



**SKI - UND WANDERCLUB**  
1946 e.V. Regensburg

# CLUBNACHRICHTEN



LAUF<sup>UND</sup>BERG  
KÖNIG



... direkt am Arnulfplatz

Neuhausstrasse 4 | 93047 Regensburg  
09 41 - 64 66 36-0 | info@laufundberg-koenig.de

[www.laufundberg-koenig.de](http://www.laufundberg-koenig.de)

**LEX**  
Laufexperte

**IHR LAUF- UND BERGSPORT SPEZIALIST IN REGENSBURG**

LAUFKURSE\_LAUFTREFF\_KLETTERKURSE\_BERGTOUREN/FÜHRUNGEN\_VORTRÄGE\_EVENTS\_LEIHAUSRÜSTUNG

**outdoor  
profis**

**MAMMUTSTORE**  
REGENSBURG

Ludwigstrasse 3 | 93047 Regensburg | Deutschland  
09 41 - 64 66 36-20 | [regensburg@mammutstore.de](mailto:regensburg@mammutstore.de)  
[www.mammut.ch](http://www.mammut.ch)

## Liebe Mitglieder,



Manche mögen´s heiß und trauern dem Sommer nach, andere sehnen sich schon nach dem nächsten Wintermärchen. Aber Frau Monroe und Herr Heine waren halt nicht im SWC, bei uns ist nämlich immer was los!

Klar, die Sommersaison war ereignisreich, man denke nur an die leichtathletischen Großereignisse Oberpfalzmeisterschaften und Jedermannzehnkampf, die der SWC auch dieses Jahr wieder ausgerichtet hat. Unsere Helfer, Kampfrichter, das Wettkampfbüro und das Verpflegungsteam unter der Gesamtleitung von Josef Koller und Michael Duchardt haben diese beiden Veranstaltungen in fast schon gewohnter Routine wieder zu einem vollen Erfolg werden lassen. Oder man denke an die Leistungen unserer Aktiven, die wieder zahlreiche gute Ergebnisse erzielt haben, welche man auf den nachfolgenden Seiten in Einzelheiten nachlesen kann. Und wir Skifahrer sind in Ermangelung der weißen Pracht auf Sand Ski gefahren (s. dazu den Bericht auf S. 9) oder haben uns mit dem Fahrrad die Berge rauf- und runtergestürzt. Auch dabei kann man Kurvenkräfte und Geschwindigkeit erleben.

Trotzdem: Im Winter wird´s auch nicht langweilig! In den drei Ski-Sparten laufen die Saisonvorbereitungen auf Hochtouren. Die Rennläufer werden sich spätestens Anfang Oktober zum ersten Mal im Schnee tummeln, am 22. Oktober findet die Saisonwechsel-party aller Sportler im Leeren Beutel statt, und ab dann jagt ein Termin den nächsten: Ausbildungswochenenden, Jugend- und

*Titelbild: Kinderleichtathletik am Weinweg*



Familien-Skiausfahrten, Skikurs, Skikursabschlussfahrt, Rennwochenenden, Lawinencamp, Freeride-Camp, Synchro-Events, Skitouren, usw. und so fort.

Fit machen für all das – oder noch fitter machen – kann man sich in der Skigymnastik, die immer donnerstags von 17:45 bis 19:00 Uhr in der Halle des Werner-von-Siemens-Gymnasiums stattfindet, und deren Besuch ich in diesem Zusammenhang natürlich ausdrücklich empfehle.

Und selbstverständlich werden auch die anderen Sparten die nächsten Monate nicht winterschlafend verbringen. Wer nichts verpassen möchte, dem lege ich die Lektüre dieses Heftes ans Herz, oder auch unserer Homepage ([www.swc-regensburg.de](http://www.swc-regensburg.de)), auf der man Programminformationen noch aktueller erhalten kann.

Der kommende Winter wird zwar hoffentlich kalt und weiß, aber er wird auch heiß!

Bis bald im Schnee,

*Euer Severin Kornprobst*

*Spartenwart Skilehrwesen*

*Umschlagrückseite: Treffpunkt Jedermann-Zehnkampf*

# VORSTANDSCHAFT UND AUSSCHUSS

## VORSTANDSCHAFT

1. Vorsitzende	Dr. Ursula Breikopf	0941/379849
2. Vorsitzender	Markus Eigenstetter	09404/640694
1. Kassier	Robert Obermeier	0941/37720
Ehrenvorsitzender	Franz Obermeier	0941/31110

## AUSSCHUSS

Breitensport	Gerlinde Mokross	0941/34160
Kegeln	Ursula Eigenstetter	0941/71474
Leichtathletik	Michael Duchardt	0160/7043839
	Josef Koller	0941/28063898
Schwimmen	Christine Obermeier	0941/37720
Ski alpin	Andreas Gebert	0941/2067768
Skilehrwesen	Severin Kornprobst	0941/6988660
Ski nordisch	Dominik Schmeer	0941/7501044
Turnen	Wolfgang Straube	0941/26095640
Wandern	Stefan Dettenhofer	0941/38396266
2. Kassier	Michael Duchardt	0160/7043839
Beisitzer	Sabine Garatva	0941/270014
Jugendwart	Felix Pensl	0941/7020126
Vertretung Bad Abbach	Franz Sedlmeier	09405/7154

## GESCHÄFTSSTELLE

Leitung	Helmut Sandner	0941/71158 geschaeftsstelle@ swc-regensburg.de
---------	----------------	------------------------------------------------------



# SPORTPROGRAMM

## Leichtathletik ab 11. Oktober

Mo: 16.00 – 17.30 Uhr	Schüler- und Jugendtraining, Trainer: Josef Koller, Henriette Kalden, Sven Engelmann	Clermont-Ferrand-Schule
Di: 17.45 – 19.00 Uhr 18.30 – 20.00 Uhr	Buben 1998 und jünger, Mädchen 1999 und jünger Training Schülerinnen B, Jugend, Aktive, Senior/inn/en, Trainer: Josef Koller, Sven Engelmann, Andrea Holzapfel, Andreas Mokoß, Sabine Schindler, Heike Scholz	Goethe-Gymnasium
Mi: 17.30 – 20.00 Uhr	Lauftreff und Krafttraining nach Absprache	Sportanlage Weinweg
Do: 17.45 – 19.00 Uhr 18.30 – 20.00 Uhr  19.30 – 21.00 Uhr  21.00 – 22.00 Uhr	Buben 1998 und jünger, Mädchen 1999 und jünger Schülertraining für Wettkampfteilnehmer, Jugend, Aktive, Senior/inn/en, Trainer: Josef Koller, Sven Engelmann, Andrea Holzapfel, Andreas Mokoß, Sabine Schindler, Heike Scholz,  Jedermann/-frau, Senioren, Leichtathletik für Wiederein- steiger, Neustarter und Hobbysportler, Trainer: Michael Duchardt, Markus Eigenstetter, Jan Ropohl  Basketball für jedermann	Goethe-Gymnasium
Fr: 19.00 – 21.00 Uhr	Volleyball, Trainer: Andreas Gebert	Napoleonstein
Sa: 10.00 Uhr	Training spezifische Disziplinen nach Absprache (Fachtrainer)	RT-Halle, Oberer Wöhrd

## Kinderleichtathletik/Breitensport Kinder & Schüler

Mi: 17.30 – 19.00 Uhr	Alle Altersstufen bis 10 Jahre, Bitte pünktlich sein, die Schule ist nach Trainingsbeginn wieder versperrt. Trainer: Andrea Holzapfel	Kreuzschule
Fr: 16.00 – 17.00 Uhr Fr: 17.00 – 18.00 Uhr	Eltern-Kind-Turnen, Kleinkinder Turnen Bitte pünktlich sein, die Schule ist nach Trainingsbeginn wieder versperrt, Trainer: Johanna Weichselgartner, Bärbel Mokoß	Kreuzschule

## Impressum

Ski- und Wanderclub 1946 e.V. Regensburg  
www.swc-regensburg.de info@swc-regensburg.de  
Geschäftsstelle: Prinz-Rupprecht-Str. 38/III, 93053 Regensburg  
Konten:  
Postgiroamt Nürnberg, Kto. 116699-85, BLZ 760 100 85  
Volksbank Regensburg, Kto. 13749, BLZ 75090000  
Sparkasse Regensburg, Kto. 15131, BLZ 75050000  
Bezugspreis ist im Mitgliedsbeitrag enthalten.  
Verleger: Ski- und Wanderclub  
Druck: www.flyeralarm.de

## Schwimmen - Schwimmtraining Einlass jeweils 5-15 Minuten vor Kursbeginn

Mo: 17.15 – 18.00 Uhr	Kleinkinder und ältere Geschwister	Hallenbad Gabelsberger Str. 14
Mo: 18.15 – 19.00 Uhr	Kleinkinder und Schüler	Hallenbad Gabelsberger Str. 14
Mo: 19.00 – 19.45 Uhr	Schüler	Hallenbad Gabelsberger Str. 14
Mo: 19.45 – 20.30 Uhr	Freies Schwimmen für Jugendliche und Erwachsene	Hallenbad Gabelsberger Str. 14

Trainer für Nichtschwimmer und Schwimmanfänger: Barbara Blank, Lili Gerlach, Theresa Göser, Katrin Holzapfel, Felix Lindner, Bärbel Mokroß, Christine Obermeier, Juliane Schwabenbauer

Trainer für Fortgeschrittene und Technikschiulung:

Jessica Gerlach, Rebecca und Yasmin Kleinert, Felix Lindner, Stefan Obermeier, Vroni Schwan



## Turnen

Mo: 20.00–22.00 Uhr	Männer/Frauen und Jugendliche ab 14 Jahre, Trainer: Wolfgang Straube, Heidi Esser, Jens Mai	Werner-von-Siemens-Gymnasium
Di: 16.00 – 16.45 Uhr	Elternkind- und Kinderturnen, Start ab 29.09.2010, Trainer: Uschi Langer	Prüfeningr Grundschule Killermanstraße
Di: 17.30 – 19.30 Uhr	Kinderturnen für Buben und Mädchen ca. 6 – 14 Jahre, Trainer: Kati Langer, Michael und Rainer Ziereis, Doro Kübel	Prüfeningr Grundschule Killermanstraße
Di: 16.45 – 17.30 Uhr	Kinderturnen (Vorschulalter), Trainer: Uschi Langer	Prüfeningr Grundschule Killermanstraße
Fr: 15.00 – 16.30 Uhr	Schüler/Schülerinnen 10 – 14 Jahre, Trainer: Heidi Esser	Werner-von-Siemens-Gymnasium
Fr: 16.30 – 18.30 Uhr	Ab 16 Jahren, Trainer Wolfgang Straube, Heidi Esser, Jens Mai	Werner-von-Siemens-Gymnasium

## **Breitensport Jugend & Erwachsene**

Mo: 18.00 – 19.00 Uhr	Fitnessgymnastik mit Step, Trainer: Bettina Henkel	Kreuzschule oben
Mo: 19.00 – 20.00 Uhr	Wirbelsäulengymnastik, Trainer: Ruth Kleineidam	Kreuzschule oben
Mo: 20.00 – 21.00 Uhr	Hallenhockey, Trainer: Gerhard Herrmann	Kreuzschule oben
Di: 17.00 Uhr	Jogging/Nordic Walking, Trainer: Bettina Henkel	Parkplatz Westbad
Mi: 18.30 – 20.00 Uhr	Dynamic Bodystyling, Trainer: Christina Träger/Regina Abt	Kreuzschule oben
Do: 18.00 – 19.00 Uhr	Fit durch den Winter – Gymnastik mit Musik Trainer: Martina Turner	Pestalozzischule
Fr: 16.00 – 17.00 Uhr	Ballspiele, Trainer: Johannes Lang	Posthalle bzw. Freigelände

## **Kegeln**

Mi: ab 19.00 Uhr	Training, Trainer: Ursula Eigenstetter	Leistungszentrum Dechbettener Str.
------------------	----------------------------------------	------------------------------------

## **Skifahrer**

Do 17.45 – 19.00 Uhr	Skitraining, Trainer: Richard Böttcher	Werner-v.-Siemens-Gymnasium
----------------------	----------------------------------------	-----------------------------

## **Sportprogramm Bad Abbach - Leichtathletik**

Mi: 19.00 – 20.00 Uhr	Schüler/innen Techniktraining	Turnhalle Grundschule
Do: 18.30 – 19.30 Uhr	Schüler/innen Grundlagentraining	Turnhalle Grundschule
Fr: 17.00 – 18.30 Uhr	Lauf/Krafttraining	

## **PROGRAMM - ÄNDERUNGEN**

Unser Sport- und Veranstaltungsprogramm wird täglich in der Mittelbayerischen Zeitung im Schwarzen Brett „Sportvereine“ veröffentlicht oder kann auf unserer Homepage nachgelesen werden: [www.swc-regensburg.de](http://www.swc-regensburg.de)

# **Boettcher** **energie**

**DIESEL · HEIZÖL · SCHMIERSTOFFE**

- 🔥 **Heizöl EL**
- 🔥 **Pflanzenöle**
- 🔥 **Premium Heizöl**
- 🔥 **Schmierstoffe**
- 🔥 **Premium Heizöl schwefelarm**
- 🔥 **Nerta Reinigungsmittel**
- 🔥 **Super Diesel**
- 🔥 **Ad Blue**
- 🔥 **Campa-Biodiesel**
- 🔥 **Holzpellets**



92421 Schwandorf  
**0 94 31 / 5 14 83**

93055 Regensburg  
**09 41 / 56 03 33 o. 34**

**ESSO** **Mobil**  
Vertriebspartner für Schmierstoffe

[www.boettcher-energie.de](http://www.boettcher-energie.de)  
[info@boettcher-energie.de](mailto:info@boettcher-energie.de)



## Sandski am Monte Kaolino

### Sommertraining für die Skiübungsleiter

Die Oberpfalz hat bemerkenswerte Seiten; eine davon ist, dass man hier auch im Sommer Skifahren kann. Davon haben sich einige unserer Skiübungsleiter an einem überaus sonnigen Junisonntag überzeugt: Mit alten Skischuhen und reichlich Sonnencreme ausgerüstet, machte man sich auf nach Hirschau zum Monte Kaolino. Die ersten Abfahrten kämpfte man noch mit der Sand-Technik, aber von Richard Böttcher gecoacht hatten bald alle die richtige Rücklage und genügend Mut zum Schuss, um locker den Sandberg hinunterzukurven.

Sandskifahren macht staubig; ein Sprung ins Wasser des zu Füßen des Monte liegenden Freibades war dann die erfrischende Abrundung für einen wunderbaren Sommerausflug.

von Ursula Breitkopf





## **SWC-Skibazar**

**Samstag, 9. Oktober 2010, 15.00 Uhr, St. Bonifaz, Killermannstraße 26-28**



Die Ausrüstung für die neue Saison und Absatzmöglichkeit für nicht mehr Gebrauchtes gibt es am Samstag, den 9. Oktober im Großen Pfarrsaal von St. Bonifaz. Kaffee gibt es auch, wer Kuchen spendet, erhöht die Verweildauer der Kundschaft und belebt damit das Geschäft.

Skibazar-Verkäufer werden gebeten, sich per e-mail unter [info@swc-regensburg](mailto:info@swc-regensburg) bis 7. Oktober 2010 zu melden, damit wir genug Tische bereitstellen.

## **SWC-Sand&Schnee-Party zum Saisonwechsel**

*am Freitag, den 22. Oktober 2010, 20.30 Uhr im Leeren Beutel*

Der Herbst kommt und damit wird es Zeit, die Spikes wieder gegen bekannte Bretter auszutauschen. Das wird gefeiert, und zwar bei unserer Sand- und-Schnee-Party am 22. Oktober

2010, 20.30 Uhr im Festsaal des Leeren Beutels, Bertoldstraße 9 (für die Skiübungsleiter zuvor Übungsleiterbesprechung um 19.30).

Alle SWC-ler sind eingeladen!!



### **Teelust Via Ponte**

**Das Original seit 1954**

Tee / Kaffee

Wählen Sie aus über 250 Teesorten!

Frühstück ab 08:00 Uhr

Brückstraße • 93047 Regensburg

Tel. 0941 / 5 76 12

Mo. - Fr.: 08:00 - 18:00

Sa.: 09:00 - 20:00 Uhr

[www.via-ponte.de](http://www.via-ponte.de)

online-shop: [www.teelust.de](http://www.teelust.de)



Tee - Kaffee - Geschenke - Zubehör

# ||| DAS SPORTHAUS

SPORT GOLDHACKER

## Profi Ski und Board Service

- BELAG AUSBESSERN  
Für besseren Fahrkomfort
- BELAG-TUNING  
Für Kraft sparendes  
Schwüngen und  
leichtes Gleiten
- KANTEN-TUNING  
mit Spiegel-Finish:  
Bester Halt auf allen Pisten  
für höchste Sicherheit
- WACHSEN  
für herausragendes  
Gleiten und Drehen



Your global partner  
for snowsport



Wir sorgen für Ihre maximale Sicherheit  
und den größten Fun-Faktor!

# Partner des Sports



NORDICA



Im Gewerbepark C74  
93059 Regensburg

Tel: 0941 - 4613006  
Mo-Fr: 12:00-19:00/Sa: 09:00-13:00

www.pflugfahrer.de

## **Saisoneröffnungsfahrt vom 10. - 12. Dezember 2010 mit Clubmeisterschaften Ski Alpin**

**Wochenendskiausfahrt (mit Übungsleiterausbildung) nach Radstadt (Skigebiete: Reiteralm, Obertauern, Schladming oder Dachsteingletscher)**

**Achtung: neue Anmeldungsmodalitäten!**

Unterkunft im Ferienhotel Stieglerhof mit Wellness-Oase

Busabfahrt: 10. Dezember, 16:00 Uhr an der Städt. Sportanlage Weinweg

Preis für die Halbpension:

Erwachsene (ab 16 Jahren)	120,- Euro
Jugendliche (13-15 Jahre)	90,- Euro
Kinder (10-12 Jahre)	75,- Euro
Kinder (4 - 9 Jahre)	70,- Euro

Leistungen:

Busfahrt und Übernachtung in Komfortmehrbettzimmern (Dusche, WC, Fön, Sat-TV), Halbpension (reichhaltiges Frühstücksbuffet und dreigängiges Abendessen).

Kostenlose Nutzung der Wellnessoase (mit Finnischer Stub'n Sauna, Aroma-dampfbad, Biosoftsauna mit Farblichtbad, Infrarot-Wärmekabine, Erlebnisduschen, Kneippbecken, Freiluftbereich, Ruhetepidarium)

Um die Busauslastung zu gewährleisten und die günstigen Preise zu garantieren, kann die Fahrt nur pauschal mit Busfahrt angeboten werden. Eine Kinderbetreuung ist leider nicht möglich.

**Die Anmeldung ist erst gültig mit Zahlungseingang des fällig werdenden Betrages für die Halbpension (bitte selbst ausrechnen!) auf dem Konto des SWC Regensburg, Konto Nr. 15131 bei der Sparkasse Regensburg, BLZ 750 500 00.**

**Den Betrag für die Liftpässe werden wir auf der Hinfahrt im Bus kassieren. Bitte entsprechend Bargeld einplanen!**

Für den Lift ist für beide Tage ungefähr mit folgenden Preisen zu rechnen:

Erwachsene (ab Jahrgang 1991)	68,- Euro
Jugendliche (Jahrgang 1992-1994)	47,- Euro
Kinder (Jahrgang 1995-2004)	28,- Euro

Für die Skipässe wird zusätzlich ein Pfand von 3,- Euro erhoben.

Weitere Informationen und Anmeldung: e-mail: [markus.eigenstetter@swc-regensburg.de](mailto:markus.eigenstetter@swc-regensburg.de)  
Tel. 09404/640694

Anmeldeschluss: 12. November 2010

Die Clubmeisterschaft findet Samstag Nachmittag statt, die Siegerehrung am Samstag Abend.

Anmeldung zur Clubmeisterschaft für Mitglieder, die nicht an der Ausfahrt teilnehmen, bei Andreas Gebert ([gebertandi@googlemail.com](mailto:gebertandi@googlemail.com)).

# WEINLAND · STRAUBE

---

## RECHTSANWÄLTE

Margaretenstr. 11, 93047 Regensburg, Tel: 0941-29718-0, Fax: 0941-25650  
Email: [info@rae-regensburg.de](mailto:info@rae-regensburg.de)  
[www.rae-regensburg.de](http://www.rae-regensburg.de)



**Wolfgang Straube**  
Rechtsanwalt seit 2006  
**Fachanwalt für Miet- und  
Wohnungseigentumsrecht**

Vorwiegend tätig im Bereich des Miet- und  
Wohnungseigentumsrechts, Bau- und  
Architektenrechts sowie des allgemeinen zivilen  
Vertragsrechts



**Karl Straube**  
Rechtsanwalt seit 1974  
**Fachanwalt für Bau- und Architektenrecht**  
**Fachanwalt für Medizinrecht**

Vorwiegend tätig im Bereich des Bau- und  
Architektenrechts, Werkvertragsrechts sowie des  
Medizin- und Arzthaftungsrechts.



**Haymo Weinland**  
Rechtsanwalt seit 1985  
**Fachanwalt für Versicherungsrecht**  
**Fachanwalt für Verkehrsrecht**

Vorwiegend tätig im Bereich des Verkehrszivilrechts,  
des Verkehrsstraf- und Ordnungswidrigkeitenrechts  
sowie des Versicherungsrechts.

## **Jugendskiausfahrt 2010/2011**

*für Jugendliche und Übungsleiter (ab 14 Jahre)*

Termin: 27. Dezember 2010 bis 1. Januar 2011

Siehe unter [swc-regensburg.de/Ski\\_alpin/2010\\_11/skiausfahrten.html](http://swc-regensburg.de/Ski_alpin/2010_11/skiausfahrten.html) oder im Clubheft Seite 15.

Anmeldung bei Felix Pensl unter [Felix\\_Pensl@web.de](mailto:Felix_Pensl@web.de) oder 0176/7003 75 14

## **Familien- und Jugendskiausfahrt 2011**

*nach Windischgarsten in Oberösterreich*

Termin: 02. bis 06. Januar 2011

Abfahrt: 02. Januar um 6.00 Uhr an der Städtischen Sportanlage am Weinweg

Skigebiet: Wurzeralm oder Hutterer Höß/Hinterstoder

Unterkunft: \*\*\*-Sterne Hotel Sperlhof in Windischgarsten

<u>Preis:</u>	Erwachsene (ab 16 Jahren)	240.- €
	Jugendliche (13-15 Jahre)	215.- €
	Kinder (6 - 12 Jahre)	200.- €
	Kinder (unter 6 Jahren)	50.- €

Der Betrag ist bei der Anmeldung auf das Konto:

SWC Regensburg, Sparkasse Rgbg, BLZ 750 500 00, Kto.Nr. 15131 zu überweisen.

Leistungen:

Unterbringung in gemütlichen und komfortabel eingerichteten Doppel- und Mehrbettzimmern mit Du/WC.

4 x Halbpension mit fürstlichem Frühstücksbuffet mit Vollwert- und Vitaminecke, abends 4-Gang-Menü mit Salatbuffet.

Kostenlose Nutzung aller Freizeiteinrichtungen des Hotels wie Erlebnishallenbad, finnische Sauna und Dampfbad.

Busfahrt von Regensburg nach Windischgarsten und zurück.

Täglicher Transfer vom Hotel zum Skigebiet und zurück.

Kinderbetreuung durch unsere Übungsleiter für Kinder ab 6 Jahren (keine Anfänger!).

Liftkosten: werden während der Busfahrt in bar eingesammelt

Anmeldung: bei Michael Duchardt Telefon 0941 / 6308378  
[micheleduchardt@aol.com](mailto:micheleduchardt@aol.com)



# Ski- und Snowboardkurs

## Achtung:

Auch dieses Jahr gibt es wieder Neuerungen - siehe Mittagessen, Kursgebühr und Kursende.

Busfahrt und Liftkosten sind bereits in der Kursgebühr enthalten. Während der Busfahrt werden Gruppeneinteilung und Bestellung des Mittagessens vorgenommen. Statt des Abschlussrennens wird ein Parcours gefahren.

## Termine:

**15./16. Januar und 22./23. Januar 2011 (2x Sa./So.)**

## Teilnehmer:

Alle Könnensstufen ab 5 Jahren,

Außerdem neu: Freestyle für Snowboarder und Skifahrer, Erwachsenenstufenkurs für Wiedereinsteiger (bitte anmelden!)

## Anmeldung:

**NUR** schriftlich mit beiliegendem Formular an:

Ski- und Wanderclub 1946 e.V. Regensburg  
Prinz-Rupprecht-Straße 38/III  
93053 Regensburg

bis spätestens 01. Dezember.

**Achtung: Die Teilnehmerzahl ist begrenzt und in den letzten Jahren war der Skikurs immer sehr schnell ausgebucht!**

Wir berücksichtigen die Anmeldungen in der Reihenfolge des Posteingangs. Es erfolgt keine schriftliche Zusage. Sofern keine Absage erfolgt, konnte die Anmeldung berücksichtigt werden.

## Abfahrt:

8:00 Uhr Regensburg / Städtische Sportanlage am Weinweg

## Rückkehr:

ca. 17:30 Uhr

## Kursdauer:

10:00 Uhr bis ca. 12:00 Uhr und ca. 13:00 bis 15:30 Uhr;

Mittagspause **mit der Gruppe** zwischen 11:30 und 13:30 Uhr.

Bitte den Kindern dafür Geld mitgeben (Essen 4-7 €, Getränk 2-3 €)

## Kursgebühr:

110,- € (inkl. Busfahrt und Liftkosten). Der Betrag wird Anfang Januar abgebucht.

Bei Fehltagen verringert sich die Skikursgebühr nicht!

Familienermäßigung:

Jedes 3. und weitere Kind bekommt 50% Familienrabatt.



**Ausrüstung:**

Bitte die Skibindung von einem Fachhändler einstellen lassen. Carving-ski sind erwünscht.

**Das Tragen von Helmen wird dringend empfohlen!**

Bitte den Kindern für den Notfall eine Nummer mitgeben, unter der die Eltern erreichbar sind.

**Leitung:**

Severin Kornprobst, Tel.: 0179/47 25 715

**Skigebiet:**

Wir möchten auch heuer das Skigebiet Eck/Riedelstein ([www.skieck.de](http://www.skieck.de)) im Lamer Winkel ansteuern.

Das Kursort kann aber aus zwingenden Gründen (z. B. verschlechterte Schneelage) kurzfristig bei der Abfahrt noch geändert werden.

**Absagen:**

Falls auf Grund unzureichender Schneebedingungen im Bayerischen Wald kein Skikurs stattfinden kann, wird der Kurs abgesagt oder verlegt. Grundsätzlich wird diese Entscheidung erst **einen Tag** vorher getroffen.

Informationen können aktuell auf der SWC-Homepage unter [www.swc-regensburg.de](http://www.swc-regensburg.de)

oder (nur, falls kein Internet-Anschluss vorhanden ist) telefonisch bei der Skikursleitung abgerufen werden.

**Selbstfahrer:**

Wer selbst fährt, muss sich jeweils bei der Busabfahrt an der städtischen Sportanlage am Weinweg oder tags zuvor im Internet oder bei der Skikursleitung informieren, ob und wo der Kurs stattfindet.

**Mitfahr-**

**gelegenheit:**

Für Eltern (bzw. andere Begleitpersonen) besteht **nach vorheriger Anmeldung** für 7,50 € Mitfahrgelegenheit im Bus.

powered by:





## **Skikursabschlussfahrt**

Der Höhepunkt des Skikurses soll der „fünfte Tag“ sein. An diesem Tag geht es in ein „großes“ Skigebiet, z.B. nach Österreich oder nach Oberbayern, wo das im Skikurs Gelernte angewandt und verfeinert werden kann. Selbstverständlich werden die Kinder auch von unseren Übungsleitern betreut. Für die Anfängerkurse ist diese Fahrt noch nicht geeignet. Die Fahrt kann nur bei ausreichender Teilnehmerzahl stattfinden.

Termin: voraussichtlich 05.Januar 2011

Abfahrt: 7.00 Uhr Städt. Sportanlage, Weinweg

Fahrpreis: Erwachsene (ab 16 Jahren) 17,-- €  
 Kinder/Jugendliche (bis 15 J.) 15,-- € (incl. Betreuung)  
 Hinzu kommen noch die Kosten für den Liftpass!

Skigebiet: voraussichtlich (und je nach Schneelage) Hochficht oder ein Skigebiet in Oberbayern

Anmeldung: a) bei der Skikursleitung während des Skikurses  
 b) telefonisch bei Severin unter 0941/6988660  
 c) per e-mail: skilehrwesen@swc-regensburg.de

Mitfahren können auch alle interessierten Vereinsmitglieder und deren Freunde und Bekannte. Eine Mitgliedschaft ist hierfür nicht erforderlich.



**Konditorei  
 -Café  
 Orlando di  
 Lasso**

Unsere Öffnungszeiten:

**Montag – Samstag  
 7.30 -18.00**

## Anmeldeformular: SWC-Kinderskikurs 2011 powered by flyeralarm

Name	Vorname	Geburtsjahr	<input type="checkbox"/> Anfänger(in) <input type="checkbox"/> Fortgeschr. Anf. <input type="checkbox"/> Fortgeschrittene(r) <input type="checkbox"/> Könn(er)in <input type="checkbox"/> Snowboard Anfänger(in) <input type="checkbox"/> Snowboard Könn(er)in	(0 Kurse) (1-2 Kurse) (3-4 Kurse) (5 und mehr Kurse)	Anzahl bisheriger Kurse	letztjähriger Übungsleiter (falls bekannt)
Name	Vorname	Geburtsjahr	<input type="checkbox"/> Anfänger(in) <input type="checkbox"/> Fortgeschr. Anf. <input type="checkbox"/> Fortgeschrittene(r) <input type="checkbox"/> Könn(er)in <input type="checkbox"/> Snowboard Anfänger(in) <input type="checkbox"/> Snowboard Könn(er)in	(0 Kurse) (1-2 Kurse) (3-4 Kurse) (5 und mehr Kurse)	Anzahl bisheriger Kurse	
Name	Vorname	Geburtsjahr	<input type="checkbox"/> Anfänger(in) <input type="checkbox"/> Fortgeschr. Anf. <input type="checkbox"/> Fortgeschrittene(r) <input type="checkbox"/> Könn(er)in <input type="checkbox"/> Snowboard Anfänger(in) <input type="checkbox"/> Snowboard Könn(er)in	(0 Kurse) (1-2 Kurse) (3-4 Kurse) (5 und mehr Kurse)	Anzahl bisheriger Kurse	
Name	Vorname	Geburtsjahr	<input type="checkbox"/> Anfänger(in) <input type="checkbox"/> Fortgeschr. Anf. <input type="checkbox"/> Fortgeschrittene(r) <input type="checkbox"/> Könn(er)in <input type="checkbox"/> Snowboard Anfänger(in) <input type="checkbox"/> Snowboard Könn(er)in	(0 Kurse) (1-2 Kurse) (3-4 Kurse) (5 und mehr Kurse)	Anzahl bisheriger Kurse	

**Begleitpersonen im Bus:**

(Bei wechselnden Begleitpersonen

bitte nur eine angeben!)

---

---

---

Adresse: Name:.....  Alle gemeldeten Teilnehmer sind Vereinsmitglieder.

Straße: .....  Eine Vereinsmitgliedschaft wird neu beantragt.

PLZ/Ort: ..... **AUFNAHMEANTRAG BITTE BEILEGEN !!**

telef. erreichbar unter:.....

E-mail: .....

Ich bin damit einverstanden, dass die Kursgebühr vom gleichen Konto abgebucht wird, von dem der Ski- und Wanderclub auch den Mitgliedsbeitrag abbucht.

Ort, Datum

---

Unterschrift

## **Termine - Termine - Termine - Termine - Termine - Termine**

### **SWC LawinenCamp 29./30. Januar 2011**

Anmeldung bis 8.01.2011 unter [dominik.schmeer@swc-regensburg.de](mailto:dominik.schmeer@swc-regensburg.de)  
In diesem Kurs erlernen Anfänger die Lawinenbeurteilung von Grund auf, Fortgeschrittene können ihr Wissen zum Beginn des Tourenwinters auffrischen. Die Schwerpunkte sind Geländeeinschätzung, die Interpretation des Lawinenlageberichts und strategisches Verhalten, LVS-Training. Für alle, die an Unternehmungen abseits des gesicherten Pistenraums teilnehmen, sollte diese Veranstaltung obligatorisch sein.

### **Skitourenauftakt 2011 Bayerische Alpen 22. Januar und/oder 23. Januar 2011**

Anmeldung bis 8.01.2011 unter [dominik.schmeer@swc-regensburg.de](mailto:dominik.schmeer@swc-regensburg.de).  
Zum Auftakt in den Tourenwinter starten wir in den Bayerischen Alpen.  
Abhängig von Wetter und Schneelage sind wir ein Wochenende in den Nordalpen unterwegs.  
Die Touren sind durchwegs einfach und somit auch für Skitoureninteressierte geeignet.

### **Skitourentage am Großglockner 17. - 20. Februar 2011**

Anmeldung bis 15.01.2011 unter [dominik.schmeer@swc-regensburg.de](mailto:dominik.schmeer@swc-regensburg.de).  
In diesem Winter sind wir vier Tage rund um den Großglockner unterwegs. Stützpunkt ist dieses Mal das Lucknerhaus. Vom urgemütlichen und komfortablen Lucknerhaus, wo die vorzügliche Osttiroler Küche und herzliche Gastfreundschaft Tradition hat, starten wir direkt hinter dem Haus zur täglichen Skitour.  
[www.lucknerhaus.at](http://www.lucknerhaus.at)  
Kosten Übernachtung: ca. 50,- Euro HP/Übernachtung  
Teilnehmerzahl: 10

---

## **Liebe Kinder-Eishockeyfans**

Diesen Winter geht es in die 2. Runde für alle eishockeybegeisterten Kinder. Wir werden wieder 14tägig in der Donauarena entweder Samstag oder Sonntag vormittag trainieren. Uns ist jeder willkommen, der schon ein bißchen Schlittschuh erfahrung hat und Spaß an dieser tollen Sportart hat. Die jeweiligen Termine werden kurzfristig im Internet oder via e-Mail bekannt gegeben. Je nach Teilnehmeranzahl können auch motivierte Väter am Training teilnehmen. Unser Ziel ist es, mit den Kindern Spaß am Eishockey zu haben und die Grundlagen des Eishockeyspiels zu vermitteln. Bei Interesse bitte Kontaktaufnahme mit Michael Zellner unter der E-Mail-Adresse: [mzellner@web.de](mailto:mzellner@web.de). Die voraussichtlich erste Eiszeit findet Anfang Oktober 2010 statt.

Mindestausrüstung: Skihelm, Knieschoner, Ellenbogenschoner (Skating-Ausrüstung), Schienbeinschoner. Wer Ausrüstungsgegenstände zum Verkauf hat, bitte bei uns melden, da wir gerne für unsere Beginners Ausrüstungsgegenstände aufkaufen.



## **Freeride - Wochenende in Sulden**

Da die letzten Winter sehr schneereich waren und dadurch das Fahren abseits der Pisten im unberührten Schnee immer mehr lockte, möchten wir euch einen Wochenendkurs anbieten.

Ziel der Veranstaltung ist es, euch die Gefahren abseits der Pisten bewusster und das Skifahren im Gelände sicherer zu machen. Natürlich gibt es auch Tipps zum Fahren im ungespurten Schnee. Dadurch sollt ihr beim Freeriden noch mehr Spaß haben. Mit inbegriffen ist auch eine kleine Lawinenausbildung für eure Sicherheit.

Grundvoraussetzung ist die Teilnahme beim SWC-LawinenCamp und sicheres Fahren auf der Piste.

Die Hartgesottenen unter Euch können an diesem Freeride Wochenende auch am Freeride Hero Rennen in Sulden teilnehmen. Anmeldung unter [www.freeskitest.com](http://www.freeskitest.com).

Geschlafen wird auf 2.581 m in der Schaubachhütte mit Blick auf die Bergwelt mitten im Skigebiet.

Termin: 19.-20.03.2011

Kosten: Liftkarte 2 Tage: Erwachsene 63,50€ Jugendliche 59,00€

Übernachtung Preise Halbpension im Lager 34,00€ pro Person / Tag minus DAV-Rabatt

Benzin für den Leih-Bus ca. 25,00€

Ablauf: Abfahrt Freitag 11.30 Sportanlage Weinweg  
Ankunft Sonntag zwischen 20<sup>00</sup> und 21<sup>00</sup> Uhr Sportanlage Weinweg

Mitzubringen sind: Helm (Pflicht); Piepser; Schaufel; Sonde; die breitesten Ski aus dem Keller, falls nicht vorhanden bitte gleich bei mir melden

Teilnehmerzahl: 7 Personen

Anmeldung: Christian Morawietz 0176 21304408 oder  
[christianmorawietz@web.de](mailto:christianmorawietz@web.de)



## **Termine - Termine - Termine - Termine - Termine - Termine**

Gletscherfahrten der Renngruppe, mit Fortbildung für die Skiübungsleiter und Training für die Synchro-Interessierten:

1. 24. bis 26. September 2010      2. 08. bis 10. Oktober 2010  
3. 12. bis 14. November 2010      4. 26. bis 28. November 2010

Kontakt für die Rennkinder: Andreas Gebert, gebertandi@gmx.de

Kontakt für die Übungsleiter: Severin Kornprobst, severin.kornprobst@swc-regensburg.de

Kontakt für die Synchro-Fahrer: Stefan Kreis, frosch-records.berlin@gmx.de

### **26. bis 28. November 2010**

Fortbildungslehrgang Formation des Skiverband Bayerwald am Kitzsteinhorn für Übungsleiter Kontakt für das SWC-Team flyeralarm und Interessenten im SWC: Stefan Kreis, frosch-records.berlin@gmx.de. Anmeldung über den Skiverband Bayerwald bis 30.10.2010

### **10. bis 12. Dezember 2010**

Saisoneröffnung mit Übungsleiterausbildung in Radstadt

Anmeldung bis 13. November 2010 bei Markus Eigenstetter, markus.eigenstetter@swc-regensburg.de

### **27. Dezember 2010 bis 1. Januar 2011**

Jugendskiausfahrt nach Hochfügen

Anmeldung bei Felix Pensl, felix.pensl@swc-regensburg.de

### **2. bis 6. Januar 2011**

Familienskiausfahrt nach Windischgarsten

Information bei Michael Duchardt, micheleduchardt@aol.com

### **15./16. Januar und 22./23. Januar 2011**

Ski- und Snowboardkurs im Bayrischen Wald Anmeldung schriftlich (siehe Clubheft S. 16–20)

Kontakt Severin Kornprobst, severin.kornprobst@swc-regensburg.de

### **29./30. Januar 2011**

Lawinencamp, Information bei Dominik Schmeer, dominik.schmeer@swc-regensburg.de

### **5. Februar 2011**

Skikursabschlussfahrt nach Hochficht

Anmeldung bei Severin Kornprobst, severin.kornprobst@swc-regensburg.de

### **10. bis 13. März 2011**

Familienskiausfahrt nach Kaprun

Kontakt Markus Eigenstetter, markus.eigenstetter@swc-regensburg.de

### **18. bis 20. März 2011**

Freeridecamp (Geübte, Teilnahme am Lawinencamp ist Voraussetzung)

Information bei Dominik Schmeer, dominik.schmeer@swc-regensburg.de

### **18. bis 20. März 2011**

Familien- und Jugendskiausfahrt nach Spital am Pyhrn (Ausschreibung im Januar – Heft)

Information bei Ursula Breitkopf, ursula.breitkopf@swc-regensburg.de



## Oberpfalzmeisterschaften Block in Burglengenfeld am 12. Juni 2010

### Drei Titel und dreizehn Medaillen für SWC-Nachwuchs

Mit dreizehn Medaillen im Gepäck kamen unsere Schüler von den diesjährigen Blockmehrkampfmeisterschaften zurück.

Dabei gab es dreimal Gold: Für Steffi Pegoretti im Block Wurf der W14, Vroni Plank im Block Sprint/Sprung der W12 und für die A-Schülerinnen-Mannschaft mit Steffi Pegoretti, Julia Sommer, Franziska Sedlmeier, Dorle Mokroß und Maximiliane Nirschl.

Silber holten Dorle Mokroß im Block Wurf der W15, Franzi Sedlmeier im Sprint/Sprung der W15, Franzi Koller im Block Wurf der W13, Caro Pegoretti im Block Wurf der W12 und unser einziger Junge, Philipp Geldhäuser im Block Wurf der M12.

Bronze erkämpften sich Maxi Nirschl im Block Wurf W15, Julia Sommer im Block Lauf W14, Magdalena Ederer bei ihrem Wettkampfdebüt im Block Lauf der W13, Paula Müller im Block Wurf der W12 und die B-Schülerinnen-Mannschaft mit Franziska Koller, Vroni Plank, Magdalena Ederer, Clara Gartzke und Caro Pegoretti.

Knapp am Stockerl vorbei schrammte Vanessa Doming als Vierte im Block Sprint/Sprung der W12. Pauline Beisenherz (6./W15/Wurf), Clara Gartzke (8./W12/ Lauf) und Steffi Rebele (9./W14/ Sp/Sp) zeigten ebenfalls ansprechende Leistungen.

### Acht Medaillen in Rahmenwettbewerben

Auch unsere Kleinsten schlugen sich wieder wacker. In den Dreikämpfen gab es Gold für Hannah Zellner in der W10, Silber holten Melissa Winkler in der W11, Korbinian Ferst in der M7 und die C-Schülerinnen mit Hannah Zellner, Melissa Winkler, Lisa Morawitz, Nancy Randig und Susanne Koder. Bronze gab es schließlich für Cosima Gartzke in der W8, Julia Grimm in der W6, Lisa Morawitz in der W10 und Moritz Geldhäuser in der M9.

Auch unsere weiteren Teilnehmer konnten sich in den Riesenfeldern (bis zu 30 Teilnehmer) gut im Vorderfeld placieren: Platz 4 für Thomas Sigl (M10) und Nancy Randig (W10), Platz 8 für Jonathan Vogt (M9), Platz 9 für Emma Gartzke (W9), Platz 10 für Susanne Koder (W11), Platz 11 für Sonja Grimm (W10) und Platz 12 für Michael Bismark (M9).

von Josef Koller





*Silber für Franziska Sedlmeier im Block Sprint/Sprung*



*A-Schülerinnen-Mannschaft mit Steffi Pegoretti, Julia Sommer, Franziska Sedlmeier, Dorle Mokoß und Maximiliane Nirschl.*



## **Deutsche Seniorenmeisterschaften, Kaiserslautern am 26. und 27. Juni 2010**

### **DM-Bronze für Margit Breit und Markus Eigenstetter**

Mit zwei Bronzemedailles im Gepäck kehrten unsere Senioren von den diesjährigen Deutschen Meisterschaften in Kaiserslautern zurück.

Nach Silber 2009 holte Margit Breit diesmal mit 2,35 m die Bronzemedaille im Stabhochsprung der W35. Und auch Markus Eigenstetter musste sich diesmal knapp geschlagen geben: Mit 16,89 sec. über 110m Hürden musste er zwei M45-Frischlingen den Vortritt lassen. Über 400m Hürden belegte er in 64,89 sec. den fünften Platz.

Etwas angeschlagen belegten Andrea Holzapfel und Christine Koller im Dreisprung mit jeweils 9,65 m die Plätze Fünf und Sechs, Christine wurde zusätzlich Fünfte im 80m-Hürdenlauf in 13,09 sec; Pech für Alfons Weißmann, der im 400m-Lauf nach ca. 100 Metern verletzt aufgeben musste.

*von Josef Koller*

## **C + D-Schüler-Kreismeisterschaften, Bad Kötzing am 27. Juni 2010**

### **Fünfzehn Kreismeistertitel für unsere Kleinsten / 26 Medaillen - Mona Hartner gewinnt viermal, Georg Rauscher fünfmal Gold**

Mit fünfzehn Titeln und insgesamt 26 Medaillen waren unsere Minis wieder überaus erfolgreich bei ihren größten Meisterschaften: Den Kreismeisterschaften in Bad Kötzing.

Gleich im ersten Wettbewerb gab es das erste Gold: Die D-Schüler-Staffel mit Georg Rauscher, Konstantin Keil, Jonathan Vogt und Moritz Geldhäuser gewann überlegen in 33,42 sec. mit 1,3 sec. Vorsprung.

In der M8 sahnte Georg Rauscher wieder einmal ab: Gold über 50m in 8,51 sec.,

im Weitsprung mit 3,65m, im Ballwurf mit 25,50m und über 1000m in 4:00,51 min.

Zwei weitere Titel holte Konstantin Keil bei seinem Wettkampfdebüt in der M9: Gold über 1000m in sehr guten 3:52, 32 min. und mit dem Ball in 35,00m. Für eine weitere M9-Medaille sorgte Moritz Geldhäuser mit Bronze im Ballwurf (33,50m). Im Weitsprung wurde er mit 3,46m Vierter, über 50m belegte er Platz Fünf (8,91 sec.).

Ballwurf fünfter wurde Jonathan Vogt mit 32,00m; zudem gab es Platz Sechs über 50m in 8,98 sec. Michael Bismark erkämpfte Platz Sechs über 1000m in 4:18,90 min.

In der M10 holte Thomas Sigl Bronze im Hochsprung mit 1,06m, im Weitsprung schrammte er als Vierter mit 3,69m knapp am Treppchen vorbei. Über 800m holte er Platz Sechs mit 8,93 sec.

Die C-Schüler-Staffel mit Thomas Sigl, Michael Bismark, Johannes Zierl und Lucas Landgraf holt einen guten fünften Platz.

Zweimal Bronze holte Helene Neujean in der W8 im Weitsprung mit 2,70m und überraschend im Ballwurf mit 11,00m.

In der W9 schrammte Charlotte Neujean über 800m als Vierte ganz knapp am Stockerl vorbei.

In der W10 gab es gleich zwei Dreifachsiege für unsere Mädels: Im Hochsprung Maria Rauscher (1,11m) vor Hannah Zellner (1,11m) und Lisa Morawitz (1,08m) und im Weitsprung Hannah Zellner (3,68m) vor Hannah Budig (3,65m) und Maria Rauscher (3,62m).

Zwei weitere Titel holten Maria Rauscher über 800m (3:10,43min.) und Hannah Budig mit 8,11 sec. über 50m. Hier belegte Hannah Zellner in 8,43 sec. Platz Drei. Lediglich der Ballwurf blieb ohne Medaillen:

Hannah Zellner belegte Platz Vier mit 26,00m und Lena Meier wurde mit 22,00m Sechste.

Drei Einzeltitel gewann Mona Hartner in der W11: Mit 7,87 sec. über 50m; 4,15 m im Weit-, und 1,23m im Hochsprung. Über 800m belegte sie Platz Vier in 2:57,71 sec.

Mit zweimal Bronze holte Melissa Winkler weitere Medaillen mit 27,00m im Ballwurf, und 8,34 sec. über 50m. Im Weit-, und Hochsprung verpasste sie als Vierte mit 3,64m bzw. 1,14m knapp das Stockerl. Über 800m wurde sie in 3:10,10 min. Fünfte.

Zweimal Fünfte wurde Pauline Kaiser über 50m (8,56 sec.) und im Hochsprung (1,14m),

Sophie Rauscher belegte Platz Fünf im Weitsprung (3,61m) und dreimal Platz Sechs über 50 m(8,61 sec.), über 800m in 3:12,34 min. und im Hochsprung (1,11m).

Das mit Spannung erwartete Staffelduell mit dem TV Bad Kötzting gewannen unsere Mädels mit Hannah Zellner, Melissa Winkler, Hannah Budig und Mona Hartner in 30,42 sec. Die zweite Staffel belegte mit guten 33,31 sec. in der Besetzung Sophie Rauscher, Maria Rauscher, Lisa Morawitz und Pauline Kaiser Platz Fünf.

*von Josef Koller*



## **Oberpfalzmeisterschaften Schüler in Amberg am 26. Juni 2010**

### **Sieben Oberpfalztitel für SWC Schüler- insgesamt zweiunddreißig Medaillen**

Schwerbeladen mit zweiunddreißig Medaillen und sieben Oberpfalztiteln kehrten unsere Schüler aus Amberg zurück.

Franziska Sedlmeier knackte bei ihrem Speerwurfsieg in der W15 erstmals die 30m-Märke mit 30,23 m und darf zur Belohnung nach München zur Bayerischen. Zudem wurde sie Zweite im Diskuswurf mit pers. Bestleistung von 22,18 m und verbesserte sich im Hürdenlauf als Fünfte auf 16,03 sec. Den zweiten Titel in der W15 holte Dorle Mokraß mit guten 9,20 m im Kugelstoßen. Außerdem pers. Bestleistung und ein fünfter Platz für sie im Weitsprung mit 4,08 m. Drei Medaillen holte Maxi Nirschl, doch für Gold reicht es heuer knapp nicht: Silber mit der Kugel (8,68m), und Bronze mit dem Speer in guten 21,30m, doch ausgerechnet in ihrer Paradedisziplin, dem Diskuswerfen; reichte es mit 20,09 m „nur“ zu Bronze.

Völlig überraschend gewann Hannah Würsching bei ihrem Wettkampfdebut zwei Medaillen: Silber über 300m Hürden (59,06 sec.) und Bronze im Weitsprung (4,36m), dazu Endlaufteilnahme und Platz Sechs über 100m (14,44sec.). Auch Verena Freundl lieferte ein überzeugendes Wettkampfdebut ab mit Platz Sechs über 80m Hürden in 17,17 sec.

Die A-Schülerinnenstaffel mit Julia Sommer, Steffi Pegoretti, Regina Stöl-

linger und Dorle Mokraß holte in 55,13 sec. Bronze.

Auch in der W14 gab es einen Titel zu feiern: Steffi Pegoretti verbesserte sich im Weitsprung fast um einen halben Meter auf 4,55 m und holte Gold. Dazu Silber mit der Kugel (7,39m) und dem Diskus (17,53m) und Bronze über 80 m Hürden (13,98 sec.). Im 100m-Endlauf belegte sie Platz Vier mit 14,11 sec.

Julia Sommer holte Bronze mit dem Speer (17,42m), Platz Vier mit der Kugel (7,19m), Platz Fünf mit dem Diskus (14,69m) und blieb über 800m erstmals unter 2:40 in 2:39,86 min. Im Hochsprung bedeuteten 1,30 m Rang Sechs.

Eine weitere Bronzemedaille holte Regina Stöllinger mit dem Diskus (15,71m). Knapp die Medaillentränge verpassten Katharina Eigenstetter als Diskus-Vierte (14,71m) und Kugel-Sechste (6,69m) sowie Lena Schindler mit pers. Bestleistung von 2:45,16 min. über 800m.

Dreimal Silber holte Franzi Koller in der W13 über 60m-Hürden (11,15 sec.) und mit dem Diskus (16,82m) sowie der B-Schülerinnenstaffel Franzi Koller, Vroni Plank, Vanessa Doming und Sofia Seitz. Einen schönen vierten Platz holte Sofia Seitz über 800m (3:04,30 min.) Friederike Lehmann wurde in ihrem Wettkampfdebut

Speerwurf-Fünfte mit 16,80m.

In der W12 feierte Vroni Plank mit 1,30 m im Hochsprung einen weiteren Titel, über 60m Hürden belegte sie in 11,56 sec. Rang Zwei. Bronze mit dem Diskus (14,71m) und dem Speer (14,24m) gab es für Carolin Reichl, dazu Platz Sechs mit der Kugel (4,67m). Knapp das Treppchen verpasste Vanessa Doming als Hürden-Vierte in 12,74 sec. und als Fünfte im 75m-Finale in 11,48 sec.

Unser einziger A-Schüler, Maxi Schott holte Bronze im Diskuswurf der M14 (19,38m); im Speerwurf (24,25m/pers. BL) und mit der Kugel (7,43m) verpasste er als Vierter bzw. Fünfter knapp das Stockerl .

Dort stand Tim Felgenhauer in der M13 zweimal ganz oben: Als Weitsprung-Sieger mit guten 4,49 m (ohne Spikes!!!) und mit der B-Schüler-4x75m-Staffel Tim Felgenhauer, Tim Landgraf, Ferdinand

Zellner und Philipp Geldhäuser. Mit Silber im Diskuswurf (28,81m) sowie Bronze mit dem Speer (25,20m) und der Kugel (9,12m) komplettierte Tim seine Medailensammlung.

Nur knapp an den Medaillen vorbei schrammte Tim Landgraf mit dem Speer (24,65m) als Vierter und mit dem Diskus (19,36m) als Fünfter. Auch bei ihm war es der erste Wettkampf.

In der M12 gewann Ferdinand Zellner sensationell das Diskuswerfen (18,38m). Mit dem Speer holte er Silber (25,25m) und mit der Kugel (6,28m) und über 60m Hürden (12,22sec.) Bronze.

*von Josef Koller*



*Lena Schindler - große Freude über eine pers. Bestleistung über 800 m*



## **Bayerische Jugend- und Juniorenmeisterschaften in Hof, 3. und 4. Juli 2010**

### **Christiane Rötzer Bayerische Vizemeisterin**

In einem äußerst spannenden Hochsprungwettbewerb holte Christiane Rötzer bei den diesjährigen Bayerischen Juniorenmeisterschaften in Hof mit 1,60 m verdient die Silbermedaille.

Christane, Melanie Singer (LG Würm Athletik) und Andrea Klett (TSV Rottach-Egern) sprangen unisono, ohne Fehlversuche belastet die 1,60 m im 2. Versuch. Theresa Stöcker (LG Fichtelgebirge) folgte, mit deutlich mehr Fehlversuchen belastet-, im 3. Versuch. Nachdem alle Drei bei 1,63 m knapp scheiterten, stellte Theresa Stöcker den Wettkampfverlauf auf den Kopf und gewann im letzten Versuch

mit knapp übersprungenen 1,63m. Hinter ihr gab es drei Silbermedaillen.

Gratulation an Christiane, die nur knapp am Titelgewinn vorbeisprang und bei allen Versuchen einen hervorragenden Eindruck hinterließ.

Nicht ganz so gut ging es unserem zweiten Starter: Chrissie Mokoß scheiterte nach übersprungenen 3,60 m im Stabhochsprung der mJB dreimal knapp an den 3,80 m und musste sich diesmal „nur“ mit dem 6. Platz zufriedengeben.

*von Josef Koller*

## **Eichhofener Schlossbrauereispringen mit Oberpfalzmeisterschaft Stab in Regensburg am 9. Juli 2010**

### **Andi Mokoß und Margit Breit Oberpfalzmeister/ Insgesamt acht SWC-Titel**

Andi Mokoß und Margit Breit heißen die diesjährigen Oberpfalzmeister im Stabhochsprung. Dabei siegten beide souverän: Andi mit ordentlichen 3,62 m vor Tobias Macht (SWC) mit 2,42 m, Margit mit Jahresbesthöhe von 2,42 m vor Diana Winkler (SWC), die überraschend 1,82 m bezwang.

In den Altersklassen gab es weitere sechs Oberpfalztitel zu feiern: In der mJB erwartungsgemäß Chrissie Mokoß mit 3,62 m, in der wJB Fanny Jell mit 1,72 m, bei den W15 Franziska Sedlmeier mit 1,72 m, bei der W14 Steffi Rebele, die mit 1,92 m die Bayernquali um 8 cm verpasste, in der W12 Paula Müller mit 1,82 m vor Vroni

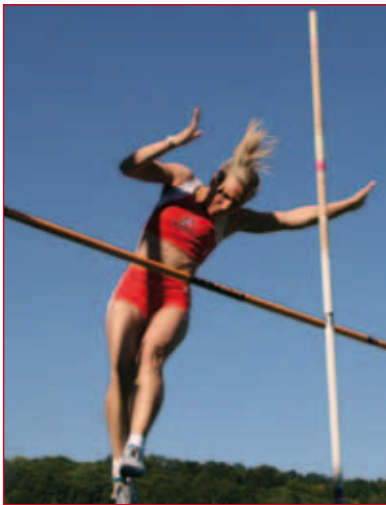
Plank (1,72 m) und bei den Jungs (M12) Ferdinand Zellner mit 1,92 m.

Dass der SWC im Stabhochsprung auch in Zukunft gut gerüstet ist; zeigen die Sch C + D Rahmenwettbewerbe: Hier gab es fünf Siege: Für Philipp Geldhäuser in der M11 (2,02m), Jannis Voigt in der M10 (1,32m), Moritz Geldhäuser in der M9 (1,62m), Susanne Koder in der W11 (1,52m) und Sonja Grimm in der W10 (1,12m), dazu Platz drei für Melissa Winkler in der W11 mit 1,22m.

*von Josef Koller*



*Früh übt sich - wer ein Meister werden will*



*Margit Breit - nur Fliegen ist schöner*



*Josef Koller - genaues Einmessen der Latte ist wichtig!*



## A + B-Schüler-Kreismeisterschaften in Lappersdorf am 10. Juli 2010

**Vier Kreismeistertitel für SWC Schüler/ Insgesamt fünfzehn Medaillen**

Nur ein kleines (zwischen den OMs im Stabhochsprung und im Mehrkampf), aber durchaus erfolgreiches Team trat bei den Kreismeisterschaften in Lappersdorf an.

Unser einziger „Mann“ war diesmal Maxi Schott, dazu noch fußgeschädigt, trotzdem holte er Gold im Kugelstoßen der M14 mit 7,43m.

In der W15 gab es den erwarteten Doppelsieg im Kugelstoßen: Maxi Nirschl gewann mit 8,91 m vor Franziska Sedlmeier mit 7,96m. Völlig unerwartet war der 100 m Sieg durch Franziska mit guten 14,31 sec. Im Hochsprung holten Maxi (1,26m) und Franziska (1,23m) Silber und Bronze.

In der W14 bestätigte Steffi Pegoretti ihre guten Weitsprungleistungen mit 4,38m und Silber, über 100m gabs Bronze und mit 13,84 sec., erstmals eine Zeit unter vierzehn Sekunden. Ebenfalls Bronze holte

sie im Kugelstoßen mit 7,43m. Im letzten Moment sprang Lena Schindler noch auf den Bayerischen Meisterschaftszug auf: In 2:43,80 min über 800m schaffte sie die Quali und gewann zudem Silber.

Ebenfalls Silber gewann die A-Schülerinnenstaffel mit Franziska Koller, Steffi Pegoretti, Regina Stöllinger und Franziska Sedlmeier. In 54,87 sec. scheiterten sie knapp an der BM-Quali.

Zweimal Silber gewann Franziska Koller in der W13: über 75m in 11,13 sec. und mit 3,97m im Weitsprung.

Titel Nr. 4 holte Caro Pegoretti im Kugelstoßen der W12: Sie gewann mit 5,40m. Zudem holte sie Bronze im Weitsprung mit 3,51m.

*von Josef Koller*



**Siegerehrung mit unseren erfolgreichen Mädels**



**Fortsetzung:****Unsere Übungsleiter stellen sich vor:****Johanna Weichselgartner**

Hallo,

ich bin die Hanni, mein Fitnesscoach (Andrea H.) nennt mich Johanna, bin 23 Jahre alt. Und habe gerade mein BOS-Abi hinter mir. Ich bin gelernte Kinderpflegerin auf Stellensuche. Mehr als 6 Jahre bin ich hyperaktives SWC-Mitglied. Seit ca. 4 Jahren habe ich die Verantwortung für das Mutter- und Kindturnen. Genauso viel Freude machen mir meine Dienstagskinder. Nachdem ich den A- und den SiE- Übungsleiter geschafft habe, möchte ich noch den B-Grundschein machen und damit für den Verein das Siegel „Sport pro Gesundheit“ erwerben.

Zu meiner Schande muss ich gestehen, dass der SWC sich meine große Liebe und viel Freizeitzeit mit einem zweiten, Gott sei Dank, auch rotweißen Verein teilen muss, nämlich dem SSV Jahn.

**Eva Schwan**

Hallo, ich bin die Eva!

Viele kennen mich bestimmt vom Sportplatz oder vom Skikurs. Sieben Jahre lang hab ich schon Skikurs gehalten und in der Leichtathletik vier Jahre die Schüler/ -innen C-A trainiert. Seit meinem 7. Lebensjahr bin ich in der Leichtathletik aktiv – hier besonders im Stabhochsprung. Skifahren ist jeden Winter meine große Leidenschaft!

Seit zwei Jahren studiere ich in Bayreuth Sportökonomie. Deshalb kommt das Vereinsleben leider zur Zeit etwas zu kurz. Ich bin aber trotzdem immer gerne bei Ausfahrten und Veranstaltungen mit dabei.



## Termine - Termine - Termine - Termine - Termine

### Kampfrichterausbildung am 30. Oktober 2010

Leichtathletik-Experte werden: Extra für uns SWCler gibt es am 30. Oktober 2010 von 9.30 bis 15.30 Uhr eine Kampfrichterausbildung vom Bezirkschef Josef Zwickenpflug.

Ort: Kleiner Pfarrsaal in St. Bonifaz, Killermannstr. 26 - 28

Bitte Anmeldung unter: [info@swc-regensburg.de](mailto:info@swc-regensburg.de)



**Wir machen den Weg frei.**

"Ich kenne unsere Mitarbeiter und Kunden. Entscheidungen treffe ich als Mensch, hinter dem eine Gemeinschaft steht. Schön, dass mir das Genossenschaftsmodell die Freiheit dazu läßt."

Meine Volksbank  
Regensburg eG



## Nächstes Jahr im Juli...

**Der SWC-Jedermann-Zehnkampf am 17. und 18. Juli 2010**

Wie machen die das bloß? Unsere Wettkampf-Organisatoren Seppi und Michele scheinen einen besonderen Draht nach oben zu haben: Rechtzeitig zum Jedermann-Zehnkampf am dritten Wochenende im Juli hat der da oben den Temperaturregler wieder etwas runtergedreht, damit unsere Zehnkämpfer nach dem abschließenden Fünfhundertmeterlauf ungefährdet ein Sponsorenbierchen genießen können.

Aber auch sonst läuft alles wie geschmiert. Ein ganzer Stab an professionell arbeitenden Kampfrichtern sorgt für optimale Wettkampfbedingungen, unterstützt von unserer charmanten Kampfrichterjugend und von sechs netten Mitarbeitern aus dem Sparkassen-Helferteam; unten im Wettkampfbüro müssen zwar wieder einmal mehrkampfbedingte EDV-Hürden genommen werden, aber davon hat man oberhalb der Tribünengruft kaum etwas mitbekommen. Auf der Tribüne gibt es

ein Wettkampfbuffet mit Kuchen vom Feinsten, und mancher hat sich dort nach Wurstsemmel, Kaffee und Himbeertorte gelobt: Nächstes Jahr mach ich auch mit!

Mitgemacht haben heuer neben 143 Athleten auch ganz viele Kinder beim Kinderwettkampf am Samstag: Sie tasteten sich spielerisch an die ersten fünf Disziplinen heran und wurden beim abschließenden Vierhundertmeterlauf begeistert angefeuert.

Also allen Helfern, Startern, Zeitmessern, Hürdenschiebern, Speerträgern, Kuchenverkäufern, Kindertrainern, Sprechern, EDV-Experten und Organisatoren herzlichsten Dank für ein rundum gelungenes Sportfest!

Und Stichwort Himbeertorte: Gleich mit dem Training beginnen!

*von Ursula Breitkopf*





*Wolfgang Eckl - mit vollem Einsatz über die hohen Hürden*

***Im Jedermann-Zehnkampf sind alle gefordert!***



*Auch die Kleinsten zeigen was sie können*



*Start zum 1.500 m Lauf - letzte Disziplin in Zehnkampf*



*Alle sind Sieger - Die Kleinen und.....*



*..... die Großen*



*Auch die Helfer haben es geschafft!*



## Oberpfalzmeisterschaft am 17. und 18. Juli 2010

### **Malte Hartfield klarer Sieger bei den Männern und Elke Gehr siegte bei den Frauen**

Malte Hartfield von der LG Telis Finanz sorgte für das überragende Ergebnis bei den diesjährigen Oberpfälzer Mehrkampfmeisterschaften, die der SWC Regensburg traditionell im Rahmen des Jedermann Zehnkampf ausrichtete.

In den zwei Tagen lief alles Rund für den sympathischen Neu - Regensburger: 11,50 sec. zum Auftakt über 100m, 6,80 m im Weitsprung, 11,43 m im Kugelstoßen, 1,80 m im Hochsprung und 51,85 sec. über 400 m. Bereits der erste Tag ließ ein Ergebnis über 6500 Punkte ahnen.. Und am 2. Tag lief es noch besser: 15,90 sec über 110 m Hürden , 37,62 m im Diskuswerfen, vom Publikum frenetisch gefeierte 4,40 m im Stabhochsprung, 47,35 m im Speerwurf und zum Abschluß 4:41,26 min. über 1500m. Damit lag er am Ende sehr deutlich vor dem ebenfalls pers. Bestleistung erzielenden Andreas Mokroß vom SWC Regensburg mit 4699 Punkten.

Die Mannschaftswertung ging an den SWC mit Andreas Mokroß, Markus Eigensetter und Josef Eberl. Im Nachwuchsbereich ließen die Paper Brüder aus Burg-

lengenfeld nichts anbrennen: Michael Paper wurde Doppelmeister in der mJA im Fünf-, und Zehnkampf (2831/4877 Punkte), sein Bruder Thomas holte sich den Zehnkampftitel in der mJB (4031 P.). Den Fünfkampf gewann hier Andreas Plößl vom SV Obertraubling (2838 P.). Im Achtkampf der M 14 gewann Tim Felgenhauer vom SWC mit 2170 Punkten.

Bei den Frauen im 7-Kampf siegte Elke Gehr von der LG Telis Finanz mit 3282 Punkten, ihre Vereinskollegin Maximiliane Fleischer wurde Doppelmeisterin in der wJA (Vier-, Siebenkampf) mit 2405 bzw. 3884 Punkten. Einen weiteren Doppelsieg feierte Heike Knorr vom TV Amberg bei der wJB mit 2105 bzw. 3442 Punkten. Die Mannschaftswertung der wJB gewann der SWC mit Elena Hartner, Hannah Würsching und Fanny Jell.

Bei den Schülerinnen hieß die W 15 Siegerin Sonja Forster vom TV Schierling (3032 P.), in der W 14 gewann Steffi Pegoretti vom SWC mit 2992 Punkten. Mannschaftsmeister wurde der TV Schierling mit Sonja Forster, Laura Cerny und Franziska Lindner.

*von Josef Koller*



So sehen erfolgreiche Mehrkämpfer aus - Andreas Mokoß, Markus Eigenstätter und Josef Eberl (von links nach rechts) Sieger in der Mannschaftswertung der Männer



Die Mannschaftswertung der wJB gewann der SWC mit Elena Hartner, Hannah Würsching und Fanny Jell. (v.l.n.r.)




Da kommt Freude auf:  
LBS-Bausparen ist jetzt  
Riester-gefördert!



# Zugeschnitten auf Ihr Leben. Die Sparkassen-Altersvorsorge.

Jetzt Riester-Förderung sichern: Über **51%** sind möglich!\*

Nähere Informationen erhalten Sie  
bei Ihrem  Geldberater.



\*Die Höhe der staatlichen Förderung für Ihre Vorsorge ist abhängig von Ihrer Lebenssituation.



## **Bayerische Meisterschaften Aktive und Schüler A in München am 24. und 25. Juli 2010**

### **Rötzer, Sedlmeier und Nirschl unter den Top 8 in Bayern**

Auf dem 6. Platz landete Christiane Rötzer bei den diesjährigen Bayerischen Meisterschaften im Hochsprung der Frauen. Dabei übersprang sie klar 1,56 m und scheiterte denkbar knapp an 1,61 m. Mit übersprungenen 1,61 im 1. Versuch hätte sie den 2. Platz belegen können.

Erfreulich unser W15-Nachwuchs: Franziska Sedlmeier landete trotz Sommergrippe mit 28,56 m im Speerwurf auf Platz 7, Maximiliane Nirschl verbesserte sich im Diskuswurf um über 1,5 m und belegte mit ausgezeichneten 25,59 m einen nie erwarteten 8. Platz.

Auch die 14jährigen überzeugten: Steffi Rebele bestätigte ihre Last-Minute-Qualität mit übersprungenen 2,00 m im Stabhochsprung, Steffi Pegoretti belegte mit guten 13,72 sec. Platz 30 im Hürdenlauf mit über 60 Teilnehmern. Julia Sommer verbesserte ihre 800-m-Zeit nochmals auf 2:39,81 min. und belegte gleichermaßen Rang 30 im ebenfalls sehr stark besetzten 800-m-Lauf.

*von Josef Koller*



**ECKL Wolfgang**

SCHREINEREI  
HOCHWERTIGER  
INNENAUSBAU  
MÖBELWERKSTÄTTE  
MEISTERBETRIEB DER  
SCHREINERINNUNG

alte waldmünchner str. 26 tel. 0941 4 16 59 www.schreinerei-eckl.de  
93059 regensburg fax. 0941 4 45 89 info@schreinerei-eckl.de

# Schön hier.

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

**Energie**

**Trinkwasser**

**Leben**

## Turnen in der Prüfeninger Grundschule

Trotz hochsommerlicher Temperaturen wurde und wird in der Prüfeninger Grundschule engagiert zur Vorbereitung auf das Bayrische Landeskinderturnfest in Neutraubling Anfang Oktober trainiert.

Das Geräteturnen wird wieder mehr in den Fokus rücken, da deutlich zu merken ist, dass der Spaßfaktor dadurch sichtbar gestiegen ist.

Ab Oktober beginnen wir dann mit der Vorbereitung auf die beabsichtigten Clubmeisterschaften, bei dem die Kinder drei aus vier Turngeräten wählen dürfen.

*von Wolfgang Straube*







Lassen auch Sie sich mit dem  
TÜV-zertifizierten TELIS-System®  
professionell beraten.

#### **Die Unternehmensberater für den privaten Haushalt.**

Für TELIS FINANZ funktioniert Ihr Haushalt wie ein Unternehmen. Deshalb analysieren, beraten und betreuen wir Sie ganz nach Ihren individuellen Bedürfnissen. Und arbeiten mit einem System, das der Professionalität und Kompetenz eines Unternehmensberaters aus Industrie und Handel in nichts nachsteht: dem TELIS-System®. [www.telis-finanz.de](http://www.telis-finanz.de)



TÜV-zertifizierte  
Beratungsqualität



**TELIS FINANZ®**

*Aktiengesellschaft*



## Übungsleiter auf großer Reise

Mit vielen Erdteilen sind wir näher verbunden, da unsere Übungsleiter sehr reiselustig sind. Auch manch andere Erlebnisse können wir uns, durch Ihre Erzählungen, besser vorstellen.

Bärbel war an Pfingsten drei Wochen in China. „Das Land ist echt wunderschön und faszinierend, am liebsten würde ich gleich hier bleiben“, so die Zeilen von der Postkarte. Sie ist wieder zurück und hatte auch noch einen zusätzlichen Zwangsurlaub in Dubai. Ja, sie hat mitgemacht, was es heißt, wenn so ein Vulkan ausbricht. Zwar war sie in einem Fünf-Sterne-Hotel untergebracht, aber ohne Gepäck !! Manches war auch sehr witzig, aber die Ungewissheit, geht jetzt ein Flieger und wann kann die Heimreise endlich weitergehen, zehrte doch an den Nerven.

Katrin ist seit Anfang Juli für sieben Wochen in Japan. Auch sie ist fasziniert vom Land und es geht ihr gut. Wie sich aber ein Erdbeben anfühlt (nur ein ganz kleines, das die Japaner selbst gar nicht registriert haben), weiß auch sie nun.

Von Ursula und Uli kommen regelmäßig Berichte und Bilder aus New York. Zwischenzeitlich haben sie sich nun ihre Wohnung eingerichtet und erleben einen schwül-warmen Sommer, manchmal ohne Strom, in einer Großstadt.

Felix verlässt uns nun für ein Jahr. Er geht an eine Partner-Universität nach Boulder in Colorado, um dort ein Auslandssemester zu absolvieren.

Auch Yasmin bricht die Zelte in Regensburg ab. Ein Jahr ist sie jetzt bereits in die Musikschule gependelt. Nun reicht es ihr und sie hat sich ein Zimmer in Plattling genommen, da die Fahrerei manchmal schon sehr nervig war.

Felix und Yasmin wünschen wir alles Gute.

*von Christine Obermeier*



## Fortsetzung: Unsere Übungsleiter stellen sich vor:

### Lilly Gerlach



Hey,

mein Name ist Lilly-Sophie Gerlach. Ich bin 17 Jahre alt, gehe aufs AAG und komme jetzt in die 12. Klasse. Ich bin schon seit ich denken kann beim SWC. Ich hab hier Skifahren und Schwimmen gelernt. Beim Schwimmen bin ich dann hängen geblieben. Seit ca. 2 Jahren bin ich Trainerin und mir macht es echt Spaß den Kindern von Schwimmen bis Tauchen alles beizubringen. Jeden Falls ist es ein schönes Gefühl zu sehen, wenn sich die Kinder verbessern, denn das liegt ja an meinem Unterricht! Vielleicht treffe ich euch auch mal beim Schwimmen. Würde mich freuen.

### Katrin Holzapfel



Hallo ihr Lieben

diesen Spruch bekommen meine „Kollegen“ jeden Montag in der Umkleidekabine des Hallenbades zu hören. Ich heiße Katrin Holzapfel und bin 16 Jahre alt, mache Kung Fu, spiele Geige und besuche das WvS Gymnasium. Vor kurzem war ich 7 Wochen in Tokyo, Japan. Soweit ist alles ganz normal, oder? Aber jetzt kommt´s: Ich bin seit 3 Jahren beim SWC dafür verantwortlich, dass die Kleinsten und auch deren älteren Geschwister das Schwimmen lernen. Es macht Riesenspaß, auch wenn es nicht gerade ein typisches Hobby für meinesgleichen ist. Und solange es den Kindern gefällt, werdet ihr mich auch nicht mehr los.

# Machen Sie Ihr Leben bunt. Werden Sie Gastfamilie!



**Als Gastfamilie einen von 500 Austauschschülern aus aller Welt willkommen heißen!**

Erleben Sie eine neue Kultur in den eigenen vier Wänden und sehen Sie Ihren Alltag aus einem anderen Blickwinkel. Bereichern Sie das Familienleben durch ein neues Mitglied und schließen Sie Freundschaften fürs Leben.

**[www.yfu.de](http://www.yfu.de)**

E-Mail: [info@yfu.de](mailto:info@yfu.de) · Telefon: 040 227002-0

**YFU**  Deutsches  
Youth For Understanding  
Komitee e.V.



## **„Von Waldhäuser über die Himmelsleiter zum Lusen“ am 11. Juli 2010**

Einen weiten, klaren Gipfelausblick bot uns der Lusen heute. Unter oder besser hinter uns lag die Himmelsleiter. An diesem heißen Tag war der Aufstieg über die schweren Granitblöcke extrem schweißtreibend. Begonnen haben wir unsere Wanderung am Parkplatz hoch über Waldhäuser. Zunächst führte unser Weg in das höchstgelegenen Bergdorf des Bayerischen Waldes. Dann entlang waldiger Wege über die Martinsklause zum Teufelsloch. Ein herrlich kühler Ort, den wir heute nur ungern verlassen wollten. Hatten wir doch den Aufstieg durch eine von Windbruch und Borkenkäfer gezeichneten Landschaft in praller Sonne vor Augen. Die Himmelsleiter hinauf zum Lusen mit ihren gewal-

tigen Granitstufen schien unendlich. Der folgende leichtere Abstieg zurück zu unserem Ausgangspunkt, am Lusenschutzhäuser vorbei, mit reichlich Fingerhut am Wegrand, wird wohl der entspannendste Teil unseres Weges werden. Doch erstmal liesen wir uns die leckere Brotzeit aus dem Rucksack schmecken. Vom Nationalpark Sumava über den Nationalpark Bayerischer Wald bis weit hinein ins Donautal konnten wir unsere die Blicke schweifen lassen. Die nächsten lohnenden Ziele hatten wir direkt vor Augen.

*von Stefan Dettenhofer*

### **Vorschau: Fuchsjagd!**

**Sonntag, 17. Oktober 2010: Traditionelle Fuchsjagd  
- der Wettbewerb der SWC-Sparten und Sportgruppen**

Treffpunkt 13.30 am Weinweg (ja richtig: alle dürfen ausschlafen, brunchen, in die Kirche gehen, wie es beliebt; und wie ganz früher geht es erstmal mit dem Bus los, also pünktlich da sein!)

### **Einladung zur Adventwanderung**

Treffpunkt: Freitag, den 10. Dezember 2010 um 16:30 Uhr an der Donaufähre in Prüfening.  
Fahrt mit der Fähre über die Donau, Wanderung zur Alten-Kirche nach Sinzing.  
Einkehr in der Gaststätte Schwarze Laaber Sinzing.  
Rückweg über den Fußsteig der Eisenbahnbrücke zum Treffpunkt.



## Impressionen von der 2. Zehntausenderwanderung

11. Juli 2010 - im Bayerwald ist es auch bei Hitze schön:



**Terminlisten Saison 2010/2011**
**Bezirksliga Damen 1**

So	12.09.10	14:00 Uhr
Sa	18.09.10	16:30 Uhr
So	26.09.10	14:00 Uhr
Sa	18.10.10	14:00 Uhr
Sa	23.10.10	17:00 Uhr
So	31.10.10	14:00 Uhr
Sa	06.11.10	17:30 Uhr
So	14.11.10	14:00 Uhr
So	28.11.10	11:00 Uhr
So	05.10.10	14:00 Uhr
So	12.12.10	14:00 Uhr

**Vorrunde**

<b>S W C</b>	1. SKC Regenstauf
TSV Deuerling	<b>S W C</b>
<b>S W C</b>	SKK Willmering
TSV Abensberg	<b>S W C</b>
Schmidgaden	<b>S W C</b>
<b>S W C</b>	SV Floss
FSV Sandharlanden	<b>S W C</b>
<b>S W C</b>	SKK Raindorf
SG Walhalla 2	<b>S W C</b>
<b>S W C</b>	KF Pfatter
SK Hahnbach	<b>S W C</b>

**B – Klasse Damen 2**

Mo	20.09.10	18:30 Uhr
Di	28.09.10	19:00 Uhr
Mi	06.10.10	19:00 Uhr
Di	02.11.10	19:00 Uhr
Mi	10.11.10	19:00 Uhr
Fr	26.11.10	19:00 Uhr
Mi	01.12.10	19:00 Uhr
Mi	08.12.10	19:00 Uhr

**Vorrunde**

Sportclub 5	S W C
Regenstauf 2 gem.	S W C
S W C	Tegernheim 2
Reg. Zeitlarn 2 gem	S W C
S W C	Germania Rgbg.
Reg. Turnerschaft gem.	-S W C
S W C	Sportclub 4
ESV 27 Regensburg	S W C

Regenstauf und SWC spielen über 4 Bahnen

**Bezirksliga Damen 1**

Sa	15.01.11	15:30 Uhr
So	23.01.11	14:00 Uhr
Sa	05.02.11	17:30 Uhr
So	13.02.11	14:00 Uhr
So	09.01.11	14:00 Uhr
Sa	02.04.11	16:00 Uhr
So	27.02.11	14:00 Uhr
Sa	12.03.11	16:00 Uhr
So	20.03.11	14:00 Uhr
Sa	26.03.11	15:30 Uhr
So	14.04.11	14:00 Uhr

**Rückrunde**

1. SKC Regenstauf	<b>S W C</b>
<b>S W C</b>	TSV Deuerling
SKK Willmering	<b>S W C</b>
<b>S W C</b>	TSV Abensberg
SKC Schmidgaden	<b>S W C</b>
<b>S W C</b>	SV Floss
FSV Sandharlanden	<b>S W C</b>
<b>S W C</b>	SKK Raindorf
SG Walhalla 2	<b>S W C</b>
<b>S W C</b>	KF Pfatter
SK Hahnbach	<b>S W C</b>

**B – Klasse Damen 2**

Mi	02.02.11	19:00 Uhr
Mi	12.01.11	19:00 Uhr.
Mi	19.01.11	19:00 Uhr
Mi	23.02.11	19:00 Uhr
Fr	11.03.11	19:00 Uhr
Mi	16.03.11	19:00 Uhr -
Mo	21.03.11	18:30 Uhr
Mi	06.04.11	19:00 Uhr

**Rückrunde**

S W C	Sportclub 5
S W C	Regenstauf 2 gem.
Tegernheim 2	S W C
S W C	Reg. Zeitlarn 2 gem.
Germania Rgbg.	S W C
S W C	Reg. Turnerschaft gem
Sportclub 4	S W C
S W C	ESV 27 Regensburg

### Grüße aus Brasilien

Ihr fragt euch jetzt sicher, warum „Grüße aus Brasilien“?– deswegen „Grüße aus Brasilien“, weil ich, Michael Lohr, für ein Jahr in Brasilien bin und dort meinen Zivildienst im Rahmen des Anderen Dienstes im Ausland ableiste.

Ich bin in einem kleinen Dorf Namens Conde/Bahia im Nordosten Brasiliens untergebracht, das ca. 22.000 Einwohner zählt und arbeite in einer der ärmsten Gegenden Brasiliens in einem Kinderheim für Sozialwaisen.

Sozialwaisen, d.h. Kinder, deren Eltern entweder gestorben sind oder die aufgrund zu vieler Geschwister (z.T. bis zu 10 Kinder in einer Familie) vom Jugendamt in das Heim geschickt worden sind.

Meine Aufgabe dort ist es, die Sozialmütter, die stets im Heim auf die Kinder aufpassen und mit ihnen leben, zu entlasten. Das bedeutet alle vier Tage

24h-Schichten und von Montag–Freitag von 7–20 Uhr mit den Kindern leben und arbeiten.

Wenn ihr wollt, könnt ihr mich auf meiner Website:

<http://michael2010.funpic.de>

das Jahr über begleiten, Fotos und Berichte sehen!

Da es auch meine Aufgabe ist, für das Kinderheim Spenden zu sammeln, freue ich mich über jede Spende von euch!

Spendenkonto:

Brasilienteam Alagoinhas;

Liga Bank Passau; Kto.Nr. 43 10 152;

BLZ 750 903 00; Verwendungszweck:

Abrigo das Crianças + Michael Lohr.

Bitte gebt immer Name und Adresse an, damit auch eine Spendenquittung an euch ausgestellt werden kann!

Das Geld kommt ausschließlich den Kindern im Heim zu Gute!!– Vielen Dank!

Bis in einem Jahr – ich freue mich auf ein Wiedersehen.

Adeus,

Michi Lohr



## **Als Neumitglieder begrüßen wir**

Aigner Lena, Bismark Michael, Brey Dorina, Brey Milena, Chandrakant Mehta, Dallmann Lenina, Ederer Magdalena, Emin Asra, Fuchs Norbert, Fuchs-Landgraf Margit, Gerxhaliu Laura, Gharavi Lina, Gharavi Tara, Garavi Samira, Grimm Julia, Gul Ela, Gul Suzan, Gumpert Lana, Hamm Stefan, Hans Leon, Hartmann Mario, Höfel Maike; Höfel Paula, Hüttner Theresa, Kalhamer Greta, Kalhamer Hannah, Kelm Antonias, Kerscher David, Knott Vera, Kreusel Dieter, Kreuzer Aaliyah, Kreuzer Shalin, Kutzner Yola, Kutzner Mika, Kutzner Thilo, Kutzner Tim, Landgraf Lucas, Landgraf Tm, Luchner Julia, Luchner Marina, Mainz Benedikt, Mende Luisa, Mikulla Eric, Mikulla Franka, Mikulla Ingo, Mikulla Tina, Orlog Magdalena, Ovrاد Abdelkader, Pietrus Esther, Pietrus Sandro, Pokorna Emma-Maria, Ramershoven Vinzent, Ries Felix, Rödl Anna, Rödl Katarina, Ruppel Felix, Seitz Sofia, Spaargaren Petra, Schlehaider Felix, Schmitz Anna, Schöttl Sebastian, Stadler Franz, Stahl Bruno, Stahl Christian, Tietze Daniel, Tietze Kilian, Tietze Mia, Tietze Susanne, Troppmann Anton, Usvyat Martha, Völkel Vinzenz, Werner Nicole, Zierl Johannes.

## **Familien-Nachrichten**

Ski-Nordisch-Spartenwart Dominik und Leichtathletin Susanne Schmeer haben sich am 31. Juli 2010 den kirchlichen Segen zum gemeinsamen Weg über Stock, Stein und Hürden geholt.



## **Todesfälle**

Wir trauern um Heinrich Prößl, den Wirt vom Adlersberg. Er hat dem SWC über 50 Jahre lang die Treue gehalten. Wir werden ihm stets ein ehrendes Angedenken bewahren.

## Weihnachts e-mail an alle SWC-Kinder!

Liebe SWC-Zwergel!

Die Adventszeit naht.

Letztes Jahr habe ich versprochen wiederzukommen.

Am Freitag, den 03.12.2010 um 17.15 Uhr komme ich in die „Obere Turnhalle“ der Kreuzschule.

Ich freue mich auf eine Adventsfeier mit euch.

Liebe Schneegrüße

Der Nikolaus



## Newsletter

SWC-Infos zwischen den Clubheften gibt es im Internet unter <http://www.swc-regensburg.de> und in Form eines Newsletters per E-Mail. Wer den Newsletter erhalten möchte, schickt einfach eine E-Mail mit dem Betreff „SWC aktuell“ an [info@swc-regensburg.de](mailto:info@swc-regensburg.de) – und schon gibt es das Neueste aus dem Clubleben aktuell und frei Haus.

die **wellness**  
**FORMEL** für ihre  
**werbung.**

viel vitamine,  
... energie,  
... frische,  
... reife,  
...

**FAKTOR Z**  
büro für werbung

tel. 09 41-2802280  
pielmüllerstr. 5  
93138 lappersdorf

seit jahren sponsor des swc-jedermann-zehnkampfes

## **Beiträge zum Clubheft**

Beiträge zum Clubheft werden als Datei erbeten, und zwar an:

info@swc-regensburg.de.

Bitte beachten:

Redaktionsschluss für die nächsten Clubnachrichten ist Dienstag, der 30. November 2010.

## **Geschäftsstelle**

Die Geschäftsstelle ist unter folgender Adresse erreichbar:

Prinz-Rupprecht-Str. 38/III, 93053 Regensburg

Wichtiger Hinweis: Bitte senden Sie keine Einschreibbriefe an die obige Adresse. Die Geschäftsstelle ist tagsüber nicht besetzt, somit ist eine Entgegennahme von Einschreibsendungen nicht möglich. Die Bestätigung einer Kündigung kann nur bei Angabe einer e-mail-Adresse per e-mail oder bei Eingang eines Rückportobetragtes erfolgen.

E-Mail: geschaeftsstelle@swc-regensburg.de

Leitung und Verwaltung: Helmut Sandner – Tel. 0941/71158

## **Mitgliedsbeiträge**

Gegenwärtig werden folgende Jahresbeiträge erhoben:

Kinder und Jugendliche bis 18 Jahre	30,00 Euro
Erwachsene	48,00 Euro
Aufnahmegebühr pro Mitglied	5,00 Euro

Bei Familienmitgliedschaften (Ehepaare ohne Kinder oder mindestens ein Elternteil mit Kinder) ermäßigt sich der Jahresbeitrag um 2,50 Euro pro Mitglied. Es kommt in der letzten Zeit leider immer öfter vor, dass Beitrags-Lastschriften von den Banken wegen falscher Kontonummern oder BLZ zurückbelastet werden. Eine Bitte an alle Mitglieder: **Teilen Sie uns Veränderungen der Bankangaben rechtzeitig mit. Sie ersparen uns und Ihnen zusätzliche Kosten und unnötigen Schriftwechsel.**

---

## **Datenschutz**

Die von den Mitgliedern in der Beitrittserklärung angegebenen Daten über die persönlichen und sachlichen Verhältnisse (personenbezogene Daten) werden auf Datenverarbeitungssystemen des Vereins gespeichert und für Verwaltungszwecke genutzt und verarbeitet. Je nach Anforderung des zuständigen Fachverbandes und des Bayerischen Landessportverbandes werden Daten an die Verbände weitergeleitet für deren Verwaltungszwecke.

Wir sichern zu, die personenbezogenen Daten vertraulich zu behandeln und nicht an Außenstehende weiterzugeben. Mitglieder können jederzeit schriftlich Auskunft über die bezüglich ihrer Person gespeicherten Daten erhalten und Korrektur verlangen, soweit die gespeicherten Daten unrichtig sind.

