zum zu der

Zeit größten Regenburger Sportverein, der SG Post/Süd.

Ab 1986 leitete er als Stellvertretender Vorstand bzw. Vizepräsident ehrenamtlich die Geschicke des Vereins durch alle Höhen und Tiefen. Hier war er unter anderem auch federführend beim Start unserer Vereinszeitung.

Nach seinem Ausscheiden aus dem Präsidium im Jahr 2004 übernahm er noch für weitere Jahre den Vorsitz des Ehrenrates.

Die SG Post/Süd wird Herbert Schiller immer ehrend im Gedenken behalten.

Heinrich Brömmel  
Vizepräsident

## Delegiertenversammlung, 03.05.2019

Die Delegiertenversammlung 2019 fand im Wolfgangsaal der Pfarrei St. Wolfgang statt, da zu diesem Zeitpunkt die Gaststätte am Kaulbachweg renoviert wurde.

Von 102 geladenen Delegierten, nahmen 61 an der Versammlung teil. Die Beschlussfähigkeit war gegeben.

Unter TOP 8 wurde das Präsidium einstimmig entlastet. Den Haushaltsplan 2019 hatte Schatzmeister Norbert Bambl vor der Delegiertenversammlung dem Ausschuss vorgelegt, er wurde einstimmig genehmigt.

Auf der Tagesordnung stand nach den Berichten von Präsident, Schatzmeister, Jugendwartin und Kassenprüfer, unter TOP 9 auch Anträge. Hier wurde der Antrag auf Satzungsänderung behandelt. Die bisherige Satzung, sowie die Version mit den Änderungsvorschlägen, waren vorab für die Mitgliedern einsehbar. Die einzelnen Paragraphen wurden bei der Versammlung nochmals verlesen und die Änderungen in Zwischenabstimmungen bestätigt. Am Ende wurde die gesamte Satzungsänderung einstimmig angenommen. Weitere 6 Anträge zur Ergänzung der Satzung, die von einem Mitglied

stellt wurden, sind fast einstimmig abgelehnt worden.

Die geänderte Satzung wurde notariell bestätigt und wurde anschließend zur Genehmigung dem Amtsgericht vorgelegt.

Die DSGVO ist jetzt Bestandteil der Satzung und wird, genau wie die Satzung, mit der Unterschrift auf der Beitrittserklärung, anerkannt. Unsere „Informationspflicht zur Datenverarbeitung“ ist auf der Rückseite der neuen Beitrittserklärung abgedruckt und wird somit jedem Neumitglied ausgehändigt.

Die neue Satzung wird, nach Genehmigung durch das Amtsgericht, auf die Homepage gestellt. Auch die neue Beitrittserklärung kann ab diesem Zeitpunkt auf der Homepage heruntergeladen werden. Alte Beitrittserklärungen sind nicht mehr gültig und dürfen nicht mehr benutzt werden. Selbstverständlich sind Satzung und Beitrittserklärungen auch in Papierform in der Geschäftsstelle zu erhalten.

Unter TOP10 Verschiedenes, hat Präsident Gritsch nach einigen Hinweisen, wieder darauf hingewiesen, dass 2020 einige Präsidiumsmitglieder ausscheiden werden und Jeder im Verein gefordert ist, mitzuhelfen die Nachfolge sicherzustellen.

Die Sitzung konnte um 21:12 Uhr geschlossen werden.



# 14. Nordic Walking Tour 19

SG Post/Süd




Genossenschaftliche FinanzGruppe  
Volksbanken Raiffeisenbanken

... durch's grüne  
**Regensburg**



**Moderator:** Matthias Walk, TVA  
**Programm:** ab 11Uhr Ausgabe der Startnummern und Nachmeldungen  
12.15Uhr Begrüßung, anschließend Warm-up  
13.00Uhr Start der SG Post/Süd Nordic-Walking-Tour 2019  
ca. 15:30Uhr Rahmenprogramm:  
Rock, n' Roll Abteilung SG Post/Süd,  
die Seniorentanzgruppe SG Post/Süd und  
die CardioDrums Fitness Show Gruppe SG Post/Süd

**Für Ihr leibliches Wohl sorgen die Abteilungen der SG Post/Süd.**

## 29. Sept.

Dultplatz Ost (Warendult)  
Startschuss: 13 Uhr

Anmeldung und Infos:  
[www.nordic-walking-tour.de](http://www.nordic-walking-tour.de)



V.i.S.d.P.: SG Post/Süd Regensburg e.V., Peter Gritsch, Generalsekretär, 7 93051 Regensburg, Änderungen und Druckfehler vorbehalten

## PRAXIS FÜR PHYSIOTHERAPIE

Sabine Morgenroth  
Irmgard Edenhofer

Tel. 0941/ 97 111 oder 999 111

Lilienthalstraße 8 Parkplätze: vorm Haus und Tiefgarage 93049 Regensburg



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

HAUS- UND HEIMBESUCHE

## Vorbereitungen für die Handball Saison 2019/2020

**Die neue Handball Saison 2019/2020 für die Jungs und Mädels des SG Post/Süd hat endlich begonnen.**

Die ersten Trainingseinheiten nach den Ferien finden wie immer in der Königswiesener Sporthalle (Jungs, Dienstags ab 17:00 Uhr und Mädels, Donnerstags ab 17:00 Uhr) oder im Sand im Beachvolleyball-Gelände, wenn uns das Wetter das Training draußen erlaubt.

Im Moment haben wir zwei Mädels-Mannschaften für den Spielbetrieb angemeldet und das sind einmal die C Jugend (14 bis 15 Jahre alt) und D Jugend (12 bis 13 Jahre alt). Für die Saison 2019/2020 sind wir momentan sehr gut besetzt in der D Jugend, da so viele Mädels nachgerückt sind von C in die D Jugend. Damit sind wir immer noch gut besetzt in der C Jugend, weil da auch sehr viel Mädels von der E Jugend in die C Jugend nachrückt sind. Die Mädels von B Jugend (16 bis 17 Jahre alt) müssen für die Saison 2019/2020 leider eine kurze Spielpause nehmen. Die Trainingseinheiten finden trotzdem statt, wie immer am Donnerstag.

Wir versuchen trotzdem alle Altersgruppen zu erreichen, egal ob das Mädels oder Jungs sind, beim Handball mitzumachen. Denn beim Handball lernt man so viel, egal ob man klein oder groß ist, dick oder dünn. Beim Handball bringen wir euch Mannschaftsgefühl bei, Kampfgeist, Zusammenhalt, Teamgeist, Kondition und Ausdauer. Ihr lernt bei Handball euch durchzusetzen, zu kämpfen und nie aufzugeben. Wir laden euch jeder Zeit ein, bei unseren Trainings mitzumachen und Handball durch Spaß kennenzulernen. Wir freuen uns auf die neue Handball Saison 2019/2020!

Aleksandar Amidzic



Kampfgeist fordern! Danica läuft für ihr Team



Konditions-, Lauf- und Teamgeist-Training in einem



Kurze Pause im Schatten



Angriff und Abwehr im Spiel (alle halten zusammen)



Alina macht ein Tor



Alle lachen (Spiel und Spaß im Vordergrund)

## Die U 8 bei der Kreisschülerrunde in Burglengelfeld

**Gleich mit zwei Teams konnte unsere U 8 bei der Kreisschülerrunde am 11. Mai 2019 in Burglengelfeld antreten. Nämlich mit den Posthörnchen – ein reines Mädchenteam (Elisabeth Appl, Leonie Ehrnböck, Johanna Moritz und Julia Pranjic) und den Postbärchen mit Christian Ross, Maximilian Riss, Felix und Julia Wiesner).**

Los ging's mit dem 30-m Lauf. Da setzten die Postbärchen gleich eine Bestmarke und gingen in Führung. Im Anschluss mussten alle Teams beim Hoch-Weit-Sprung antreten. Die anderen Mannschaften holten wieder auf. Aber beim abschließenden Medizinballweitwurf setzten sich die Posthörnchen knapp vor den anderen an die Spitze. Die Postbärchen kämpften sich immer tapfer heran, mussten sich aber letztendlich doch mit dem 4. Platz zufrieden geben.

Jeder Teilnehmer erhielt eine Urkunde und eine Süßigkeit. Zusammen mit den



Teams unserer Leichtathletik-Abteilung, die auch ordentlich abgeräumt haben, freuten sich alle und holten sich noch zusätzliche Anerkennung von den mitge-reisten Eltern und Geschwistern ab.



www.kuno-ostbayern.de

## Continental-Mini-Marathon 2019



Hanna Lippl mit einem Teil der Mini-Marathonis

Auch heuer konnten wir aus unserer Abteilung wieder einige Kinder zur Teilnahme begeistern und zum Start für den Minimarathon am 01. Juni anmelden. Er firmierte heuer das 1. Mal unter dem der Firmenamen Continental.

Die Teilnehmer starteten gestaffelt nach Alter und Geschlecht in 5 Läufen. Sie führten vom Start weg in den Park um den Baggersee und wieder zurück zum Ziel. Alle kamen durch, niemand hat sich verletzt und alle haben sich ihren Lauf gut eingeteilt.

Ganz professionell war auch die Aufwärmvorbereitung jeder Gruppe vor dem Start mit Hanna. Sie hat 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.

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

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

Maria Ludwig

## zeitconcept® leistet mehr für seine Mitarbeiter

Arbeiten Sie bei uns über Zeitarbeit und profitieren Sie von

- übertariflicher Bezahlung
- steuerfreien Zulagen
- **pünktlicher Lohnzahlung so wie es sich gehört!**

### • EXTRA-BONUS:

z. B. Amazon Gutscheine, Eintrittskarten für Therme Erding & CinemaxX Kinos, Tankgutscheine und vieles mehr unter

[www.zeitconcept.de](http://www.zeitconcept.de)

EXTRA  
BONUS

EXTRA  
SOZIAL

EXTRA  
KOHLE

EXTRA  
SUPPORT

zeitconcept GmbH  
Personaldienstleistungen  
Ziegetsdorfer Str. 109  
93051 Regensburg  
Tel. 0941 / 63097-0  
regensburg@zeitconcept.de

## Altstadtlauf 2019

Seit vergangenem Jahr hat der BLSV Sportkreis Regensburg den traditionellen Altstadtlauf um einen Kinder- und Jugendlauf ergänzt. Er fand im Rahmen des großen Regensburger Sportfestes am Sonntag, den 15. Juli statt. Start und Ziel war am RT-Sportplatz (Oberer Wöhrd). Da es sich um einen Hobbylauf handelt, wird weder bei den Kinder- und Jugendläufen noch beim Erwachsenenlauf eine Zeitwertung durchgeführt

Über 10 Kinder aus unserer Abteilung waren angemeldet und gingen auch an den Start. Es mussten zwei Runden auf der Tartanbahn, das sind 800 m, bezwungen werden



Erschöpft – aber geschafft!

Es ging also nur darum, die Strecke zu schaffen und ins Ziel zu kommen. Da einige Kinder das 1. Mal wie die kleine Franziska Appl an einem Lauf teilnahmen, waren sie schon aufgeregt. Vorher haben noch alle unser Vereins-T-Shirt angezogen und Maria Ludwig machte mit ihnen noch eine Aufwärmrunde. So konnte natürlich nichts schief gehen. Mit dem Startschuss legten sich alle mächtig ins Zeug und in Null komma nix waren die beiden Runden geschafft.

Alle hatten sich mächtig ins Zeug gelegt und niemand wurde verletzt. Die meisten kamen schon im vorderen Drittel ins Ziel, denn sie haben sich ihren Lauf gut

eingeteilt. Einige waren ganz vorne mit dabei.

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

Die nächste Herausforderung könnte der Leukämielauf sein. Er findet am 6. Oktober statt und er ist 1,5 km lang .....

**Hinweis:**

Ab September können wir wieder einen Lauftreff für Kinder ab 5 Jahren anbieten. Wochentag und Zeitpunkt stehen noch nicht fest. Bitte meldet euch jetzt schon, und teilt uns euren Wunschtage mit:

Maria Ludwig  
SG Post/Süd Regensburg  
Abteilung Kinder- und Jugendsport  
Tel. 0941 9455889  
E-Mail: [kindersport@postsued.de](mailto:kindersport@postsued.de)

## Bagger am Sportplatz – wohin mit uns

*Gepplant war ein großes Sportfest am 19. Juli mit den Kindern aus allen Gruppen und einer Spezialdisziplin für die Eltern auf dem Sportplatz am Kaulbachweg. Leider wurde daraus nichts. Seit Juni bis Ende August stehen dort die Bagger hinter einem riesigen Bauzaun. Sie haben nicht nur unser Sportfest verhindert, sondern auch das Training bzw. für die ganz kleinen das Spiel im freien Gelände. So mussten wir in der Halle bleiben und dort in der Zeit zwischen den Pfingst- und Sommerferien sporteln.*

Die Spiel- und Sportgruppen beendeten die Saison mit einer Mini-Hallen-Olympiade.

Grüne, rote, gelbe und blaue Teams wetteiferten an drei Stationen um die Bestleistungen. Zuerst war der Staffellauf dran. Über 6 Kisten um ein Mal herum und so schnell wie möglich zurück, um der/dem Nächsten den Staffelfring zu übergeben, damit der die nächste Runde in Angriff nehmen konnte. Ein Kind nach dem anderen kam immer wieder dran. Das ging über einen bestimmten Zeitraum. Dann wurden die Runden gezählt, die jedes Team zurückgelegt hatte. Bei der nächsten Disziplin mussten Ziele abgeworfen werden – jeder Abwurf zählte einen Punkt. Es kamen viele Punkte zusammen. Bei der 3. Station kam es darauf an, aus dem Stand möglichst weit zu springen. Am Schluss wurden alle Punkte zusammengerechnet und die Sieger ermittelt. Da aber alle voll motiviert ihre Aufgaben bewältigten, gab es nur Sieger.



Johanna legt einen fulminanten Sprung hin



Maria Ludwig gratuliert allen zu ihren tollen Leistungen

Die Kinder wurden mit dem tosenden Applaus der Zuschauer (Eltern und Geschwister) und mit einem kleinen Give-away der Spielleitung belohnt.

Vielen Dank an Helmut und Paul, die genau Buch führten, aber vor allem die Stationen vorbereiteten und betreuten.

Zum Schluss mussten wir uns von Paul verabschieden, der uns eine Jahr vom Sportamt der Stadt als BuFDi ausgeliehen wurde. Er war bei den Kindern und den Trainern sehr beliebt und hat sich durch seine tatkräftige Unterstützung unentbehrlich gemacht. Eine Sporttasche mit Inhalt soll ihn auf dem nächsten Teil seines Lebens, für den wir ihm alles Gute wünschen, begleiten.



Die Gruppe fit und flott sowie die U 8 beendeten ihre letzte Sportstunde mit einem Hallenfest und freuten sich über ein kühles Eis.

Die Mädchengruppen feierten mit Ihrer Übungsleiterin Marion Hafner ebenfalls den Beginn der Sommerferien. Die anderen Gruppen (3x Eltern-Kind) und Powerturnen für Mädchen sind erst nach Redaktionsschluss dran.

*Schöne Sommerferien mit viel Spaß, viel Spiel, viel Sonnenschein und vielen schönen Erlebnissen wünschen euch eure Übungsleiter bei der SG Post-Süd*

*Unser Training nach den Sommerferien beginnt in der 38. Woche, also Montag, den 16. September, Dienstag, den 17. usw.*

Einige sollten in eine neue Gruppe wechseln. Wer sich noch nicht sicher ist, kommt einfach in seine alte Gruppe. Ein Gespräch mit den Übungsleitern wird weiterhelfen.

## Ehrung Patricia Weiß beim Kreistag 2019

Am 12. April fand im Rahmen des Kreistages Leichtathletik eine Sportlerehrung im kleineren Rahmen statt. Neben Lisa Lankes vom SWC, zwei Athletinnen aus Bad Kötzing und dem Telis-Neuzugang Sven Glück wurde Patricia Weiß für ihre Leistungen geehrt. Besonders hervorgehoben wurde hierbei ihr 4. Platz bei den Bayerischen Mehrkampf Meisterschaften im vergangenen Jahr. Die Ehrungen wurden von Josef Koller 1. Vorsitzender Kreis Süd Oberpfalz vorgenommen. Als Preis gab es einen Gutschein für den Lauf und Berg König, welchen Patricia sogleich für ein paar neue Laufschuhe einsetzte. Patricia hofft nun auf die Leistungen im vergangenen Jahr anknüpfen zu können.



## Oster-Trainingslager der U14

Zu ihrem traditionellen Trainingslager in den Osterferien trafen sich auch heuer wieder viele junge Leichtathleten aus der U 14. War man im letzten Jahr noch mit Mütze und Handschuhen unterwegs, so meinte es der Wettergott heuer richtig gut mit den fleißigen Sportlern. Bis zu 26 Grad und strahlender Sonnenschein machten Spaß auf das Training, so wurden speziell die Disziplinen trainiert, die im Winter immer etwas zu kurz kommen.

Viel Hürdentechnik, Kugelstoßen, Speer- und Diskuswerfen, aber auch Hoch- und Weitsprung und viele Intervallläufe standen auf dem Programm. Vor allem in den Technik-Disziplinen waren schnell die Erfolge des verstärkten Trainings zu erkennen.

Am Ende stand ein gemeinsames Pizza-Essen auf dem Programm, so dass Spaß und der Teamgeist nicht zu kurz kamen. Da das Trainingslager heuer wieder so intensiv angenommen wurde, wird es sicherlich auch Ostern 2020 stattfinden.



## Bahneröffnung 2019 in Eschenbach

Bei der Bahneröffnung am 1. Mai in Eschenbach starteten die Leichtathleten der SG Post/Süd Regensburg mit einer Reihe sehr guter Ergebnisse und Bestleistungen in die Sommersaison. Knapp 250 Teilnehmern waren bei dem Sportfest heuer wieder am Start und auch das Wetter zeigte sich in diesem Jahr mit viel Sonne von seiner besten Seite.

Als Jüngste ging die noch 10-jährige Hannah Melczer an den Start. Sie erreichte im 50-m-Sprint mit 8,49 sec und 800 m-Lauf mit 3:15,59 neue Bestleistungen.

Mit einer starken Leistungsentwicklung überzeugte Vinzenz Reindl in der U14. Platz 3 belegte er im 75m-Sprint (10,70 sec), Platz 4 bei den 60m-Hürden (11,13 sec) und Platz 6 im 800 m-Lauf (2:43,32 min.). In der gleichen Altersklasse erzielte Philipp Krieg Bestleistungen im 75m-Sprint mit 11,38 sec sowie bei den 60m-Hürden mit 11,59 sec.



Klara Reindl steigerte im Kugelstoßen ihre Bestweite um beachtliche 70cm und belegte mit 6,50 m den 4. Platz. Auch im Speerwerfen gelang ihr mit 20,41m (Platz 5) eine tolle Weite. Ihre persönliche Bestleistung erreichte Anja Boß mit sehr guten 3,79m im Weitsprung.

Medaillen gaben es auch bei den Frauen. Patricia Weiß belegte Platz 2 im 100-Lauf (13,81 sec), sowie jeweils Platz 3 im 200m-Lauf (27,80 sec) und 100m Hürden (17,95 sec).

Eine gute  
Mannschaft lebt von  
ihren Spezialisten.

Unser Profi-Team rund ums saubere  
Auto freut sich auf Ihren Besuch.



## 8-mal Gold bei der Kreismeisterschaft

Leichtathletik im Winter? Fast hatte es bei den Kreismeisterschaften - die am 5. Mai auf der Bezirkssportanlage am Weinweg ausgetragen wurden - den Anschein. Temperaturen zwischen drei und fünf Grad, eiskalter Wind und streckenweise Graupelschauer vermiest so ziemlich jedem die Freude auf die gerade begonnene Freiluftsaison. Erst am frühen Nachmittag wurde es etwas freundlicher und einige Sonnenstrahlen blitzen heraus. Dennoch gab es durchaus achtbare Ergebnisse und viele neue Bestleistungen für die jungen Sportler der SG Post/Süd.

Als Kreismeister/Innen trugen sich in die Siegerlisten ein:

Philipp Krieg (Hoch/M12/1,30m), Leonhard Gehrmann (75m/M13/10,86sec), Vinzenz Reindl (60m H/M13/11,23sec), Moritz Köppelle (800m/M14/2:36,62min), Emilian Beer (M15/



80mH und Hoch/ 12,70sec und 1,67m), die 4x75m Staffel der M14 mit Paulus, Krieg, Gehrmann und Reindl in 42,34sec, Katrin Dedio als Erste im Hochsprung der U20 mit 1,35m.



Weitere gute Platzierungen gab es für Therese Reindl (2. Hoch/W15/1,49 m), Philipp Krieg (2. 60m H/M12/11,37 sec.), Emilian Beer (2. Weit/M15/5,01 m), Hannah Winner (6. Weit/W12/3,73 m)

## SG Post/Süd erfolgreich bei der 1. Kreisschülerrunde 2019 in Burglengelfeld

Mit insgesamt drei hochmotivierten Teams gingen die Athleten der SG Post/Süd Regensburg bei der 1. Kreisschülerrunde in Burglengelfeld am 11.5. an den Start.

Die U12 startete mit zwei Teams. Zum einen die Gipfelstürmer (Leonard Zeilhofer, Hannah Melczer, Anton Tranitz, Emil Androsic) und die Wellenreiter (Silva Fischer, Philipp Müller, Leandro Nzau und Julian Höfl). Die Gipfelstürmer dominierten das Teilnehmerfeld klar im 50m-Sprint sowie Medizinball-Stößen und erkämpften sich auch viele wertvolle Punkte im Heulerwerfen. Die kurzen Regengüssen nasse Tartanbahn bereitete

den Sportlern etwas Schwierigkeiten. Nichtsdestotrotz waren auch hier die Leistungen zufriedenstellen. Am Ende erkämpften sich die Gipfelstürmer Platz 1 und die Wellenreiter belegten den 8. Platz.

Die Athleten der U10 zeigten hervorragende Leistungen im Hochweitsprung, 40-m-Sprint, Medizinballstoßen sowie Heulerwerfen und erreichten viele neue Bestleistungen. Die Konkurrenz war aber sehr stark und so belegten die Rennsemmeln mit Magdalena Zeilhofer, Benedikt Hirner, Clara Müller und Marie Lohneisen den 6. Platz.



## Sechs Medaillen beim Block-Mehrkampf in Burglengelfeld

Traditionell in bewährter Manier vom TV Burglengelfeld wurden am Samstag 11.5. die Oberpfalzmeisterschaften im Blockmehrkampf ausgerichtet.

Einen großartigen Mehrkampf zeigte Emilian Beer in der M15. Seine 2531 Punkten bedeuteten den Oberpfalztitel mit einem Vorsprung von über 500 Punkten, dabei gab es für ihn auch zwei persönliche Bestleistungen im Speerwurf (35,02 m) und über 100 m (13,04 sec.).

Zweite Plätze gab es für: Therese Reindl in der W15, die im Block Sprint/Sprung 2302 Punkte erzielte, erwähnenswert ihr Hochsprungergebnis, wo sie mit 1,57 m eine neue Freiluft-PB erzielte, Philipp

Krieg in der M12 (1740 Punkte) und Vinzenz Reindl/M13 (1869 Punkte). Die beiden Jungs konnten vor allem durch ihre starken Laufleistungen punkten. 10,75 sec. über 75m und 2:43,86 min. über 800 m für Reindl, sowie 11,65 sec. über 60m-H und 2:51,75 min. für Krieg.

Moritz Köppelle überzeugte in der M14 im Block Lauf (1922 Punkte) ebenfalls durch stark verbesserte Laufleistungen (7:36,95 min./2.000 m) und sicherte sich damit die Bronzemedaille. Eine weitere Silbermedaille sicherte sich in der Mannschaftswertung das Team der MU14 mit Vinzenz Reindl, Philipp Krieg, Jan Kornert und Valentin Köppelle.



## Platz 1 bei den Nordbayerischen Mehrkampf-Meisterschaften für Mannschaft

Am Wochenende des 18./19. Mai trafen sich die besten Mehrkämpfer aus Nordbayern in Oberasbach um den ersten Mehrkampf in der noch frühen Saison zu bestreiten. Bei angenehmen Temperaturen von ca. 20 Grad ging es für Patricia Weiß und die beiden weiteren LG-Damen Bettina Diller und Sonja Brandl, sowie Katrin Dedio (U20) zur ersten Disziplin den 100m Hürden. Nach den technischen Schwierigkeiten im letzten Jahr, war dies nun schon der zweite Wettkampf, den Patricia im „3er“ (drei Schritte zwischen den 8,50m auseinander stehenden Hürden) absolvierte. Die Zeit von genau 18,00 s ist zwar noch nicht ganz zufriedenstellend, aber nun kann an der Schnelligkeit gearbeitet werden. Weiter ging es mit dem Hochsprung, beim letzten Hallenmehrkampf eine der Wackeldisziplinen von Patricia, doch diesmal blieb sie bis zur Höhe von 1,47m ohne Fehlversuch und war mit dem Ergebnis dann doch recht zufrieden. Nach dem die beiden „Gruseldisziplinen“ absolviert waren ging es weiter zum Kugelstoßen, bei dem Patricia mit drei Stößen über 9m brillierte und einige wertvolle Punkte einholte. Der erste Tag wurde von dem abschließenden 200m Lauf beendet, bei dem die Uhr nach 27,74s stehen blieb.

Leider kein perfekter Abschluss aber ein insgesamt zufriedenstellender erste Tag.

Sonntag um 12 Uhr ging es dann los mit dem zweiten Tag und dem Weitsprung. Mit einer Weite von 4,64m war unsere Athletin überhaupt nicht zufrieden, da sie in ihrem letzten Mehrkampf fast einen halben Meter weiter sprang. Doch bei einem Mehrkampf lautet das Motto: „kurz ärgern, abhaken und auf die nächste Disziplin konzentrieren“. Das tat Patricia dann auch und ließ beim Einwerfen mit dem Speer auf eine Bestweite hoffen. Mit 30,01m war dann zwar doch keine Bestweite drin, trotzdem war sie eine der besten Werferinnen an diesem Tag. Extrem angespannt sind alle 7-Kämpferinnen vor der letzten Disziplin: dem allseits gefürchteten 800m Lauf. Doch das harte Ausdauertraining hatte sich ausbezahlt und Patricia kam nach 2:40 min ins Ziel und lag somit nur eine knappe Sekunde über ihrer Bestzeit und ist sich sicher, dass dieses Jahr die Uhr noch einmal unter 2:40 min stehen bleiben wird.

Am Ende durfte sich Patricia 6. Nordbayerische Meisterin nennen und erreichte zusammen mit ihren Teamkolleginnen sogar den ersten Platz.



## Bayerischen Blockmeisterschaften in Markt Schwaben

Am 23.06. ging es für Emilian Beer zu den Bayerischen Blockmeisterschaften der U16 nach Markt Schwaben, um im Disziplinblock Sprint/Sprung anzutreten.

Bei guten äußeren Bedingungen ging es über fünf Disziplinen mit folgenden Leistungen (80m Hürden in 12,79sec; Weitsprung 5,23m, Hochsprung 1,73m; 100m in 13,01sec und Speerwurf 26,99m) durch einen langen Wettkampftag. Mit übersprungenen 1,73m im Hochsprung stellte Emilian einen neuen persönlichen Rekord auf, wobei die Bedingungen mit teilweise böigen Gegenwind nicht ganz

optimal waren. Am Ende sprang für Emilian Gesamtplatz 7 heraus, womit er sehr zufrieden sein konnte.

Jetzt heißt es, die gute Hochsprungleistung zu konservieren oder noch ein wenig auszubauen, da am 20./21.07. für ihn die Bayerischen Einzelmeisterschaften der U16 in Regensburg anstehen.



## 3. Kreisschülerrunde der SG Post/Süd Regensburg

Heuer bereits zum 5. Mal lud die SG Post/Süd Regensburg am 28. Juni zur 3. Kreisschülerrunde der Kinderleichtathletik – diesmal nicht ins eigene Stadion am Kaulbachweg – sondern aufgrund der Sanierung der Rasenfläche auf den Sportplatz der Grundschule Königswiesen ein.

Knapp 140 Kinder in 15 Mannschaften gingen heuer an den Start, mit dabei u.a. auch wieder Teams aus Burglengenfeld, vom ASV Cham und aus Schierling. Nicht zu schlagen waren an diesem Tag die jungen Sportler des SWC Regens-

burg. In allen 3 Wertungen stellten sie überlegen die Sieger, einzig in der Klasse der U12 war ihnen die Mannschaft der SG Post/Süd dicht auf den Fersen.

„Die Wellenreiter“ mit Tobias Lohneisen, Leandro Nzau, Mathilda Zorger, Sylva Fischer, Anton Trinitz, Julian Höfl, Pauline Rösl, Philipp Müller, Hannah Melczer und Leonard Zeilhofer überzeugte vor allem im Medizinball-Stoßen, mussten aber im Hindernislauf und Crosslauf deutlich Punkte lassen.

Unsere „Gipfelstürmer“ mit Marie Lohneisen, Michelle Fritz, Paul Pohl, Benedikt Hirner, Ludwig Kalweit, Magdalena Zeilhofer und Clara Müller belegten in der U10 einen guten 4. Platz und überzeugten vor allem bei den Wechselsprünge mit guten Ergebnissen.

Dank der großartigen und zum Teil spontanen Einsätze der vielen fleißigen Helfer, Betreuer, Eltern, Sportler und auch Kuchenbäcker bekamen wir viel Lob für die Organisation des Sportfestes und möchten dieses gern weitergeben.



## 16 Medaillen bei den Oberpfalzmeisterschaften für Post/Süd Leichtathleten

Insgesamt 16 Medaillen erkämpfte sich der Post/Süd-Nachwuchs bei den diesjährigen Oberpfalzmeisterschaften am 6. Juli auf der Freisportanlage in Eschenbach.

Erfolgreichster Teilnehmer war Philipp Krieg in der AK M12, der bei 4 Starts viermal auf dem Treppchen landete. 3x Gold (75 m in 10,66 sec., 60m-Hürden 10,58 sec., Hochsprung 1,33 m) und Bronze im 800 m-Lauf in 2:46,89 min. lautete seine Bilanz.

In der AK13 der Jungs stellten sich Vinzenz Reindl und Leonard Gehrman (M12) der Konkurrenz. Werfer Leonard Gehrman holte sich einen kompletten Medaillensatz ab. Er erkämpfte sich den Bezirkstitel im Speerwurf mit guten 30,00 m, damit steigerte er seine Bestweite um über 5 Meter. Im Diskuswurf (23,26 m, 2. Platz) und Kugelstoßen (7,39 m, 3. Platz) zeigte er sich ebenfalls stark verbessert. Vinzenz Reindl gewann den 60 m-Hürdenlauf in persönlicher Bestzeit von 10,81 sec., zudem gab es für ihn Silber im 800 m-Lauf (2:37,42 min.) und Platz 4 im 75 m-Sprint (10,73 sec.)



Moritz Köppelle erkämpfte sich im 800 m-Lauf der AK14 den zweiten Platz in 2:31,20 min. Eine AK höher gab es für Emilian Beer die Maximalausbeute, 3 x Gold bei 3 Starts. Sehr gute 5,62 m im Weitsprung, 1,67 m im Hochsprung und mit 12,39 sec. über die 80 m-Hürden gleich noch zusätzlich die Norm für die Bay. Meisterschaften.

Gold und Silber für Therese Reindl im Hochsprung (1,52 m) und im Speerwurf (24,07 m), zudem Platz 6 über die 80 m-Hürden.

Ihre Schwester Klara ging in den Wurfdisciplinen der AK 13 an den Start. Etwas unglücklich die beiden 4. Plätze im Kugelstoßen (6,73 m) und Diskuswurf (16,82 m). Um so größer die Freude über die Silbermedaille im Speerwurf mit neuer persönlicher Bestweite von 24,44 m.



## 3-Disziplinen-Sportfest am 12. Juli

Am Freitag 12.07.19 fand bereits zum dritten Mal das 3-Disziplinen Sportfest der Leichtathletikabteilung statt. Die ursprünglichen Disziplinen Kugelstoßen, Weitsprung und 800m-Lauf wurden nun um die Einlagewettbewerbe Hürdenlauf der U14/U16 und Staffelnwettbewerbe (4x75m/4x100m) erweitert. Insgesamt nahmen 65 Teilnehmer aus fünf Vereinen an den verschiedenen Wettkämpfen teil. In nahezu allen Altersklassen konnte unsere jungen Athletinnen und Athleten sehr gute Ergebnisse in den angetretenen Disziplinen erzielen. Fünf Leichtathleten der SG PostSüd/LG-Telis Finanz erreichten sogar mehrfach die Plätze 1 bis 3.

Zusätzlich erlief sich die M U14-Staffel in der Besetzung Leonhard Gehrman, Alexander Ross, Phillip Krieg und Vinzenz Reindl dank guter Wechsel den ersten Platz.

Ein Wehrmutstropfen war jedoch das Ausweichen auf die Städtische Sportanlage am Weinweg wegen der Sanierung des Rasens am Kaulbachweg und den damit erhöhten logistischen Aufwand. Dank der Unterstützung der vielen fleißigen Helfer konnte das Problem mit Bravour gemeistert werden und alle Sportler hatten einen tollen kurzweiligen Sportabend. Wir hoffen, nächstes Jahr das Sportfest wieder im Stadion am Kaulbachweg ausrichten zu können.



Anerkannter Stützpunktverein

Gefordert durch:



aufgrund eines Beschlusses  
des Deutschen Bundestages

## 14 Medaillen für SG Post/Süd bei der Kreismeisterschaft in Bad Kötzing

Mit insgesamt 14 Medaillen im Gepäck und einigen Bestleistungen traten 8 Nachwuchs-Leichtathleten der SG Post/Süd die Heimreise von der Kreismeisterschaft in Bad Kötzing an.

Bei ihrem ersten Wettkampf in Einzeldisziplinen gewann Pauline Rösl (W10) gleich 3 Medaillen. Gold gewann sie im Weitsprung mit 3,46m und mit 8,27sec. im 50m-Sprint. Bronze gab es für Ihre übersprungenen 1,14m im Hochsprung.

In der W11 erkämpfte sich Hannah Melczer im 800m-Lauf mit 3:15min die Gold-Medaille und im Hochsprung mit 1,14m, höhengleich mit der Zweitplatzierten, die Bronze-Medaille.

Eine ganz tolle Leistung erbrachten die Athleten in der 4x50m-Staffel. Anton Tranitz, Emil Androsic, Tobias Lohnaisen und Leonard Zeilhofer dominierten mit der Zeit von 30,72 sec. klar die Konkurrenz und gewannen Gold.

In der M11 belegte Leonard Zeilhofer mit einer hervorragenden Zeit von 7,80sec. den zweiten Platz im 50-m-Sprint und zeigte gute Leistungen im Hochsprung (1,14m), Weitsprung (3,58m) und Schlagball (26m). 3 Medaillen gab es für Tobias Lohnaisen. Silber gab es für ihn im 800m-Lauf (3:07,21 min) sowie im



Weitsprung mit hervorragenden 3,87m. Dazu gab es dann noch Bronze im Schlagball mit 34,50m.

Emil Androsic erkämpfte sich im 800m-Lauf Bronze (3:07,94 min) sowie Silber im Schlagball mit sehr guten 36 m.

Für Anton Tranitz (M10) war es ebenfalls der erste Wettkampf in Einzeldisziplinen und er errang gleich zwei Bronzemedailles mit super Leistungen im 50-m-Sprint (8,47sec) sowie im Weitsprung (3,45m).



## Oberpfalzmeisterschaften Berglauf:

Am Sonntag 14.07.19 fand im Rahmen des „Gibacht Berglaufs“ in Furth im Wald auch wieder die Oberpfalzmeisterschaft im Berglauf statt. Bei top Laufwetter ging es vom Tagungszentrum in Furth im Wald durch den Ort und anschließend Richtung Golfplatz und Skilift Voithenberg. Dort war das Ziel für die „kurze“ Etappe über ca. 6 km. Für die Oberpfalzwertung ging es jedoch weiter den Berg hinauf über Waldwege und Singletrails zum Gipfelkreuz des „Gibacht“. Am Ende hatte man ca. 10km und knapp 600 Höhenmeter bezwungen.

Unsere Läufer für die SG PostSüd/LG Telis Finanz erreichten dabei ein hervorragendes Ergebnis. Bettina Staiger gewann das Hauptfeld der Frauen und wurde Oberpfalzmeisterin in der AK W50 in 56min01sec. Zusätzlich war sie schnellste Frau über die Strecke. Andi Krebs konnte im gesamten Männerfeld den fünften Platz erreichen. In der AK M45 erreichte er Platz zwei mit einer Zeit von 50min49sec in der Oberpfalzmeisterschaft.



## Wake the Dragon - SG Post/Süd-Schachjugend mit bewegter Saison

Die Saison der Schachjugend hat mit Ferienbeginn ihren Abschluss gefunden. Das Interesse an unseren Trainingsgruppen ist dabei ungebrochen und spiegelt sich in einer weiter wachsenden Teilnehmerzahl wieder. Zusammen waren wir auch wieder bei mehreren Turnieren auf regionaler und überregionaler Ebene vertreten:

Eine kurze Auswahl der Saisonhighlights:

### Oktober 2018 DWZ-Pokal Burglengenfeld

Großer Erfolg beim 2. Amateur- und Jugend-Pokal

U12: Gold und Silber: Ngoc Chau und Abhyud

U10: Bronze: Josh

U8: Silber: Constantin

### Nikolaussimultan im Dezember

Der Nikolaus besucht uns jedes Jahr, mmmh dieser Bart...und sogar beim Simultan zeigt er sein ganzes Können.

### Januar 2019 Oberpfalzmeisterschaft in Schwandorf

Oberpfalzmeisterin in der U12 Ngoc Chau und Vize-Oberpfalzmeisterin Violeta in der U12w



Oberpfalzmeisterschaft Siegerinnen U12w.

### Februar 2019 Südmeisterschild

Im Mannschaftswettkampf mit der Internationalen Schule setzte sich unser Team deutlich durch und holte den Südmeisterschild nach Hause.



Südmeisterschild

### März 2019 Rapidturnier der Bayerischen Schachjugend Neumarkt

Oliver, Ngoc Chau, Julius und Joachim trafen am Brett auf die bayerische Spitze und sammelten wertvolle Turnierfahrung.

### April 2019 Bayerische Meisterschaft auf Burg Wernfels

Eine wieder bestens organisierte Meisterschaft sieht schließlich einen 8. (Violeta) und einen 11. Platz (Ngoc Chau) zu Buche stehen.

### Mai 2019 5. OSJ-CUP (siehe Bericht S. 18)

### Juli 2019 Sommerfest

Den Abschluss fand die Saison bei unserem jährlichen Grillen mit einem kleinen Turnier für unsere Jugendlichen.



### Information 19/20

Aufgrund von beruflichen Gründen steht Roland in der nächsten Saison nicht mehr als leitender Jugendwart zur Verfügung, wird aber weiterhin beim Training und bei Turnieren mithelfen. (Neue Ansprechpartner für einzelne Gruppen werden ggf. noch bekanntgegeben.)

Schöne Ferien  
und bis zur nächsten Saison!

### Was haben wir gelernt dieses Jahr?

- dass wir selbst bei einem ungünstigen Zug des Gegners und einer geballte Zuschauertraube in Burglengenfeld cool bleiben!
- die Drachenvariante die neue Waffe im Schwarzrepertoire mancher PostSüd-Spieler ist...



- ein PostSüd-Spieler Profi im Flirten mit Eisdienverkäuferinnen ist...!?!...
- ein Post-Süd-Spieler an einem Samstag zweimal nach Tegernheim fuhr um dort zuerst Fußball und dann Schach zu spielen...☺.....
- die Baseball-Legionäre ein 1-Cent- Buffet für PostSüd-Jugendspieler anbieten...!?!?...
- auch auf der Zugfahrt nach Weiden zum Turnier Schach gespielt wird...☺.....
- Eis nach einem Jugendkreisligakampf „der Klassiker“ ist ☺☺☺

## Mai 2019: 5. OSJ-CUP



Zum ersten Mal wurde von uns ein offizielles Turnier der Schnellschachserie der Schachjugend Oberpfalz ausgerichtet.

Dank der persönlichen Unterstützung des Direktors und des Leiters der Schulschachgruppe fanden knapp 100 Teilnehmer aus der ganzen Region den Weg ins Regensburger Von-Müller-Gymnasium, das hervorragende Spielbedingungen bot. Ebenso danken wir den Eltern unserer Teilnehmer, die für das leibliche Wohl der Teilnehmer sorgten und das Turnier zu einem großen Erfolg werden ließen. Das Turnier selbst war hart umkämpft und sah an der Spitze Spieler der bayerischen Jugendkader, die sich dann auch im Kampf um den Turniersieg durchsetzten.

Neben den hier aufgezählten Terminen, waren wir ebenso vertreten bei den OSJ-Cups in Weiden und Laaber, dem DWZ-Pokal Kelheim und zum ersten Mal auch mit zwei Teams in der stark besetzten Jugendkreisliga.



**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

## Sommerfest der Schützen



Bei bestem Wetter eröffnete am 20. Juli der 1. Schützenmeister Günter Leja das Sommerfest der Schützen der SG Post/Süd.

Nachdem die bisherigen Feierrmöglichkeiten auf dem angestammten Vereinsgelände durch die Aktivitäten des SSV Jahn immer mehr eingeschränkt worden sind, ist die Abteilung dieses Mal durch Vermittlung von Ulrich Kemerer auf das Jugend- und Kulturhaus der Gemeinde Sinzing am Fährenweg ausgewichen.



Günter Leja beklagte die geringe Teilnahme am diesjährigen Sommerpreisschießen, sodass die Einnahmen nicht die Kosten für die Feier decken konnten, worauf sich später Gerhard Böhm bereit erklärte, den notwendigen Differenzbetrag zu übernehmen. Dies bescherte dem Spender den uneingeschränkten Applaus aller Anwesenden.

Gleich drei runde Geburtstage gab es zu feiern: Marco Djuric wurde 70, Wolfgang Gans 60 und Norbert Hofer 50 Jahre. Marco und Norbert stifteten dazu das

Essen - es gab Spanferkelrollbraten mit Kartoffelsalat und Sauerkraut - während Wolfgang die Getränke dafür bereit hielt. Die drei Jubilare wurden von der Abteilung mit je einem Geschenkkorb bedacht, welcher ihnen vom 2. Schützenmeister Wolfgang Siegmair unter Applaus überreicht wurde.

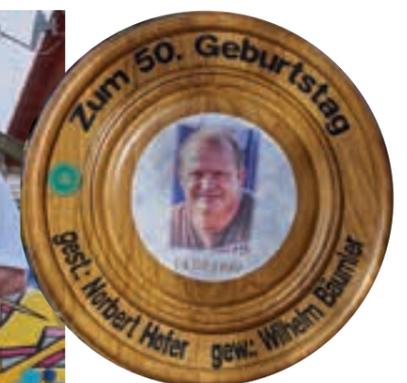
Die weiteren Gewinner der Königspokale beim Sommerpreisschießen waren bei Luftgewehr Andreas Brunner mit einem 14,3 Teiler, bei Luftpistole Günter Leja mit einem 150,0 Teiler und bei Sportpistole Armin Weidinger. Alle Gewinner, auch auf den nachrangigen Plätzen, erhielten Sachpreise zur freien Auswahl.



Höhepunkt des Sommerpreisschießens war jedoch die Geburtstagsscheibe, die Norbert Hofer an die Schützen gab. Überraschender Gewinner wurde Ehrenschiessenmeister Willi Bäumler mit einem 15,0 Teiler mit dem Luftgewehr aufgelegt.

### Sommerpause

Die Schützen gehen in die Sommerpause. Der Schiessbetrieb beginnt wieder in der 1. Septemberwoche. Wir wünschen schöne Ferien!



## Seniorenbricht 3. Quartal 2019

**Was gibt es schöneres, als im Kreise „Gleichgesinnter“ ein Fest zu feiern.**

Am 5. Juni 2019 war es wieder einmal so weit. Unser 5. Picknick wollte gefeiert werden, wie immer auf der Terrasse des Tennisheimes. Und es sollte ein schönes Fest werden, versprach doch auch der Wettergott, dieses Mal ein Einsehen mit uns zu haben und uns Sonne pur zu schicken.

Aber vor dem Preis, kommt bekanntlich der Schweiß. Während die Tänzer mit Reiner bei der Übungsstunde schwitzten, war dies für Gabi und ihre Helferinnen - vielen Dank für euren Einsatz - auf der Terrasse des Tennisheimes der Fall. Sollte doch die Terrasse in einem „festlichen Glanz“ erstrahlen. Und ein 4 Sterne Hotel kann auch keine festlichere Tafel zur Verfügung stellen. Und auch unsere Köchinnen/Köche haben sich wieder übertraffen und ihre „Kreationen“ waren ein „Augen- und Magenschmaus“.



Eine kleine Auswahl der Gerichte, Herz was willst du mehr

Nach dem Sektempfang und dem ersten Gedankenaustausch wurde das Büfett eröffnet.



Ein kühler Schluck zur Begrüßung



Bei dem Angebot fällt die Auswahl schwer

Kaffee und leckere Kuchen rundeten das Essen ab und danach konnte in aller Ruhe ein „Schwätzchen“ gehalten werden, welches ja bei den Übungsstunden zu kurz kommt und auch nicht gewünscht ist



An allen Tischen sah man angeregte Unterhaltungen

Viel zu schnell verging die Zeit. Fazit: Es war wieder einmal ein schönes Fest und wer nicht dabei sein konnte oder wollte, hat etwas versäumt

Am 24. Juli 2019 wurden unsere 3 „besonderen Geburtstagskinder“ geehrt und am 25. Juli 2019 fand unser diesjähriger Ausflug nach Neustadt am Rauhen Kulm und in den Geschichtspark Bärnau statt. Ausführliche Berichte hierzu in der nächsten Ausgabe des Kurier.

Heinz Engerer

**VZ HAUSMEISTER & GARTENSERVICE**

LEISTUNGEN IM ÜBERBLICK

HAUSMEISTERDIENSTE	WINTERDIENST
HANDWERKSARBEITEN	GRÜNLANDPFLEGE
GEBÄUDEREINIGUNG	UMZÜGE & ENTRÜMPELUNG

www.hausmeisterservice-zink.de    www.seniorenkurier-zink.de

Rufen Sie uns an oder besuchen Sie unsere Webseiten um mehr Infos zu erhalten

INFORMATIONEN & LEISTUNGEN

**VZ HAUSMEISTER & GARTENSERVICE**

**SENIORENKURIER**

Adresse: Regensburger Straße 1A, 93083 Obertraubling    Email: info@hms-service.de

☎ 09401 - 9189073    ☎ 0174 - 963 93 88

## Neuwahl zeitigte eindeutigen Vertrauensbeweis

**In einer außerordentlichen Mitgliederversammlung, die am 5. Juli 2019 in der Sporthalle der SG Post/Süd stattfand, wurde die Abteilungsleitung im Amt bestätigt**

Zur Vorgeschichte: 42 Mitglieder der Tennisabteilung stellten einen Antrag auf Einberufung einer außerordentlichen Mitgliederversammlung. Der Grund für die Antragstellung: Neuwahl der Abteilungsleitung, um die Tennis-Abteilung zukunftsfähig aufzustellen sowie die Sicherung des Spielbetriebs für das Spieljahr 2019 zu gewährleisten.

Die Aktion erfolgte unter der Federführung des bis zur Wahl amtierenden 2. Stellvertreters der Tennisabteilung, Herrn Reinhard Mayer sowie dem Mitglied Herrn Sascha Schneider.

Da nicht alle Mitglieder teilgenommen haben bzw. lt. Satzung der SG Post/Süd nicht Teilnahme berechtigt waren, soll dieser Personenkreis an dieser Stelle über den Ablauf und das Ergebnis der außerordentlichen Mitgliederversammlung informiert werden.

Die Versammlung, an der inklusive dem Präsidium des Hauptvereins 97 stimmberechtigte Mitglieder teilnahmen, hatten folgende Tagesordnungspunkte abzuarbeiten:

### TOP 1 Begrüßung

Der Abteilungsleiter begrüßte die zahlreich erschienenen Mitglieder und dankte nicht nur für deren Kommen, sondern auch für das damit gezeigte Interesse an einer weiteren, bewährten und verlässlichen, gut organisierter Abteilungsarbeit.

### TOP 2 Feststellung der ordnungsgemäßen Einladung

Die fristgemäß zum 5. Juli 2019 einberufene außerordentliche Mitgliederversammlung wurde gemäß der aktuellen Satzung durch Aushänge am Tennisheim, der Geschäftsstelle, sowie einer Zeitungsanzeige bekanntgegeben und wurde vom Abteilungsleiter Robert Wingerter geleitet. Auf eine Einladung per Mail wurde wegen fehlender Mailadressen sowie aus datenschutzrechtlichen Gründen verzichtet.

### TOP 3 Berichte des Abteilungsleiters

Der Rechenschaftsbericht des Abteilungsleiters nahm Stellung zu der in der Vergangenheit geleisteten Arbeit.

Vereinzelte Probleme der Vergangenheit wurden genannt und erklärt. Abschließend wurde festgestellt, dass schon aufgrund der stark gestiegenen Mitgliederzahlen sowie des umfangreichen Spielbetriebs im Bereich Kinder und Jugendliche, Aktive und Senioren ein sehr produktives und zukunftsorientiertes Abteilungsmanagement gegeben ist. Die Sicherung des Spielbetriebs für das Spieljahr 2019 ist sowohl finanziell als auch organisatorisch bestens geregelt. Der Bericht wurde durch die weit überwiegende Mehrheit der anwesenden Mitglieder wohlwollend zur Kenntnis genommen.

### TOP 4 Kassenbericht

Für die Kassenführung trägt Traudl Islinger die Verantwortung. Sie legte einen voll umfassenden Bericht vor, der auch das Verhältnis Einnahmen/Ausgaben deutlich widerspiegelte. Zur Kassenführung gab es keine Einwände.

### TOP 5 Aussprache zu den Berichten

Die Aussprache begann mit einem Hinweis auf die Beschaffenheit der Plätze. Von Herrn Dannek wurde in pauschaler und nicht genauer dargestellten Weise der schlechte Zustand der Plätze bemängelt. Sowohl der Abteilungsleiter als auch der 1. Stellvertretende Abteilungsleiter Herr Manfred Greil nahmen hierzu gezielt Stellung und wiesen damit die haltlosen Vorwürfe zurück. Der teilweise nicht optimale Zustand der Plätze ist durch die umfangreichen Bauvorhaben des SSV Jahn Regensburg und der damit verbundenen Wasserknappheit geschuldet und liegt nicht in der Entscheidungsbefugnis der Abteilungsleitung. Vielmehr ist festzustellen, dass den Umständen entsprechend der Zustand aller Plätze als gut bis sehr gut zu bezeichnen ist. Ein wettbewerbsfähiger Spiel- und Freizeitbetrieb ist damit jederzeit gewährleistet.

**TOP 6 Entlastung der Abteilungsleitung**  
Über die beantragte Entlastung des Abteilungsleiters wurde per Akklamation entschieden. Das Ergebnis zeigte eine überwiegende Zustimmung der insgesamt 97 anwesenden und stimmberechtigten Mitglieder. Einlassungen dazu gab es nicht.

### TOP 7 Bestellung der Wahlleitung

Der Abteilungsleiter schlug als Leiter des Wahlausschusses Herrn Dr. Günter Rothmeier vor. Dieser wurde bei 10 Ge-

genstimmen als Vorsitzender des Wahlausschusses bestätigt. Weitere Mitglieder wurden Herr Tzavaras und Herr Brömmel (Vize-Präsident der SG Post/Süd).

Der Ablauf der Wahl wurde intensiv erklärt, die Verwendung der verschiedenfarbigen Stimmzettel nochmals verdeutlicht.

### TOP 8 Wahlen zur Abteilungsleitung

#### Abteilungsleiter

Für die Wahl zum Abteilungsleiter wurde um Anträge gebeten. Vorgeschlagen wurden die Herren Wingerter, Schneider und Dannek. Jeder Kandidat hatte die Möglichkeit sich zu präsentieren, die letztendlich nur von Herrn Schneider reichlich genutzt wurde. Die Wahl wurde mit Stimmzettel geheim und schriftlich durchgeführt.

Wahlergebnis: 58 Herr Wingerter  
38 Herr Schneider  
00 Herr Dannek  
01 ungültig

Endergebnis: Herr Wingerter nahm die Wahl an und bedankte sich für das gezeigte Vertrauen.

#### Stellvertretender Abteilungsleiter

Für die Wahl zum Stellvertreter des Abteilungsleiters wurde um Anträge gebeten. Vorgeschlagen wurden die Herren Greil und Schneider. Die Wahl wurde mit Stimmzettel geheim und schriftlich durchgeführt.

Wahlergebnis: 55 Herr Greil  
41 Herr Schneider  
01 ungültig

Endergebnis: Herr Greil nahm die Wahl an und bedankte sich für das gezeigte Vertrauen.

#### Schriftführer

Für die Wahl zum Schriftführer wurde um Anträge gebeten. Vorgeschlagen werden die Herren Enrico Mayer und Reiner Gruber. Die Wahl wurde mit Stimmzettel geheim und schriftlich durchgeführt.

Wahlergebnis: 29 Herr Mayer  
58 Herr Gruber  
03 ungültig

Endergebnis: Herr Gruber nahm die Wahl an und bedankte sich für das gezeigte Vertrauen.

#### Kassenwart

Für die Wahl zum Kassenwart wurde um Anträge gebeten. Vorgeschlagen wird

Frau Traudl Islinger. Die Wahl wurde, da es nur eine Kandidatin gab, per Akklamation durchgeführt.

Wahlergebnis: 97 Frau Islinger (o Enthaltung bzw. o ungültig)

Frau Islinger nahm die Wahl an und bedankte sich für das gezeigte Vertrauen.

**Jugendwart**

Für die Wahl zum Jugendwart wurde um Anträge gebeten. Vorgeschlagen wurden die Herren Raul Caniparoli und Marco Obletshauer. Die Wahl wurde mit Stimmzettel geheim und schriftlich durchgeführt.

Wahlergebnis: 23 Herr Caniparoli  
64 Herr Obletshauer  
01 ungültig

Endergebnis: Herr Obletshauer nahm die Wahl an und bedankte sich für das gezeigte Vertrauen.

Nach Bekanntgabe der Wahlergebnisse wurde vom Wahlausschuss ein ordnungs- und satzungsgemäßer Ablauf der Wahl festgestellt. Zur Durchführung und zum Ergebnis der Wahlen erfolgten keine Wortmeldungen

Das von den Mitgliedern des Wahlausschusses unterschriebene Wahlprotokoll wurde dem Schriftführer der Tennisabteilung als Anlage zum Protokoll übergeben.

**TOP 9 Schlusswort des neu gewählten Abteilungsleiters**

Der bisherige und neue Abteilungsleiter Herr Robert Wingerter bedankt sich nochmals für das ihm entgegengebrachte Vertrauen sowie bei den Mitgliedern, die durch ihre geleistete Vorarbeit einen reibungslosen Ablauf der außerordentlichen Mitgliederversammlung gewährleisten. Die Versammlung wurde damit geschlossen!

Der neu gewählte Vorstand stellt sich vor:

Reiner Gruber  
(Schriftführer)

7



Von links nach rechts: AL Robert Wingerter, Stellvertreter Manfred Greil, Schriftführer Reiner Gruber, Kassenwartin Traudl Islinger und Jugendwart Marco Obletshauer



AM ALTEN RATHAUS · 93047 REGENSBURG  
TELEFON 0941/51280 · WWW.HOFBRAEUHAUS-REGENSBURG.DE



**Spaß und tolle Ballwechsel vom ersten Tag an!!!**

**Jugendkonzept „Talentinos“ bei der „SG Post Süd Regensburg“**

Als „Talentino-Club“ sehen wir unsere Aufgabe darin, den Spaß am Tennissport auf spielerische Weise zu vermitteln. Kinder von 6- 12 Jahren trainieren bei uns mit den für sie perfekten Schlägern (verschiedene Größen) und Bällen (druckreduziert). Gespielt wird auf einer Spielfeldgröße, die dem jeweiligen Entwicklungsstand entspricht. Hiermit wird garantiert, dass die Kids von Beginn an Tennis SPIELEN und sich nicht erst durch unzählige Schlagübungen quälen müssen.

Da die Trainingsziele in 3 Level unterteilt sind, kann jedes Kind auf seinem derzeitigen Leistungs-niveau trainieren, wodurch eine Überforderung ausgeschlossen ist! Alle Lernfortschritte werden mit Urkunden, Aufkleber und Erfolgspostern belohnt. Die Kinder können somit jederzeit sehen, was sie bereits erreicht haben und was sie noch lernen werden. Das motiviert und macht stolz!

Aktuelles finden Sie auf unserer Website [www.postsued-regensburg.de](http://www.postsued-regensburg.de).

Bei Fragen oder näheren Informationen steht Ihnen unser Jugendwart Marco Obletshauer gerne zur Verfügung!

(marco.obletshauer@gmx.de oder 0157/54490649)



Talentino (BTV)

**„Schleiferl- Turnier“ am 21.09.2019**

Am 21.09.2019 um 10 Uhr lädt die Tennisabteilung alle Kinder und Erwachsenen zu einem „Schleiferl- Turnier“ ein. Vor allem auch die Eltern der Kids sind herzlich willkommen, egal ob sie Mitglied sind oder nicht.

Damit der Spaß garantiert ist, bekommen Erwachsene bzw. leistungsstärkere Spieler ein kleines Handicap, z.B. in Form eines Kinderschlägers oder einer Brat-

pfanne. Gespielt wird gegebenenfalls mit Methodikbällen.

Im Anschluss an das Turnier findet die Siegerehrung, sowie ein kleines Grillfest statt, zu dem alle Teilnehmer und Zuschauer eingeladen sind.

Bei schlechtem Wetter ist der 28.09.2019 (10 Uhr) als Ersatztermin vorgesehen.

Wir alle freuen uns alle auf zahlreiche Teilnehmer!

**Sommer- Tenniscamps 2019**

Auch dieses Jahr finden auf der Tennisanlage der „SG Post Süd Regensburg“ wieder zwei Tenniscamps statt.

Ihre Kinder werden täglich von 9.00-16.30 betreut (inkl. Mittagessen). Alternativ kann auch ein Halbtagescamp (9.00- 12.30) gebucht werden.

Neben Tennis stehen ebenso andere Sportarten wie Volleyball, Hockey, Baseball oder Parcours auf dem Programm. Den Abschluss bildet ein Turnier mit anschließender Preis-verleihung!

**Camp 1: 29.07.- 02.08.2019**

**Camp 2: 02.09.- 06.09.2019**

Für nähere Informationen bzw. Anmeldungen können Sie sich gerne bei Marco Obletshauer melden! (marco.obletshauer@gmx.de oder 0157/54490649)

**Ein Hinweis zum Schluss:**

Sie möchten immer „up to date“ sein oder haben keine Möglichkeit sich vor Ort über das aktuelle Geschehen in der Tennisabteilung zu informieren?

Der einfachste Weg dazu ist : Besuchen Sie einfach unsere Homepage [www.postsued-regensburg.de](http://www.postsued-regensburg.de)

Dann sind Sie immer umfassend informiert und auf dem neusten Stand der Geschehnisse!

# SIE SUCHEN DAS KLEINGEDRUCKTE?

**DAS GEHALTSGIROKONTO ZUM NULLTARIF.**

**MEINE BANK.**  
Mein GiroDirekt

0,- EURO

**MEINE BANK.**

BeratungDirekt 0800 15858-03  
www.meine-bank-no.de

## Vorbereitung für die Tischtennis-Saison 2019/2020

Alle 3 Herrenmannschaften befinden sich in der Vorbereitung für die Saison 2019/2020, die Mitte September beginnt. Die Trainingstage Montag und Mittwoch sind auch in der Spielpause sehr gut besucht.

Die erste Mannschaft startet in der Tischtennis Landesliga Ost-südost. Heimspieltag ist wiederum Sonntag um 13 Uhr. Zuschauer sind herzlich willkommen. Es wird ein hervorragender Tischtennisport geboten.

Der Abgang von Igor Dietrich wird durch Johannes Bauer aufgefangen, der in dieser Saison zum SG Post Süd gewechselt ist. Wir wünschen ihm eine freundschaftliche Aufnahme und viel Erfolg.

Die zweite Mannschaft tritt in der Bezirksliga Gruppe 1 West (Oberpfalz-Süd) an. Die Heimspiele werden freitags (20 Uhr) ausgetragen.

Schließlich startet die dritte Herrenmannschaft in der Bezirksklasse A Gruppe 2 R/Keh (Oberpfalz-Süd). Obwohl eigentlich der Montag als Trainingstag etabliert ist, wird die 3. Mannschaft ihre Heimspiele montags um 20 Uhr austragen. Bitte entnehmen der ausgehängten Terminliste, wann Heimspiele stattfinden. Wir haben vereinbart, dass an diesen Montagen (9 Spieltage im Jahr) möglichst kein Training stattfindet.

Die diesjährige Vereinsmeisterschaft werden wir nach Bekanntgabe der Spielpläne zu Saisonbeginn durchführen. Der Termin wird kurzfristig bekannt gegeben.

Wir wünschen allen Mannschaften eine erfolgreiche Saison 2019/2020.

Jürgen Scholze, Ulrich Jacob



## Wanderung nach Eichhofen Samstag, den 4. Mai 2019

*Nach einigen warmen Frühlingstagen war für diesen Samstag ein Wintereinbruch mit Kälte und Regen vorhergesagt. Trotz des trüben Wetters waren 18 Wanderlustige in Fahrgemeinschaften zum Sportplatz in Nittendorf gekommen. Die Kleidung hatten wir der niedrigeren Temperatur angepasst.*

Nach einer kurzen Begrüßung zogen wir los erst durch den Ort, dann hieß es hinaufsteigen auf den Alpinensteig. Die Wege waren trocken und gut behebbar. Am Wald- und Wiesenrand blühten noch die Schlüsselblumen. Oben genossen wir den Ausblick ins Laabertal

und auf Schönhofen. Anschließend stiegen wir wieder ab und wanderten unter den Felsen des Alpinensteiges auf ebenen Weg nach Eichhofen.

Um 11.30h erreichten wir die dortige Schlossbrauerei. Ein paar Nachfahren gesellten sich noch zu uns. Das Essen wählten wir aus der Karte aus. Diese war auf die Spargelzeit ausgerichtet und enthielt außer Spargel mit Kartoffeln und Sauce Hollandaise einige weitere Gerichte mit Spargel. In dieser Mittagspause ging draußen ein Regenschauer nieder.

Um 13.45h traten wir den Rückweg an. Auf hügeligen Wald- und Wiesenwegen, die nun sehr nass waren ging es wieder Richtung Nittendorf. Der Regen begleitete uns nun mehr oder weniger. Doch wir waren gut ausgerüstet mit Schirmen und Anoraks.

Gegen 15.00h gelangten wir an unserem Ausgangspunkt, dem Sportplatz in Nittendorf an. Nach einem gelungenen Wandertag bestiegen wir die Autos und fuhren zufrieden nach Hause.



## Wanderung Oberndorfer Weinberge Zeugnisse des Weinbaus und Orchideenwiesen

Samstag 1. Juni 2019

*Um 10.00h hatten sich gut 30 Wanderlustige in Graßlfing am Parkplatz eingefunden. Wie immer erfolgte die Anfahrt mit den Autos in Fahrgemeinschaften.*

Das Wetter hatte sich dem dem ziemlich kühlen Mai von einem Tag auf den anderen entschlossen sommerlich zu werden. So zogen wir nach einer kurzen Begrüßung bei Sonnenschein und blauem Himmel los. Die Route führte uns über die Wiesen und durch kleine Wälder auf guten Wegen immer leicht bergauf und bergab. Unterwegs machten wir öfter Halt um den Erklärungen unseres Wanderführers Peters zuzuhören wie es früher mit den Weinbergen war. Auch



kleine Abstecher zu schönen Ausblicken ins Donautal nahmen wir gerne mit.

Die angesagten Orchideen auf der Wiese fanden wir leider noch nicht. Es war zu früh für die Blüte.

Dafür sorgten aber viele andere Blümchen für bunte Tupfer im Grün. Kurz vor Matting, fast schon im Tal, legten wir

noch eine Schleife am Waldrand ein. Gegen 12.15h erreichten wir das Zunftstüberl an der Donau in Matting.

Unser Mittagessen nahmen wir im Biergarten ein. Nachher besuchten wir noch die Weinstube im 1. Stock. Hier befinden sich an den Wänden in den Fensternischen Reste von Fresken aus den Jahren 1607, 1608.

Um 14h waren wir zum Rückmarsch bereit. Es ging wieder bergauf über Wiesen und durch Wald. Auch da erhielten wir Informationen, besonders zu den Mühlen die sich ehemals in dem Gebiet an der Donau befanden. Wir bekamen nun die ganze Kraft der Sonne zu spüren und es flossen viele Schweißtropfen. Aber um 15.00h hatten wir es geschafft und kamen mehr oder minder erschöpft in Graßlfing bei den Autos an. Wir bedankten uns bei Peter für sein interessanten Auführungen unterwegs und steuerten nach dieser herrlichen Wanderung Regensburg an.



## Wanderung Bad Abbach – Oberndorf – Bad Abbach (Paul-Pemsel-Steig)

Samstag 5. Juli 2019

Es sollte ein sehr warmer Sommertag werden. Die Sonne strahlte schon am Morgen von einem blauen Himmel und die Temperatur stieg rasch an. Um 10.00h waren 18 Wanderlustige am Parkplatz bei der Fußgängerbrücke in Bad Abbach versammelt. Wie immer hatten sie in ihren Autos Fahrgemeinschaften gebildet.



Der Weg führte uns ein kurzes Stück leicht ansteigend durch den Ort. Anschließend hieß es im Wald auf dem Paul-Pemsel-Steig sichestetig, mal steil, mal weniger steil bergauf zu kämpfen. Die meisten hatten wie empfohlen ihre Wanderstöcke mitgebracht und diese erwiesen sich als sehr nützlich. Oben auf der Höhe konnten wir ein paar herrliche Blicke ins Donautal genießen. Dabei waren auch die Trinkpausen sehr willkommen. Der Aufstieg kostete doch ziemlich viel Schweiß. Dann erwartete uns nach einer kürzeren ebenen Strecke der Abstieg zur Donau. Der erfolgte auf einem recht steilen, schmalen Pfad. Die letzte Etappe legten wir auf dem Donaudamm zurück. Da hatten wir immer wieder auf Radler zu achten, die uns überholten oder entgegen kamen. Gegen 12.30h erreichten wir den Gasthof Berghammer in Oberndorf. Hier war im Freien ein Tisch für uns reserviert. Wir freuten uns schon auf die kühlen Getränke und ließen uns das aus der Karte ausgesuchte Essen schmecken.

Um 14.15h wurde zum Rückmarsch aufgerufen. Die Sonne stand nun am höchsten und brachte uns erneut heftig zum Schwitzen. So waren wir froh dass wir bis Bad Abbach nur die 30 Minuten auf dem Donaudamm laufen mussten, den dort gab es kaum Schatten. Auch die Radfahrer nutzten den Tag für ihre Touren. Etwa um 14.45h waren wir wieder bei den Autos. Einige gingen noch auf ein Eis nach Bad Abbach, die meisten bestiegen nach diesem herrlichen Wandertag ihre aufgeheizten Autos und fuhren gleich nach Hause. Vor allem wird uns der wunderbare und abwechslungsreiche Hinweg noch lange in Erinnerung bleiben.



Mehr Infos unter:  
sparkasse-regensburg.de/  
privatkredit

Sich was gönnen  
ist einfach.



Weil die Sparkasse verantwortungsvoll mit einem Kredit helfen kann.

Erfüllen Sie sich Ihre Wünsche. Mit dem Sparkassen-Privatkredit.

Günstige Zinsen.  
Schnelle Zusage.  
Flexible Laufzeiten.  
Sofortige Auszahlung.  
Jederzeitige Rückzahlung.

Sparkasse  
Regensburg

sparkasse-regensburg.de/privatkredit

### 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](mailto: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 4/2019  
18. Oktober 2019**

### 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 05/2018)

<b>Präsident</b>	<b>Peter Gritsch, Tel. 0160/98929925</b> - 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
<b>Vizepräsident</b>	<b>Heinrich Brömmel, Tel. 0171/3320296</b> - Vertreter Peter Gritsch Ansprechpartner für Abteilungs- und Übungsleiter, Integrationsbeauftragter (IDS), Mitgliederverwaltung CVP, Ehrungen, Geburtstage, Betreuung der Geschäftsstelle, Mitglied der Schiedsstelle <b>Karin Gritsch, Tel. 0175/4105997</b> - Vertreter Roswitha Lehner Breiten-, Familien- und Freizeitsport, Marketing, Werbung, Öffentlichkeitsarbeit, Koordination Veranstaltungen, Inventarverwaltung <b>Roswitha Lehner, Tel. 09403 / 8349 (p)</b> - Vertreter Karin Gritsch Hallenbelegungen, Betreuung der Sportstätten, Führung der Vereinschronik
<b>Schatzmeister</b>	<b>Norbert Bambl, Tel. 0941 / 98122 (p)</b> - Vertreter P. Gritsch, H. Brömmel Finanzen aller Art, Zahlungsverkehr, Beantragung v. Zuschüssen der Stadt und BLSV, Übungsleitervergütung, Großgerätebeschaffung, Finanz-Haushaltsplan, Kontenführung, Budgetierung Abteilungen
<b>Jugendwartin</b>	<b>Patricia Weiß, e-Mail: jugendwart@postsued-regensburg.de</b> - Vertreter Stefania Moor Leiterin des Jugendrates, Ansprechpartner für alle Jugendwarte der Abteilungen
<b>Jugendsprecher</b>	<b>Anna Stoelcker, e-Mail: Jugendsprecher@postsued-regensburg.de</b>
<b>Mitglied des erweiterten Präsidiums</b>	<b>Marianne Reif, schriftfuehrer@postsued-regensburg.de</b> - Vertretung Geschäftsstelle Schriftführung, Sitzungsprotokolle <b>Dr. Thomas Burger, Tel. 0941 / 6988411 (g)</b> Verbindungen zu Stadt und SSV Jahn, Aufbau von Netzwerken aus Wirtschaft und Medien <b>Josef Zweck, leichtathletik@postsued-regensburg.de</b> Unterstützung Jugendrat
<b>Ehrenrat</b>	
<b>Vorsitzender</b>	<b>Gerhard Bornschlegl, Tel. 0941 / 45678</b>
<b>Beisitzer</b>	<b>Sturmhart Schindler, Tel. 0941 / 998545</b> und <b>Judith Bachleitner, Tel. 0941 / 92756</b>



## UNSER SPORTANGEBOT

<b>AIKIDO</b> Stefan Weinzierl ☎ 01525 3688544	<b>BADMINTON</b> Bernd Schwarz ☎ 0174/3418774 09405/609871	<b>DAMEN- GYMNASTIK</b> Roswitha Lehner ☎ 09403/8349	<b>FITNESS</b> Karin Gritsch ☎ 0941/99667	<b>FLOORBALL</b> Karlis Bubins ☎ 0174/7043146
<b>HANDBALL</b> Arnold Anton ☎ 0170/5647154	<b>HEMA</b> Sebastian Girg, ☎ 0157/56989970	<b>KEGELN</b> Christa Schuster ☎ 09402/8596	<b>KINDER- SPORT</b> Maria Ludwig ☎ 0941/999666	<b>KORONAR- SPORT</b> Kurt Rudner ☎ 0941/48936
<b>LEICHTATHLETIK</b> Josef Zweck ☎ 0941/998529	<b>NINJUTSU</b> Rudolf Forster ☎ 0160/94928200	<b>ROCK `N` ROLL</b> Astrid Schönhütl ☎ 0941/90234	<b>SCHACH</b> Ralf Smekal ☎ 09482/959593	<b>SCHÜTZEN</b> Günter Leja ☎ 0171/9340851
<b>SENIOREN- SPORT</b> Gabriele Engerer ☎ 0941/7058760	<b>SKI</b> Alexander Busch ☎ 09493/9528452	<b>TENNIS</b> Robert Wingerter ☎ 0941/97289		
<b>TISCHTENNIS</b> Jürgen Scholze ☎ 0941/999466	<b>VOLLEYBALL</b> Sabine Gnahn ☎ 0151/58860482	<b>WANDERN</b> Hubert Pfister ☎ 0941/95426		

### Hier trainieren wir:

Sportpark SG Post/Süd  
 Kaulbachweg 31  
 93051 Regensburg

**3LSV**  
 BAYERISCHER LANDES-SPORTVERBAND e.V.



- 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